



HAL
open science

Écosomatiques

Marie Bardet, Joanne Clavel, Isabelle Ginot

► **To cite this version:**

Marie Bardet, Joanne Clavel, Isabelle Ginot. Écosomatiques. Deuxième époque. 2024, 978-2-37769-062-6. hal-04704495

HAL Id: hal-04704495

<https://hal.science/hal-04704495v1>

Submitted on 20 Sep 2024

HAL is a multi-disciplinary open access archive for the deposit and dissemination of scientific research documents, whether they are published or not. The documents may come from teaching and research institutions in France or abroad, or from public or private research centers.

L'archive ouverte pluridisciplinaire **HAL**, est destinée au dépôt et à la diffusion de documents scientifiques de niveau recherche, publiés ou non, émanant des établissements d'enseignement et de recherche français ou étrangers, des laboratoires publics ou privés.

ÉCOSOMATIQUES

Ouvrage publié avec le soutien de l'université Paris Diderot
et du C.N.R.S. (LADYSS, laboratoire Dynamiques sociales
et recomposition des espaces, unité mixte de recherche 7533)
et de l'université Paris 8 Vincennes – Saint-Denis
(laboratoire Musidanse, équipe d'accueil 1572,
sous-équipe « Danse, geste, corporéité »).

Les éditions Deuxième époque sont subventionnées par la région Occitanie.

© Deuxième époque – 2018
17, rue Marceau
34000 Montpellier
ISBN : 978-2-37769-062-6

Ouvrage dirigé par
Marie Bardet, Joanne Clavel et Isabelle Ginot

ÉCOSOMATIQUES

Penser l'écologie depuis le geste

éditions
DEUXIÈME ÉPOQUE



REMERCIEMENTS

Cet ouvrage est issu de nombreux échanges, séminaires, discussions durant plusieurs années. Que soient remerciés, en premier lieu, tous les participants au colloque « Écosomatiques » accueilli par le Centre national de la danse en décembre 2014 — artistes, praticiens, thérapeutes et chercheurs — ainsi que l'équipe « Danse, geste, corporéité » de l'université Paris 8.

Nous remercions chaleureusement le Centre national de la danse, l'Instituto de Altos Estudios en Ciencias Sociales, Universidad Nacional de San Martín (IDAES UNSAM), Argentine, ainsi que le Muséum national d'histoire naturelle de Paris, et plus précisément son dispositif d'actions transversales (2013-2014) ainsi que le département de la Seine-et-Marne pour avoir osé l'introduction des « somatiques » dans leurs thématiques écologiques.

Nos remerciements s'adressent aussi à Natural Movement, collectif ayant participé à l'organisation, la communication, l'enregistrement et l'archivage du colloque et dont les traces du colloque sont consultables en ligne¹.

Nous remercions également les membres anciens ou actuels du groupe Soma & Po, point de départ de cette recherche, et les étudiants du *cursus* « Techniques du corps et monde du soin », puis « Danse et éducation somatique » de Paris 8, ainsi que ceux des licences, masters et doctorats en danse, qui enrichissent inlassablement nos recherches; enfin, Polina Manko et Margot Lauwers pour leurs relectures.

1. Voir <<http://natural-movement.fr/files/CONFERENCES/ecosomatiques/presentation.html>>. Consulté le 18 décembre 2018.



Par le terme « Écosomatique », nous désignons un champ *d'études et de pratiques* où se travaillent le rejet de toute séparation entre le corps et ses Autres, et un sentir de soi comme milieu pour d'autres vivants — dont la présence rend possible notre propre vie. En ce sens, nous l'entendons moins comme une catégorie que comme un *mouvement pour penser ensemble* quatre types d'enjeux chaque jour plus urgents :

- un ensemble de savoirs composé d'une part, des savoirs théoriques et expérientiels développés par les pratiques somatiques qui pensent « le corps » comme *soma* — ensemble indivisible de corporéité physique, sensible, mentale, inséparable de ses milieux ; d'autre part, des savoirs scientifiques et politiques de l'écologie, qui nous forcent à penser *en même temps* les échelles temporelles (les histoires des êtres de nature et celles des civilisations entremêlées) et les échelles spatiales (de celle de l'humain dont l'activité a un impact bien au-delà de ses lieux de vie jusqu'à celle du « système Terre ») ;
- s'interdire de séparer les questions environnementales des questions sociales et politiques — autrement dit, s'obliger à saisir conjointement l'équilibre dynamique et évoluant de la planète et des vivants entre eux, et la question de la subjectivation, des corporéités, sensations, gestes et imaginaires, qui exige de considérer ces *processus* non comme privés et individuels, mais comme *singuliers et collectifs*, ainsi que le propose entre autres la pensée écosophique d'inspiration guattarienne ;
- une politique des savoirs qui considère les pratiques, les savoirs expérientiels, micropolitiques, subjectifs, *indigènes*, minoritaires, comme aussi légitimes que les savoirs majoritaires auxquels nulle prérogative ne saurait être accordée ;
- un engagement à considérer notre travail de chercheuses, enseignantes, danseuses et praticiennes somatiques comme un projet politique écologique investi de responsabilités envers les *processus* d'émancipation, de résistance et de création qui nous entourent. Poser la question des *usages* des pratiques somatiques va de pair avec l'affirmation que nos actions théoriques sont des actions pratiques s'insérant dans des champs en dispute et des manières d'être au — et de faire — monde.



MARIE BARDET, JOANNE CLAVEL, ISABELLE GINOT

INTRODUCTION

Les défis écologiques que soulèvent nos rapports aux mondes non-humains et les défis politiques lancés par les désirs et nécessités d'un vivre ensemble qui s'inventerait dans les interstices du capitalisme écocidaire traversent autant l'actualité sociale que celle des pratiques somatiques. Le champ qui nous réunit autour de cet ouvrage est celui des manières dont nos expériences, nos pratiques et nos pensées s'articulent ensemble. Les pratiques somatiques constituent un champ privilégié pour observer, critiquer, inventer et cultiver ces articulations : c'est à partir de cette première intuition que nous avons engagé le travail de cet ouvrage.

Cette intuition apparaît tout d'abord dans la représentation dite « systémique » ou « intégrale » des pratiques somatiques : une sorte de modèle selon lequel « tout est relié et a à voir avec tout », ouvrant à la possibilité d'une pratique pensée comme relationnelle, mais il faut certainement préciser cette vision, en suivre les aspects concrets, les contradictions et les puissances afin de pouvoir en dégager les effets réels sur nos pratiques et nos pensées, avec et depuis les pratiques somatiques. Plus précisément, il s'agirait de voir comment les relations « compteraient » autant, voire plus, que les « éléments » eux-mêmes, dans le *processus* d'apprentissage-cure-exploration que chacune de ces méthodes propose. Ce statut ontologique, épistémologique et méthodologique de la relation constituerait ainsi un dénominateur commun aux pratiques somatiques qui ne cherchent pas à modeler un corps selon un schéma prédéfini mais plutôt à moduler les relations au contexte, à soi et aux autres — relations produisant notre corporéité et produites par elle. Or, si le caractère relationnel est souvent revendiqué et annoncé pour soutenir l'idée d'une approche holistique du sujet (indissociabilité du corps, de l'esprit, des émotions, des pensées, des actions,



etc.), il l'est souvent moins explicitement en ce qui concerne le rapport de chaque individu à son milieu. Dans les deux cas, seul un travail précis prenant pour point de départ les pratiques et une approche située, ancrée dans nos territoires de vie et lieux de travail permettra de préciser ces revendications, de les critiquer, de les affûter, de les actualiser... C'est donc à partir d'une perspective relationnelle qu'on pourra soulever une série de questions autour d'expériences où les pratiques somatiques et les orientations écologiques se touchent de diverses manières. Il faut cependant préciser deux aspects de ce terme « relationnel ». D'une part, l'usage que nous en faisons ne recoupe pas, ou pas entièrement, l'idée d'une « esthétique relationnelle » : il ne s'agit pas pour nous de définir certaines « esthétiques » (ou somatiques) qui seraient particulièrement relationnelles — dans le sens ici d'une intersubjectivité — mais plutôt de penser la diversité des modes relationnels qui constituent les êtres mêmes, et nous semblent fonder tant des pensées-pratiques somatiques que des pensées-pratiques écologiques. D'autre part, il faut entendre ce terme relationnel non pas comme une polarisation entre deux termes (« corps-esprit », « nature-culture », « sujet-environnement », etc.), mais plutôt comme une infusion, une trame, des dynamiques, des inter et intra-actions².

Le terme « somatique » fut proposé dans les années soixante-dix par le philosophe Thomas Hanna pour désigner un ensemble de pratiques souvent nommées « pratiques corporelles douces », qui proposent des apprentissages du mouvement et de l'action où le rôle central de la perception (du sentir, de la sensation, de la « prise de conscience », etc.) est souligné. Ces pratiques multiples — d'abord souvent élaborées par leurs fondateurs et fondatrices pour répondre à une difficulté personnelle puis élargies à une démarche éducative adressée à tous — constituent aujourd'hui un champ qui peut se ramifier en direction du thérapeutique, de l'esthétique (les artistes y ont régulièrement recours) ou encore du développement personnel. Hanna définit les somatiques comme « l'art et la science des *processus* d'interaction synergétique entre la conscience, le fonctionnement biologique et l'environnement³ ». Il s'éloigne du sens biologique, psychologique, ou médical du soma, et insiste sur un corps fait de relations. Feldenkrais, par exemple, précise que l'action de la méthode qu'il a créée porte sur la relation entre « [...] le squelette, les

2. Karen BARAD, « La grandeur de l'infinitésimal. Nuages de champignons, écologies du néant et topologies étranges de l'espace-temps matérialisant », *Multitudes*, n° 65, association Multitudes / Actes Sud (Paris), 2016, pp. 64-74.

3. Thomas HANNA, *La Somatique. Comment contrôler par l'esprit la mobilité, la souplesse et la santé du corps*, traduit de l'anglais (États-Unis) par Sylvie Pizzuti, InterÉditions, Paris, 1989, p. 1.





muscles, le système nerveux et l'environnement⁴ ». Nos travaux antérieurs ne cessent d'y revenir : tous s'efforcent de décrire l'un ou l'autre aspect de cette dimension relationnelle fondamentale des somatiques, trop souvent implicite : les somatiques ne travaillent pas tant « sur le corps, comme un objet unique, défini, séparé, mais sur une relation multiple et plus large⁵ », sur une trame relationnelle dans laquelle « corps, pensée, affects, émotions sont indissociables⁶ ». Carla Bottiglieri, enfin, insiste sur les mises en relation et en réseau qu'opère cette définition des somatiques...

« qui réinscrit la subjectivité corporelle dans la toile continue et dans le réseau circulaire de ses relations au monde, d'où la pensée moderne l'avait abstraite et pour ainsi dire isolée, en détachant un sujet individuel et rationnel de l'étendue objective de l'espace matériel⁷. »

Alors l'écosomalique relèverait-il d'une proposition de contre-modèle de corps visant à rendre compte des liens entre environnement, « corps » et « esprit », et modélisé à partir du champ de l'écologie scientifique et des humanités environnementales. Elle renvoie à la nécessité de se percevoir en réciprocity dynamique et continue avec son milieu⁸, mais aussi en tant qu'écosystème, milieu de partage d'un commun quotidien avec d'autres vivants⁹. Ce faisant, nous ne cherchons pas à construire une doctrine nouvelle, mais à énoncer une situation singulière, depuis laquelle des praticien·ne·s, artistes, chercheur·se·s, activistes, étudiant·e·s pensent, sentent et agissent. Parler d'écosomalique aujourd'hui revient à s'interroger sur la portée politique des pratiques somatiques, particulièrement sur les relations humains / non-humains qu'elles sont susceptibles d'inventer, et sur les stratégies de résistance aux hyperlogiques

4. Moshe FELDENKRAIS, « L'homme et le monde » (1979), cité dans Joanne CLAVEL, « Les sciences chez Feldenkrais », dans Isabelle GINOT (dir.), *Penser les somatiques avec Feldenkrais. Politiques et esthétiques d'une pratique corporelle*, coll. « Lignes de corps », L'Entretemps, Lavérune, 2014, pp. 27-43, ici p. 30; Moshe FELDENKRAIS, « Man and the world », dans Elizabeth BERINGER (dir.), *Embodied Wisdom, Somatic Resources*, North Atlantic Books, Berkeley (États-Unis), 2010, pp. 59-68.

5. Marie BARDET, « L'attention à travers le mouvement : de la méthode Feldenkrais comme amorce d'une pensée de l'attention », *Revista Brasileira de Estudos da Presença*, vol. 1, n° 5, Universidade Federal do Rio Grande do Sul (Porto Alegre, Brésil), 2015, pp. 191-205, ici p. 193.

6. Isabelle GINOT (dir.), *Penser les somatiques avec Feldenkrais. Politiques et esthétiques d'une pratique corporelle*, op. cit., p. 10.

7. Carla BOTTIGLIERI, « Médialités : quelques hypothèses sur les milieux de Feldenkrais », dans Isabelle GINOT (dir.), *Penser les somatiques avec Feldenkrais. Politiques et esthétiques d'une pratique corporelle*, op. cit., pp. 77-114, ici p. 78.

8. Joanne CLAVEL et Isabelle GINOT, « Pour une écologie des somatiques? », *Revista Brasileira de Estudos da Presença*, op. cit., pp. 85-100.

9. Joanne CLAVEL et Marine LEGRAND, « Respirations communes : les pratiques somatiques comme créativité environnementale », p. 23 du présent ouvrage.





marchandes et financières basées sur l'extractivisme et l'exploitation des ressources limitées de la planète. Dans ce contexte, lorsque les somatiques se laissent séduire par l'illusion de « preuves » de leur propre efficacité comme seule valorisation possible de leurs pratiques, elles prennent le risque d'être absorbées par l'industrie du bien-être et du développement personnel, comme remède immédiat aux malaises contemporains, sans remettre en cause les logiques mêmes de rentabilité, marchandisation, extractivisme et promesses de paradis du capitalisme actuel¹⁰. Il est donc plus que jamais nécessaire de clarifier et préciser les usages et les effets de ces pratiques, leur potentiel d'invention de soi et d'invention du monde en termes de transformation sociale, de *processus* d'émancipation et de création d'autres communs.

Parcours

En décembre 2014, notre groupe de recherche « Soma&Po¹¹ » — et particulièrement Carla Bottiglieri et Joanne Clavel — ont organisé le colloque international « Écosomatiques », en partenariat avec le Centre national de la danse, le Muséum national d'histoire naturelle et le collectif Natural Movement. L'organisation et l'invitation à ce colloque portaient d'une série d'intuitions, de paris et d'avancées déjà effectués :

- l'intuition qu'il fallait penser et interroger ensemble les pratiques somatiques et les perspectives écologiques,
- le pari selon lequel on pouvait les interroger et les penser ensemble en ce qu'elles ouvraient chacune de leur côté des perspectives conceptuelles et pratiques du corps et de la nature beaucoup moins substantielles que relationnelles et expérientielles,
- la confirmation que nous étions mues par le désir de penser les dimensions politiques et les usages sociaux actuels des pratiques somatiques dans nos territoires de vie,
- l'évidence qu'il nous fallait, pour cela, une méthodologie nécessairement théorico-pratique.

10. Carla BOTTIGLIERI, Isabelle GINOT et Violeta SALVATIERRA, « Du bien être comme devenir subjectif : techniques du corps et techniques de soi », dans Agnès FLORIN et Marie PRÉAU (dir), *Le Bien-être*, coll. « Logiques sociales », L'Harmattan, Paris, 2013, pp. 243-254. Voir la partie « Micropolitiques écosomatiques », p. 177 du présent ouvrage.

11. Groupe rattaché à l'université Paris 8 et au laboratoire d'analyse des discours et des pratiques en danse, aujourd'hui nommé « Danse, geste, corporéité », au sein de l'équipe d'accueil « 1572 Musidanse ».





Penser les dimensions éthiques et politiques des pratiques somatiques, tel avait été notre premier chantier autour de Feldenkrais¹². Ce premier ouvrage — résultat d'un *processus* de recherche collective inédite dans ses modalités et la composition de son groupe — prenait comme *corpus* une pratique somatique singulière, la méthode Feldenkrais, afin de mettre à l'épreuve un certain nombre de questions. En choisissant de travailler sur une seule pratique, il ne s'agissait pas de l'ériger en modèle mais, au contraire, d'observer en elle des questions qui nous apparaissaient transversales à l'ensemble des pratiques somatiques, cruciales à leur épistémologie, mais aussi invisibilisées par le discours des pratiques elles-mêmes, tributaire d'une rhétorique à laquelle nous n'adhérons pas. Cet ouvrage nous a, littéralement, appris à « penser les somatiques avec Feldenkrais » ; penser *avec*, penser *par* la pratique. À travers ces six chapitres, écrits individuellement ou à plusieurs, mais toujours travaillés collectivement, nous avons construit des notions comme un premier outillage pour des recherches à venir, en partant chaque fois de la même démarche : comment la pratique Feldenkrais incarne-t-elle de façon spécifique cette question ? Nous avons ainsi élaboré des contenus conceptuels issus de la pratique (sur la dynamique politique des somatiques, sur le statut des discours propres aux méthodes, sur les usages, sur la notion de changement et sa temporalité propre, sur la notion de médialité qui reconstruit autrement celle de la relation « geste-milieu » chez Feldenkrais, sur les affects et leur circulation au sein de la séance collective). Ce faisant, nous avons aussi appris à penser à la fois ensemble *et* différemment.

Dès le début de ce projet de recherche en 2011, confrontées à ce que nous avons nommé, d'après Aby Warburg, une « soupe d'anguilles¹³ » des textes et des pratiques, il nous a fallu développer une méthodologie hétérogène, pouvant sauter d'un texte à une séance de pratique, réunir des approches disciplinaires plus ou moins éloignées (études du geste, biologie, philosophie, histoire des idées, pratiques somatiques, etc.), non pour parfaire la définition d'un objet enfin stabilisé, mais pour faire émerger de cette soupe d'anguilles des questions, des concepts, des aspects épistémologiques ainsi que des critères d'observation et de mise en place d'expériences.

12. Isabelle GINOT (dir.), *Penser les somatiques avec Feldenkrais. Politiques et esthétiques d'une pratique corporelle*, op. cit.

13. Aby Warburg emploie cette expression dans son « Journal » du 24 novembre 1906, cité par Ernst GOMBRICH, *Aby Warburg: An Intellectual Biography*, Warburg Institute, Londres (Angleterre), 1970, p. 14.





Ce premier ouvrage a ainsi à la fois posé un socle conceptuel et épistémologique issu de la pratique, et imposé les modalités de nos recherches à venir : l'hétérogénéité des approches et des ressources, des modes de travail et des cadres conceptuels ; l'impossibilité radicale d'une recherche politique et théorique qui ne serait pas également pratique. En décembre 2014, nous avons réuni des praticien-ne-s et des chercheur-euse-s (nombre d'entre eux-elles étant les deux à la fois) pour un colloque alternant des ateliers et des conférences, permettant d'écouter, de voir et de faire. Ainsi, se lancer sur la piste émergente des écosomatiques impliquait de poser d'emblée les modalités d'une articulation entre penser, sentir et faire. Le présent ouvrage prolonge à son tour la richesse de ces rencontres, la finesse des entre-deux qui s'y sont inventés, les paroles et les écrits qui se sont inscrits dans leur sillage, pour saisir, de façon plurielle, partielle, composite, les principaux enjeux de cette perspective écosomatique — ou plutôt de ces perspectives écosomatiques — puisque, dès le début, nous les avons posées au pluriel.

Enjeux

Ressaisir conjointement des pensées-pratiques somatiques et des pensées-pratiques écologiques opère un double déplacement conceptuel de la *nature* et du *corps*. Les pensées écologiques se sont tôt vues forcées d'abandonner toute référence à une nature comme catégorie stable, substantielle, anhistorique, univoque et universelle ; de même — et particulièrement à la lumière des études du geste et de la danse — les pratiques somatiques produisent d'autres modèles de corps échappant à la catégorie dominante de référence stable, substantielle, anhistorique, univoque et universelle. En effet, elles s'opposent au réductionnisme corporel d'un « vivant machine » qui découpe le sujet en parties anatomiques spécialisées, pour offrir une pensée relationnelle, processuelle et dynamique de notre vivant. Dans l'invention de leurs techniques et dans leur discours, les pensées-pratiques somatiques créent des apprentissages qui ne se centrent pas sur un corps substantiel, objet d'un entraînement. Elles proposent toutes, à leur manière, un geste et une attention fondamentalement relationnels, prises dans un rapport singulier à l'autre, au milieu et à la temporalité. Ce *processus* opère, chez Feldenkrais par exemple, à travers l'attention portée à l'amorce du mouvement et au repérage de petites séquences. En *body-mind centering*, c'est l'exploration à la fois sensible et imaginaire, poétique et scientifique, de tissus, d'organes, de cellules, de liquides, une écoute du vivant.



Le premier enjeu des perspectives écosomatiques consiste à élaborer des approches prenant en compte les relations de coconstruction et de covention entre gestes et contextes, entre perceptions, pensées et affects. Cette relation de coproduction du vivant dépendant du contexte est à la base de cette nouvelle idée de nature qui s'affirme au XIX^e siècle en Occident par la diffusion, notamment, de la théorie de l'évolution de Darwin¹⁴. Ni fusion romantique entre l'homme et la nature, ni maîtrise de l'homme sur la nature, ni essences pures, les êtres vivants sont en relations permanentes les uns les autres, en interaction constante avec l'environnement dont dépendent leurs actions et leur évolution sur le long terme. Cette idée de nature processuelle sera reprise chez différents penseurs qui font directement référence à Darwin (comme Dewey¹⁵) ou non (comme Bergson¹⁶). En ce début de XXI^e siècle, les pensées écologiques produites par les humanités environnementales¹⁷ insistent sur cette construction historique¹⁸ située culturellement¹⁹; elles n'omettent ni la matérialité du monde — les rivières, les montagnes, les écosystèmes autonomes²⁰ — ni nos techno-environnements pollués dans lesquels règne une tyrannie mortifère. Cette matérialité « des natures » est également la revendication principale de nombreux courants féministes actuels, lesquels produisent, à leur manière, une vision transversale de la question des corps et des territoires en fournissant des analyses conjointes de leur exploitation, de « l'extractivisme » et des violences qu'ils subissent²¹.

14. Charles DARWIN, *L'Origine des espèces*, texte établi par Daniel Becquemont à partir de la traduction de l'anglais d'Edmond Barbier, coll. « GF », Flammarion, Paris, 1992 [1859].

15. John Dewey souligne l'importante révolution intellectuelle qu'ont suscité les travaux scientifiques de Darwin par l'ébranlement des idéologies fixistes et téléologiques. Cette remise en discussion transformant en profondeur « la logique de la connaissance, et ainsi le traitement des questions morales, politiques et religieuses ». John DEWEY, *L'Influence de Darwin sur la philosophie et autres essais de philosophie contemporaine*, traduit de l'anglais (États-Unis) par Lucie Chataigné Pouteyo, Claude Gautier, Stéphane Madelrieux *et al.*, coll. « Bibliothèque de philosophie », Gallimard, Paris, 2016 [1910].

16. Henri BERGSON, *L'Évolution créatrice*, coll. « Quadrige », Presses universitaires de France, Paris, 2013 [1907].

17. Voir <<http://humanitesenvironnementales.fr>>. Consulté le 3 décembre 2018.

18. Christophe BONNEUIL et Jean-Baptiste FRESSOZ, *L'Événement anthropocène. La Terre, l'histoire et nous*, coll. « Points. Histoire », Les Éditions du Seuil, Paris, 2016.

19. Diana DAVIS et Edmund BURKE III, *Environmental Imaginaries of the Middle East and North Africa*, Ohio University Press, Athens (États-Unis), 2011; Philippe DESCOLA, *Par-delà nature et culture*, coll. « Bibliothèque des sciences humaines », Gallimard, Paris, 2005.

20. John Baird CALLICOTT, « Contemporary criticisms of the received wilderness idea », dans Michael P. NELSON et John Baird CALLICOTT (dir.), *The Wilderness Debate Rages On: Continuing the Great New Wilderness Debate*, University of Georgia Press, Athens (États-Unis), 2000, pp. 24-31.

21. Carolyn MERCHANT, *The Death of Nature. Women, Ecology, and the Scientific Revolution*, HarperCollins, New York (États-Unis), 1980; Rita SEGATO, « Las nuevas formas de la guerra y el cuerpo de las mujeres », *Sociedade e Estado*, vol. 29, n° 2, département de sociologie de l'université de Brasília (Brésil), 2014.



Nous réclamons (*Reclaim*²²) une réappropriation de notre corps sensible, de nos intériorités, de notre « pouvoir du dedans²³ » et, pour cela, les pensées-pratiques doivent réarticuler la matérialité de notre nature : nos gènes, nos cellules, nos tissus, nos organes, nos os, nos muscles, notre peau et nos sens afin d'équiper notre pouvoir d'agir. Ce souci de penser ensemble le matérialisme et le constructivisme est également au cœur du projet des somatiques²⁴.

En cela, la multiplicité des savoirs mobilisés constitue un deuxième enjeu qui est tout à la fois une exigence, une richesse et une difficulté. Expériences professionnelles, savoirs mineurs des différentes techniques transmises dans les formations, ouvrages des fondateur-trice-s, entretiens avec des artistes, recherches universitaires, articles scientifiques, savoirs activistes et collectifs, etc. Cette multiplicité requiert nécessairement de multiplier les modalités de connaître et les stratégies d'action convoquées. Cela bouleverse notamment l'idée d'observation qui semble nécessairement déplacée dans le même mouvement que celui qui ébranlait les catégories de corps et de nature. La critique de la dimension d'« ob-jectisation » propre au geste d'« ob-servation », force à repenser les pratiques et les situations du connaître; elle impose de renoncer tant à la croyance en un « objet » stable et extérieur à l'observation, qu'à l'extériorité et la frontalité de la position de l'observateur²⁵. Que serait alors une observation consistant à se laisser affecter au long d'une expérience? Comment l'observation est-elle transformée par la multi-dimensionnalité de l'incarnation de la pensée, par l'intégration chiasmatisque des sens révélée depuis des décennies par les philosophes²⁶ ou plus récemment par les sciences cognitives²⁷. Qu'arrive-t-il au fameux point de vue lorsque l'on sait que regarder c'est aussi écouter, toucher, et être touché-e, que le regard se tisse intimement au travail gravitaire et à la posture distribuant les jeux de proximités et de distances pour observer,

22. Émilie HACHE, *Reclaim. Recueil de textes écoféministes*, traduit de l'anglais par Émilie Notéris, coll. « Sorcières », Cambourakis, Paris, 2016.

23. Starhawk, *Rêver l'obscur. Femmes, magie et politique*, traduit de l'anglais (États-Unis) par Morbic, coll. « Sorcières », Cambourakis, Paris, 2015.

24. Thomas HANNA, *La Somatique. Comment contrôler par l'esprit la mobilité, la souplesse et la santé du corps*, *op.cit.*

25. Donna HARAWAY, « Situated Knowledges », dans *Simians, Cyborgs and Women. The Reinvention of Nature*, Free Association Books, Londres (Angleterre), 1991.

26. Maurice MERLEAU-PONTY, *L'Œil et l'Esprit*, Gallimard, Paris, 1960; Michel BERNARD, *De la création chorégraphique*, Centre national de la danse, Pantin, 2001.

27. Sjoerd J. EBISCH *et al.*, « The sense of touch : embodied simulation in a visuotactile mirroring mechanism for observed animate or inanimate touch », *Journal of Cognitive Neuroscience*, n° 20, MIT Press (Cambridge [États-Unis]), 2008, pp. 1-13.





étudier, penser, depuis une situation ? Que se passe-t-il lorsque l'on revendique que d'autres êtres de nature que nous — plantes, bactéries, champignons, animaux, virus — ont une agentivité (*agency*) telle qu'ils nous saisissent, nous interpellent et nous touchent ? Et comment participe le murmure de la rivière, le chuchotement du vent, le babillage des vagues ou l'électromagnétisme d'un lieu ? Comment s'invoquent ces différents devenirs dans l'expérience du monde ?

Dans cet ouvrage sont recueillis différents modes de mise au travail de l'attention, et cela à plusieurs niveaux en même temps : dans les consignes d'auto-observation, dans le guidage d'un atelier, dans le travail de chercheur·euse, dans des expériences d'atelier, des descriptions de pratiques, des projets somatiques allant de l'Université à la marche perceptive dans la nature, des ateliers avec des publics vulnérables aux occupations micropolitiques urbaines. Entrer dans les détails de ces propositions, c'est poursuivre la constitution d'un *corpus* permettant de problématiser sur un même plan nos manières de regarder et de penser au sein de nos pratiques somatiques, écosomatiques, autant que de nos pratiques de recherche — l'occasion de s'interroger ensemble, précisément, à partir de cas concrets, sur nos manières de regarder, d'être là, de faire, d'écouter, de toucher et de dire.

Enfin, cet ouvrage cherche à apporter des pistes de questionnements et de réflexion autour d'un troisième enjeu traversant les terrains des somatiques et des écologies en provenance des champs esthétique comme politique, du monde du soin à celui des arts. Cet enjeu ne relève pas tant de l'application d'un champ à un autre ou de leur juxtaposition, mais bien d'une articulation intrinsèque à ces questions. En effet, les approches ici présentées se situent le plus souvent à l'endroit où l'esthétique — entendue comme pratiques du sensible plus que recherche du beau — se saisit des questions politiques qui lui sont intrinsèquement solidaires — en tant qu'elles mettent en jeu la répartition établie des gestes effectués, des paroles prises, des lieux occupés, des capacités reconnues et des modes de faire ensemble légitimés — ou encore à l'endroit où le thérapeutique, entendu comme pratiques élargies du soin, se saisit des questions éthiques et politiques ou micropolitiques. C'est dans un sens similaire que nous posons la question de l'écologie considérée comme une prise en considération d'une interrelation globale et locale exigeant de penser en même temps différents aspects à différentes échelles, remettant en cause les dualismes les plus ancrés, les spécialisations expertes hyper fragmentées et imperméables de nos champs d'étude et les artefacts de nos modèles simplifiés face à la complexité du monde.





En suivant notamment la perspective guattarienne qui invite à penser *Les Trois Écologies*²⁸ d'un seul tenant — écologies de l'environnement, du social et de la subjectivation —, nous pouvons ainsi passer de l'individu multiple au groupe-sujet micropolitique articulant l'individuel au collectif. Nous cherchons également à densifier et actualiser cette pensée écologique, tant pour intégrer des enjeux d'échelles plus vastes, tels que les changements globaux, le colonialisme ou la justice sociale critiquant la « flèche du progrès », que pour produire une pensée écologiquement cohérente qui passerait nécessairement par la réelle inclusion des savoirs du sensible. Les pratiques somatiques sont des espaces de production individuels et collectifs de subjectivités mais aussi de développement d'un pouvoir d'agir sur nos manières de vivre, elles orientent l'imagination et sa réalisation vers de nouveaux horizons de perceptions, de ressentis et d'invention du quotidien. Ce pragmatisme permet de penser les effets de nos gestes au-delà de l'immédiat et de l'espace d'action ; il ouvre des pistes pour vivre l'expérience du présent sans renoncer à une pensée critique du dispositif. Or, c'est très certainement ce que nos rencontres tentent de faire : échanger et réfléchir — tant sur la matière même des expériences somatiques offertes à vivre que sur les moyens de production des dispositifs expérimentiels et des tentatives d'invention de nouveaux rapports. Le nouveau régime climatique comme l'effondrement des écosystèmes demandent urgemment de repenser l'impact de nos gestes sur le monde ; nous devons nous équiper pour lutter contre les politiques mortifères de l'Anthropocène. Les somatiques nous engagent à habiter notre corps autrement, en écoutant le vivant qui respire au cœur de nos cellules comme au cœur de nos imaginaires ; par l'apprentissage d'un savoir-sentir, elles cultivent un devenir spéculatif et peut-être un autre *habiter* de la Terre. En cela, les perspectives somatiques et écologiques croisées participent de l'élaboration d'autres futurs possibles, nous poussant à mobiliser des micro-stratégies qui sont peut-être moins désormais d'appropriation ou réappropriation d'un corps objet et d'une Terre ressource, que d'invention d'autres modes d'habiter, dans une attention conjointe aux incorporités et territorialités tissées d'urgences autant que d'utopies.

Nous invitons donc à lire, dans les prochaines pages, ce paysage bigarré et hétérogène de manières de faire, de regarder, d'écouter et de dire des articulations écosomatiques. Cet ouvrage laisse aussi écouter les résonances qui s'en dégagent, se rend sensible aux interstices entre les textes, projette son imaginaire dans les situations évoquées.

28. Félix GUATTARI, *Les Trois Écologies*, coll. « L'Espace critique », Galilée, Paris, 1989.



Bibliographie complémentaire

ABRAM, David, *Comment la terre s'est tue? Pour une écologie des sens*, coll. « Les empêcheurs de penser en rond », La Découverte, Paris, 2013.

CLAVEL, Joanne et LEGRAND, Marine, « Respirations communes. Entre écologie et politique », conférence en ligne du colloque « Écosomatiques », Centre national de la danse, Pantin, décembre 2014.

DARDOT, Pierre et LAVAL, Christian, *Commun. Essai sur la révolution au XXI^e siècle*, La Découverte, Paris, 2014.

HANNA, Thomas, *Bodies in Revolt. A Primer in Somatic Thinking*, Free Person Press, Novato (États-Unis), 1970.

STENGERS, Isabelle, *Au temps des catastrophes. Résister à la barbarie qui vient*, La Découverte, Paris, 2008.

ZECHNER, Manuela, *The World We Desire is One We Can Create and Care for Together*, thèse, université Queen Mary, Londres (Angleterre), 2014.



ÉCOSOMATIQUES





JOANNE CLAVEL ET MARINE LEGRAND

RESPIRATIONS COMMUNES : LES PRATIQUES SOMATIQUES COMME CRÉATIVITÉS ENVIRONNEMENTALES

Introduction

Les pratiques somatiques sont des pratiques corporelles nées en Occident à la fin du XIX^e siècle qui proposent un nouveau modèle de corps dépassant les dichotomies classiques corps/esprit et humain/environnement²⁹. Si ces pratiques sont de plus en plus répandues en France comme dans les pays anglo-saxons, leurs soubassements théoriques sont encore trop peu explorés et ce, bien qu'un champ de recherche récent, la « soma-esthétique », se développe autour de ces pratiques³⁰. Nous souhaitons ici les investir d'une dimension écologique, en proposant le terme « écosomatique ». Celui-ci questionne ces pratiques comme créativité environnementales, non seulement dans leur émergence — comme réponse sociétale à la dégradation du vivant —, mais également au sein du projet de réinscrire la subjectivité corporelle dans la continuité de ses relations au vivant. Ces deux approches des somatiques ambitionnent d'articuler ensemble deux pôles du savoir, le rationnel et le sensible, ambition déjà située au cœur des somatiques et qui relève également des humanités environnementales. Ces dernières se situent dans un ensemble de réflexions

29. Carla BOTTIGLIERI, « Médialités : quelques hypothèses sur les milieux de Feldenkrais », dans Isabelle GINOT (dir.), *Penser les somatiques avec Feldenkrais. Politiques et esthétiques d'une pratique corporelle*, coll. « Lignes de corps », L'Entretemps, Lavérune, 2014, pp. 77-114; Joanne CLAVEL et Isabelle GINOT, « Pour une écologie des somatiques ? », *Revista Brasileira de Estudos da Presença*, n° 5, Universidade Federal do Rio Grande do Sul (Porto Alegre, Brésil), 2015, pp. 85-100.

30. Initié au début du XXI^e siècle par Richard Shusterman, esthéticien nord-américain.





sur la crise environnementale et aboutissent à une critique de la modernité industrielle, décrite comme également en crise. Cette remise en cause touche aussi les modes de production des connaissances³¹. À la prospérité insouciant des Trente Glorieuses (déjà assombrie par la présence de la menace nucléaire), succède une ère du soupçon, qui touche le système économique, l'édifice technique, l'appareillage moral, et jusqu'à la rationalité même³². On assiste ainsi à une remise en question de la séparation fondamentale entre faits et valeurs, objet et sujet, science et politique, et enfin, nature et culture. Cette remise en question accompagne l'émergence d'une prise de conscience de l'emprise humaine grandissante sur le monde vivant, qui rendrait impossible toute distinction entre ce qui relève des actions humaines et ce qui n'en relève pas³³. Dans ce contexte, l'étude des relations entre les sociétés et leurs environnements se réorganise. La crise environnementale, dans le prolongement des « *gender studies* » et des « *post colonial studies* », pose de manière frontale la question de la construction des savoirs, et pousse à un dépassement du face-à-face entre posture réaliste et posture constructiviste. Les sciences sociales s'intéressent maintenant à la matière et la posture constructiviste contamine les sciences naturelles : celles-ci sont obligées de faire un pas vers le constructivisme. Les réflexions menées de manière pionnière par les féministes, et plus généralement par les chercheurs en sociologie et histoire des sciences sur la nature *située* du savoir scientifique, invitent à se poser la question de l'objectivité d'une nouvelle manière. Que devient-elle quand on comprend que les savoirs scientifiques sont bel et bien produits en société? On ne peut plus alors voir l'objectivité comme une absence de point de vue ou un point de vue de nulle part³⁴. Chaque discipline scientifique apparaît comme une institution particulière, avec sa manière de déterminer ce qui est vrai, ce qui fait sens, ce qui fait science : des points de vue différents sur le monde ou des points de vue différents qui construisent des mondes. D'un autre côté, les discours des chercheurs en sciences

31. Voir le Portail des humanités environnementales en France, <<https://www.humanitesenvironnementales.fr>>. Consulté le 23 novembre 2018.

32. Ulrich BECK, *La Société du risque. Sur la voie d'une autre modernité*, traduit de l'allemand par Laure Bernardi, Flammarion, Paris, 2004.

33. Bruno LATOUR, *Nous n'avons jamais été modernes. Essai d'anthropologie symétrique*, coll. « L'armillaire », La Découverte, Paris, 1991; Émilie HACHE (dir.), *Écologie politique. Cosmos, communautés, milieux*, Éditions Amsterdam, Paris, 2012.

34. Voir les travaux pionniers de deux philosophes américaines : Donna HARAWAY, « Situated knowledges: the science question in feminism and the privilege of partial perspective », *Feminist studies*, vol. 14, n° 3, University of Maryland (College Park [États-Unis]), 1988, pp. 575-599; Sandra G. HARDING, *Whose Science, Whose Knowledge?*, Cornell University Press, Ithaca (États-Unis), 1991.



sociales qui s'intéressent à la crise environnementale, ou crise écologique, comprise comme une menace de dégradation des conditions matérielles de la vie humaine à l'échelle globale, l'admettent comme réalité matérielle. Cette remise en cause des grandes dichotomies philosophiques fondatrices de la modernité en Occident passe notamment aujourd'hui par la reconnaissance de la diversité des savoirs, en particulier celle des savoirs traditionnels locaux, propres aux peuples autochtones³⁵. De nombreux auteurs permettent de penser plus généralement l'inscription des savoirs dans les pratiques locales, en relation avec l'environnement³⁶. Ce questionnement des dualités est, depuis plus d'un siècle, au cœur des pratiques somatiques. Moshe Feldenkrais — fondateur de la méthode éponyme — qui décrit ces pratiques comme l'alliance d'une « réalité objective et subjective³⁷ », offre ainsi un gisement de savoirs expérientiels précieux pour tout travail n'omettant pas le sentir.

L'objectif de ce chapitre est de voir en quoi les conditions d'émergence des pratiques somatiques au tournant du XX^e siècle contribuent à les instituer comme des *créativités environnementales* en réponse à la dégradation de l'environnement, et de réactualiser ce potentiel dans le contexte contemporain. L'angle d'approche que nous avons choisi est d'explorer en quoi les pratiques somatiques participent à créer des « continuités » entre soi et l'environnement, en particulier par le biais de la respiration.

Nous aborderons d'abord les conditions d'émergence des pratiques somatiques dans le contexte de l'essor industriel. Nous nous intéresserons ensuite à la manière dont elles peuvent participer à construire des continuités entre soi et le monde, en abordant cette question sous différents angles : d'abord en revenant sur l'outillage théorique qui peut nous permettre de penser ces continuités ; puis au travers d'un exercice de changement d'échelle, permettant de circuler entre

35. La conférence de Rio et la signature de la Convention sur la diversité biologique en 1992 ont officiellement marqué la reconnaissance du rôle des peuples autochtones et des savoirs locaux dans la gouvernance de l'environnement à l'échelle globale, voir Douglas NAKASHIMA et Marie ROUÉ, « Des savoirs "traditionnels" pour évaluer les impacts environnementaux du développement moderne et occidental », *Revue internationale des sciences sociales*, vol. 3, n° 173, Éditions Érès (Toulouse), 2002, pp. 377-387.

36. Philippe DESCOLA et Gísli PÁLSSON, « Introduction », dans Philippe DESCOLA et Gísli PÁLSSON (éd.), *Nature and Society. Anthropological Perspectives*, Routledge, Londres (Angleterre), New York (États-Unis), 1996, pp. 1-23 ; Tim INGOLD, *The Perception of the Environment. Essays on Livelihood, Dwelling and Skill*, Routledge, Londres (Angleterre), 2000.

37. Voir Moshe FELDENKRAIS, « Mind and Body », dans Elizabeth BERINGER (éd.), *Embodied Wisdom. The Collected Papers of Moshe Feldenkrais*, North Atlantic Books, Berkeley (Californie, États-Unis), 2010, p. 32 ; Moshe FELDENKRAIS, *L'Évidence en question*, traduit de l'anglais par des praticiens de la méthode Feldenkrais, L'Inhabituel, Paris, 1997 (éd. orig. *The Elusive Obvious*, Meta Publications, Cupertino [Californie, États-Unis], 1981) ; et ci-après.

les différentes dimensions de la respiration, que nous qualifierons de poétique. Enfin, nous nous intéresserons, dans la même optique, à l'usage de la respiration par les praticiens somatiques, pour voir comment elle peut appuyer en pratique cette démarche comme créativité environnementale.

Les conditions d'émergence des pratiques somatiques dans le contexte de l'essor industriel

L'industrialisation s'est intensifiée durant tout le XIX^e siècle. La force de travail est rationalisée aussi bien à la mine qu'à l'usine, les cadences d'extraction du charbon augmentent afin de nourrir le ventre des industries. La force majeure sur laquelle s'appuie le travail est le corps humain. C'est un corps rempli, profond, stratifié, qui a été défini comme une « économie de production³⁸ ». Production, car l'objectif est précisément de gérer la reproduction de la vie de la population afin de maximiser la force de travail³⁹. Ainsi, triomphe le concept du corps machine, épuisable à souhait par la taylorisation du travail qui mène à une répétition usante des gestes et à une accélération des rythmes de vie⁴⁰. Si ce lien entre l'industrialisation et notre vivant, notre corporéité, peut intuitivement être corrélé aux pratiques somatiques, celui avec l'environnement l'est moins. Deux exemples issus des sciences naturelles illustreront le parallèle entre cette rapide dégradation de l'environnement et la séparation entre l'homme et son milieu de vie.

Les cabinets de curiosité ont pratiquement disparu à la fin du XIX^e siècle, au profit des collections privées ou institutionnelles — comme celle du Muséum national d'histoire naturelle; cependant, la curiosité pour la diversité biologique et le goût pour « l'exotisme » sont toujours fortement présents dans la société occidentale. Dans les villes grandissantes, l'expérience de nature passe désormais par une mise en collection du vivant, que ce soit en zoo ou *taxidermisé* sous vitrine. Or, cette mise en collection va de pair avec une logique de conquête, d'accumulation et de consommation, qui entraîne l'abattage massif des grandes originalités façonnées au cours de l'évolution. Les écosystèmes insulaires particulièrement fragiles par les petites populations qu'ils abritent, leurs tailles qui facilitent la prospection, ou

38. Beatriz PRECIADO, Séminaire doctoral du département Danse de l'université Paris 8 organisé par le groupe de recherche Soma&Po, 2011.

39. Beatriz PRECIADO, *Testo Junkie. Sexe, drogue et biopolitique*, traduit de l'espagnol (Espagne) par l'auteur, Éditions Grasset, Paris, 2008.

40. Richard SENNETT, *Ce que la main sait. La culture de l'artisanat*, traduit de l'anglais (États-Unis) par Pierre-Emmanuel Dauzat, Albin Michel, Paris, 2010.

encore leur originalité particulière, ou « endémisme », accentuant leur popularité, seront prélevés irréversiblement au cours du XIX^e siècle. Sur l'île de Kawaï, l'une des îles de l'archipel d'Hawaï, la diversification des *honeycreepers*, oiseaux mangeurs de nectars de fleurs, à partir d'une espèce ancestrale, avait mené à une diversification ou plus précisément à « une radiation évolutive » avec l'apparition de 38 espèces différentes en 5 millions d'années⁴¹. De 1800 à 1950, on estime que plus de 70 % de ces espèces ont disparu. Seuls les habitants insulaires, alors sans voix politique, prennent conscience de ces destructions massives, liées au pillage colonial.

Avec l'essor industriel, de plus en plus d'usines crachent nuit et jour, dans l'air comme dans l'eau, des émissions de composés chimiques. Cette dissémination de polluants dans l'environnement est tellement importante et soudaine qu'elle transforme rapidement les milieux de vie. Au milieu du XIX^e siècle, dans un contexte où les pollutions sont très visibles dans l'air, cette transformation radicale offrira d'ailleurs un dispositif pseudo-expérimental à la théorie de l'évolution publiée en 1859 par Darwin : la phalène du bouleau, *Biston betularia*, petit papillon de nuit, voit ses populations changer la couleur de leurs ailes. Les troncs de bouleaux blancs devenus noirs à cause des résidus de charbon favorisent en effet la dissémination du variant rare de couleur noire. Les oiseaux, leurs prédateurs, s'attaquent préférentiellement à la forme blanche qui n'est dorénavant plus camouflée. Si cette « expérimentation » anthropique de changement global à ciel ouvert, restée célèbre, alimente la thèse selon laquelle l'environnement est le moteur principal de l'évolution, elle confirme également que les pollutions anthropiques ont des effets majeurs sur le vivant.

En parallèle de la révolution industrielle, l'essor de l'urbanisation accompagne un changement de regard sur l'inscription des corps dans leur environnement. Cette histoire peut se lire au travers des relations entre modernisation de l'aménagement urbain et montée en puissance de l'hygiénisme. Les travaux de l'historienne Sabine Barles⁴² nous éclairent ainsi sur les liens entre les réflexions menées en santé et médecine d'une part, et sur la ville et l'urbanisme d'autre part. Ces liens se nouent à cette époque avec l'essor du « néo-hippocratisme ». *Le Traité des airs, des eaux et des lieux* d'Hippocrate influence alors les médecins qui voient dans les conditions locales du milieu (climat, topographie) des facteurs

41. Harold Douglas PRATT, *The Hawaiian Honeycreepers*, Oxford University Press, New York (États-Unis), 2002.

42. Sabine BARLES, *La Ville délétère. Médecins et ingénieurs dans l'espace urbain, XVIII^e-XIX^e siècles*, coll. « Milieux », Champ-Vallon, Seyssel, 1999; Sabine BARLES, « Experts contre experts : les champs d'épandage de la ville de Paris dans les années 1870 », *Histoire urbaine*, n° 14, Société française d'histoire urbaine (Paris), 2005, pp. 65-80.



influençant fortement la santé des populations. C'est le sol en particulier qui est visé, considéré comme source des « miasmes ». Les sols urbains, souvent encore en terre battue, sont vus comme des marécages où le sol, trop humide, se trouve souillé par les déchets corporels d'origine domestique et industrielle⁴³. À l'époque où l'on commence à comprendre les mécanismes de la respiration, la concentration des populations humaines et de leurs animaux dans des espaces confinés est aussi pointée du doigt. La réponse viendra des ingénieurs, qui, au XIX^e siècle, envisageant la ville comme un ensemble de flux à faire circuler, font en sorte de séparer les différents éléments (eau, air) et d'en améliorer la circulation, par la construction des égouts, des rues à chaussée bombée, et la destruction des fortifications remplacées par des boulevards plantés d'arbres. Les arbres, vus auparavant comme source d'humidité et donc exclus des villes, y trouvent une nouvelle place comme source de *purification* de l'air, tandis que l'eau, une fois isolée, se change également en agent purificateur universel. Les sources de nuisance sont ainsi extraites des villes au détriment de leurs banlieues. Les liens directs entre médecine et aménagement s'estompent ensuite au début du XX^e siècle au profit, d'une part, d'une attention pour les conditions sociales sous l'influence de Louis René Villermé et, d'autre part, d'un repli de la médecine sur le milieu intérieur sous l'influence de Claude Bernard. Voilà dès lors consommée la séparation entre les corps pris en charge par les médecins, et l'environnement, mis sous la garde des ingénieurs urbains.

Comme toutes les pratiques sociales marquées par l'hygiénisme, les nombreuses pratiques corporelles qui se développent au début du XX^e siècle fuient l'air « irrespirable » des villes pour s'exercer en milieu « sain » et se ressourcer au contact de la « nature ». Il s'agit là d'une fuite compensatrice, les bienfaits de la nature venant compenser les méfaits de la ville. Les pionniers des somatiques vont plus loin : ils appellent à une profonde réflexion sur notre perception du monde, monde qui nous habite et que nous habitons, en développant un nouveau modèle de corps proposant une continuité du vivant. Cette approche s'inscrit dans une perspective clairement critique du progrès technique et de ses conséquences environnementales. Si la montagne refuge⁴⁴ est présente, c'est pour mieux repenser les contours des relations à son vivant (milieu intérieur et extérieur), c'est pour mieux construire une vie nouvelle

43. Les activités telles que l'équarrissage et la boucherie... sans parler des cimetières qui sont alors encore souvent en centre-ville.

44. L'image de la montagne refuge fait référence directement ici à l'expérience de Monte Verità en Suisse, près d'Ascona. Cette image est cependant récurrente chez les auteurs pionniers du champ environnemental tels qu'Arne Næss, Aldo Leopold, Ansel Adams, Élisée Reclus, Bernard Charbonneau...



et changer le monde pour le vivre au quotidien. Ainsi, les premiers praticiens somatiques pourraient être vus comme des « lanceurs d'alerte » précurseurs face aux risques pesant sur la nature, à commencer par notre propre nature. En développant leurs techniques corporelles, ces pionniers proposent un nouveau modèle qui, d'une part, articule corps, pensées, affects et émotions de façon indissociable, et, d'autre part, conçoit la continuité entre environnement et individu tant dans sa subjectivité⁴⁵ que dans sa matérialité. C'est ainsi toute la compréhension de l'interaction entre individus et environnement qui est repensée dans le passage du corps au soma. Le modèle des somatiques met en avant la réciprocité : pour se changer soi, on peut dès lors travailler à changer son environnement, et réciproquement⁴⁶. C'est l'importance de cette réciprocité qui nous amène aujourd'hui à parler d'écosomatiques⁴⁷. Par exemple, dans ses ouvrages⁴⁸, Feldenkrais ne cesse de revenir à sa définition du mouvement non pas comme action corporelle, mais comme interaction avec le monde. Carla Bottiglieri⁴⁹ montre comment une dimension importante de la pratique Feldenkrais consiste à intervenir sur *le milieu*, ou plus exactement sur les relations au milieu, et non sur *le corps*. En intervenant sur les appuis et en modifiant les supports, notamment en neutralisant la gravité en s'allongeant sur le sol, l'émergence de nouvelles coordinations est permise. Cette définition globalisante et holistique de l'individu et de son monde est un pilier fondamental et fédérateur pour la diversité des techniques somatiques existantes.

Le développement de ce nouveau modèle somatique s'accompagne initialement d'une pensée des effets sur le monde. C'est une proposition politique, ou plus exactement cosmopolitique, qui passe par le développement de lieux de résistance, comme on peut le voir avec l'utopie collective de Monte Verità où végétarisme, nudisme, danse libre, art et collectif avec les non-humains, s'entremêlent. Les somatiques d'aujourd'hui tiendront-elles les

45. Les praticiens somatiques participent ainsi à une critique de la pensée moderne, qui avait isolé l'individu de son environnement en détachant un sujet individuel et rationnel de l'entendue objective de l'espace matériel (voir Carla BOTTIGLIERI, « Médialités : quelques hypothèses sur les milieux de Feldenkrais », *op. cit.*).

46. Joanne CLAVEL et Isabelle GINOT, « Pour une écologie des somatiques? », *op. cit.*

47. Pour s'écarter également des propositions de Richard Shusterman et de sa somaesthétique à tendance méliorative et prescriptive, voir Isabelle GINOT, « Discours, techniques du corps et technocorps. À partir, et non à propos, de *Conscience du corps* de Richard Shusterman », dans Paule GIOFFREDI (dir.), *À la rencontre de la danse contemporaine. Porosités et résistances*, coll. « Le corps en question », L'Harmattan, Paris, 2009, pp. 265-293.

48. Ses écrits visent plus à tenter de construire une théorie générale qu'à véritablement décrire et définir sa pratique.

49. Carla BOTTIGLIERI, « Médialités : quelques hypothèses sur les milieux de Feldenkrais », *op. cit.*



promesses écologiques et politiques de leurs pionniers? En effet, aujourd'hui, une partie des somatiques nous semble happée dans un marché du bien-être⁵⁰, dans une injonction à prendre soin de soi et seulement de soi (forme de « *care* » égocentrique, comparable à un certain usage de l'alimentation bio), et dans une marchandisation du vivant qui passe par les « services » rendus à la personne, et par la transformation systématique du patient en client. Les pratiques somatiques se trouvent ainsi absorbées par une approche refermée sur l'individu, perdant dès lors leur portée critique et politique.

Comment replacer les pratiques somatiques dans l'optique d'une mise en continuité entre soi et le monde, avec les autres vivants, ceux de notre intérieur et ceux de notre environnement? Tout d'abord, nous voudrions présenter quelques axes théoriques qui, en appui à l'idée de continuité du vivant, alimenteraient la nécessité de résistance écologique par des réflexions allant de l'évolution du vivant sur Terre aux expériences littéraires. Puis, nous nous plongerons dans les différents niveaux de compréhension auxquels l'idée de respiration peut nous amener aujourd'hui, du niveau cellulaire à celui de la mise en scène des parcs urbains comme extériorités enclavées dédiées à la nature. Enfin, nous évoquerons la place que tient la respiration dans les pratiques somatiques, comme support pour construire collectivement de nouvelles formes de coopération au sein d'une diversité de mondes vécus.

Écrire les continuités : sciences, éthiques et anthropologie

Pour commencer à soutenir cette intuition selon laquelle les somatiques aideraient à entrer en continuité avec les autres, incluant les autres vivants non-humains, nous utiliserons d'abord le discours de l'écologie scientifique à la manière des pratiques somatiques. Ces dernières proposent une compréhension du monde qui passe par la rencontre du sentir et des données « objectives », en mobilisant pour cela abondamment l'argumentaire scientifique. Feldenkrais proposait une lecture du monde composée de deux « réalités » : l'une extérieure et l'autre intérieure, qu'il appelle également objective et subjective. La réalité extérieure proposerait un monde commun et s'étudierait par les méthodes

50. Carla BOTTIGLIERI, Isabelle GINOT et Violeta SALVATIERRA, « Du bien-être comme devenir subjectif : techniques du corps et techniques de soi », dans Agnès FLORIN et Marie PRÉAU (dir.), *Le Bien-Être*, coll. « Logiques Sociales », L'Harmattan, Paris, 2013, pp. 243-254.



scientifiques. La réalité subjective proviendrait du monde intérieur de chaque individu et demanderait avant tout une « écoute » de son propre organisme, offerte par notre ressenti, par une écoute de soi à soi-même⁵¹. Dans les années soixante-dix, reprenant la même idée, Thomas Hanna, théoricien du champ des somatiques, propose de faire de ce dialogue entre objectif et subjectif, la caractéristique centrale des somatiques⁵², mais sans reprendre la dualité entre intérieur et extérieur de Feldenkrais. Les propositions des premiers praticiens somatiques se construisaient en dialogue avec les discours scientifiques de leur époque. Qu'en est-il en ce début de XXI^e siècle ? Il s'agira maintenant de regarder comment les discours portés par différents champs du savoir (sciences biologiques et humanités environnementales) font écho à leurs questionnements. Le projet qui nous anime est, en outre, de dépasser cette succession de production de discours scientifiques qui s'appuie sur la déconstruction des précédents, afin d'étudier comment s'articulent les invitations des praticiens somatiques à entrer en continuité avec le monde. En faisant appel à la créativité et l'imagination, comment les pratiques du sentir découvertes il y a plus d'un siècle résonnent-elles avec l'actualité scientifique ?

Écosoma : références au discours de l'écologie scientifique

Concevons maintenant notre intérieur, notre Écosoma, comme une utopie collective de la diversité au quotidien, inconsciente, invisible et difficilement perceptible. Nous comprenons alors soudainement que notre intérieur a un *topos*, que notre Écosoma (ou Soma-écosystème⁵³) est déjà lieu d'accueil.

Les images par microscopie à balayage électronique nous ont donné à voir la multitude de micro-organismes qui peuplent notre intérieur. Elles contribuent à nous faire prendre conscience de celui-ci comme un écosystème qui, chaque jour, est le territoire d'échanges et de partages collectifs entre humain et

51. Moshe FELDENKRAIS, « Mind and Body », *op. cit.*

52. Thomas HANNA, *Bodies in Revolt. A Primer in Somatic Thinking*, Free Person Press, Novato (Californie, États-Unis), 1970.

53. Lors d'un précédent article, Joanne Clavel et Isabelle Ginot avaient proposé la notion de « soma-écosystème » pour remplacer celle de « corps » et complexifier celle de « soma », en soulignant une dimension écologique de type scientifique (« Pour une écologie des somatiques ? », *op. cit.*). La notion d'« Écosoma », proposée aujourd'hui, permet d'ouvrir sur les multiples écologies impliquées dans la pensée de ce nouveau modèle de corps.



vivants non-humains. Notre microbiote (autrefois appelé « flore intestinale ») se compose de communautés de milliards⁵⁴ de micro-organismes : bactéries, archéobactéries, champignons, protistes. Elles permettent au corps de digérer et, ainsi, de produire des vitamines, des substances qui nous protègent des infections ou qui régulent notre humeur. Elles reposent sur un équilibre dynamique — équilibre fragile et mis à mal par l'ingestion d'antibiotiques, par une alimentation déséquilibrée ou fortement alcoolisée mais également par le stress. En effet, le système nerveux entérique — composé de centaines de millions de neurones qui enveloppent notre intestin — gère en priorité la digestion, mais il régule également des hormones comme la dopamine (« hormone du bonheur » et de la satiété) ou la sérotonine (régulateur de l'humeur, du sommeil, de la douleur ou encore de l'anxiété⁵⁵). La communauté microbienne intestinale et son hôte humain sont un exemple de mutualisme, de coopération entre différentes sortes d'organismes. Les recherches récentes évoquent même des relations symbiotiques avancées : ces micro-organismes seraient capables de réguler l'expression de certains des gènes de leur hôte humain. L'intérieur de notre ventre serait un écosystème complexe et, sans l'aide quotidienne de ces non-humains, nous ne serions tout simplement pas là, incapables d'utiliser l'énergie fournie par les aliments que nous ingérons.

Représenter notre place dans le vivant et son évolution

L'arbre du vivant — dont les représentations varient depuis des siècles — propose à partir de Darwin une continuité historique avec un ancrage unique et commun. Ces représentations ne cherchent plus à trier ou à classer le vivant de manière hiérarchique — comme les biologistes, d'Aristote à Carl von Linné ; de l'antiquité au XIX^e siècle, ont pu le faire — mais à représenter les relations de parenté du vivant entre espèces et à mettre au jour leur origine commune. Retracer ces liens de parenté entre les différentes entités vivantes est l'objet de la phylogénèse. L'ontogénèse, de son côté, étudie le développement, principalement au niveau embryonnaire. L'adage de Haeckel selon lequel « l'ontogénèse

54. Un nombre supérieur au nombre total de cellules humaines.

55. Des études publiées ont ainsi prouvé que les personnes dont la flore intestinale est bien équilibrée sont moins sujettes à des réactions d'angoisse ou d'agressivité que celles dont la flore est en déséquilibre.



récapitule la phylogénèse », base de sa théorie de la récapitulation⁵⁶, a été depuis remis en question sur de nombreux détails. Elle reflète cependant l'expression d'un « commun » lors du développement embryonnaire et oriente, dans une similitude de formes, les premiers pas de la vie des organismes multicellulaires. Ce sont les mêmes gènes, les mêmes régulations, les mêmes protéines aux mêmes propriétés qui s'activent et entrent en mouvement et en action durant les premières heures et les premiers jours de la vie pour la poule, le cheval, l'ours et l'homme. Plus récemment, ces relations de parenté se sont avérées aussi bien verticales qu'horizontales, tissant ainsi des emboîtements de lignées, des échanges de matériels biologiques au cours du temps pour créer du commun. Ainsi, l'image de l'arbre devenu buisson est détrônée par celle de la toile d'araignée. Ces échanges de matière et d'information — dont l'histoire évolutive est le siège — nous invitent également à nous repenser comme lieu gardant les traces d'union vitale au sein d'une continuité globale. Celle-ci peut en effet aller jusqu'à rendre des organismes différents parfaitement indissociables. Dès les années soixante, Lynn Margulis s'est ainsi intéressée à des structures particulières du vivant, les mitochondries. Ces dernières sont des structures biologiques présentes dans toutes les cellules des eucaryotes multicellulaires, tels que nous, les humains, mais aussi les champignons de Paris, les jacinthes, les loups... Ces structures sont indispensables à la respiration cellulaire, lieux de production de notre source d'énergie. Margulis développe et argumente la théorie endosymbiotique selon laquelle les mitochondries auraient une origine exogène, une origine étrangère à l'hôte. Il y a des milliards d'années, ces mitochondries auraient eu une vie indépendante et libre. La découverte d'un A.D.N. spécifique aux mitochondries en 1980 confirme cette hypothèse : elles proviendraient d'une endosymbiose, d'une α -protéobactérie datant d'environ 2 milliards d'années⁵⁷ et qui, depuis cette union, se transmet de mère en fille. Chaque cellule de notre corps garde donc la trace de cette union du vivant.

56. ERNST HAECKEL, *Generelle Morphologie der Organismen* [Morphologie générale des organismes], Georg Reimer, Berlin (Allemagne), 1866.

57. Il semble qu'au cours de l'évolution, l'A.D.N. originel de la bactérie ait subi diverses évolutions, perdu un grand nombre de gènes, parfois transférés dans l'A.D.N. de la cellule hôte. Parallèlement à ce report de la synthèse de certaines protéines vers l'hôte, ce dernier a développé un arsenal de translocases, enzymes permettant le transfert de ces protéines vers la matrice mitochondriale.

Cosmopolitiques du vivant

Nous pouvons tirer des considérations éthico-politiques de ces réflexions menées au sein des sciences biologiques : cette filiation commune de tous les êtres vivants, leurs échanges et leurs relations nous incitent à reconsidérer nos devoirs moraux et éthiques envers les autres vivants et à les inviter dans notre vie collective. Il nous semble que les pratiques somatiques, en proposant un modèle d'Écosoma de continuité du vivant entre soi et le monde, construisent silencieusement un projet cosmopolitique articulant engagement individuel et résonance collective. L'existence d'une entité publique telle que l'État nation est garante de la dépendance des citoyens les uns vis-à-vis des autres et des obligations morales que cela implique. Cependant, différents modèles cosmopolitiques ont été proposés : ils élargissent nos obligations morales à tous les êtres humains (indépendamment de leur situation géographique ou de leur appartenance nationale) mais également à des vivants non humains. Cela s'appuie sur la reconnaissance d'une valeur non instrumentale de tous les êtres sensibles, les êtres vivants et aussi de certaines entités collectives comme les écosystèmes. Si les éthiques environnementales ont des arguments différents pour inclure les non-humains dans les communautés morales, un fond commun persiste : l'inclusion des sociétés humaines dans leur environnement. Ainsi, la reconnaissance de continuités entre communautés biotiques de nos milieux intérieurs et extérieurs exige l'ouverture des responsabilités entre individus sur leur appartenance à des communautés biotiques qui ne recoupent pas les communautés politiques ou culturelles exclusivement humaines. Inspirée du commentaire d'Allen Carlson de l'éthique de la Terre d'Aldo Leopold⁵⁸, cette forme d'éco-citoyenneté viendrait s'ajouter à la mosaïque de nos appartenances et pourrait s'étendre à l'échelle planétaire.

Anthropologie et dépassement des dichotomies ?

Les ethnosciences — qui s'intéressent notamment aux manières de catégoriser les entités du monde vivant développées dans différentes sociétés — ont, depuis leurs débuts, entrepris d'inscrire les savoirs écologiques comme produits d'un engagement interrelationnel entre des humains et d'autres vivants (animaux, plantes, etc.) dans un contexte écologique et culturel particulier. La renommée actuelle

58. Allen CARLSON, *Nature and Landscape. An Introduction to Environmental Aesthetics*, Columbia University Press, New York (États-Unis), 2009.

des travaux fondateurs d'André-Georges Haudricourt⁵⁹ dit bien l'importance historique des travaux menés au sein de cette discipline. L'anthropologie sociale est aujourd'hui traversée dans son ensemble par ces réflexions, et son projet se transforme progressivement avec la prise de conscience que la distinction dualiste entre la nature et la culture est propre à l'Occident moderne. Elle cherche à se détacher de cette séparation stricte entre *processus* sociaux et *processus* naturels, celle-ci n'étant finalement qu'une manière parmi d'autres pour les humains d'agencer les rapports entre les entités qui peuplent le cosmos : ce que l'on appelle « l'ontologie naturaliste », caractéristique de la modernité occidentale⁶⁰. Il existe d'autres manières de catégoriser les êtres qui peuplent le monde. Là où le naturalisme sépare les humains dotés d'une intériorité des autres êtres qui en seraient privés (les uns et les autres partageant des caractéristiques extérieures), les cosmologies animistes, au contraire, conçoivent plutôt que les êtres vivants sont tous dotés d'une âme, et qu'ils ne sont différents que par leur apparence physique.

La « théorie de l'acteur réseau⁶¹ », doit être ici signalée pour son importante influence sur l'anthropologie contemporaine. En partant d'une autre histoire, celle des sciences de laboratoire, elle rend compte de cette impossible séparation en s'intéressant aux relations entre humains et non-humains au sein de collectifs en redéfinition permanente. Allant plus loin, la conceptualisation d'une continuité dynamique entre tous les êtres est en outre aujourd'hui devenue un projet pour une partie de l'anthropologie. Tim Ingold apparaît comme une figure majeure de ce courant⁶², travaillant en parallèle sur la continuité entre les corps et leurs environnements sociaux et naturels et sur la non-dissociation entre histoire du vivant sur terre et histoire des sociétés. Il s'agit, dès lors, non pas de comprendre les relations entre les êtres humains et le monde mais de comprendre la manière dont différents « devenir » s'entremêlent, se transforment et écrivent une histoire commune⁶³.

59. André-Georges HAUDRICOURT, « Domestication des animaux, culture des plantes et traitement d'autrui », *L'Homme*, vol. 2, n° 1, Éditions de l'É.H.É.S.S. (Paris), 1962, pp. 40-50 ; André-Georges HAUDRICOURT, « Nature et culture dans la civilisation de l'igname : l'origine des clones et des clans », *L'Homme*, vol. 4, n° 1, Éditions de l'É.H.É.S.S. (Paris), 1964, pp. 93-104.

60. Philippe DESCOLA, *Par-delà nature et culture*, coll. « Bibliothèque des sciences humaines », Gallimard, Paris, 2005.

61. Madeleine AKRICH, Michel CALLON et Bruno LATOUR (éd.), *Sociologie de la traduction. Textes fondateurs*, coll. « Sciences sociales », Presses des Mines, Paris, 2006.

62. Tim INGOLD, *Une brève histoire des lignes*, traduit de l'anglais par Sophie Renaut, Zones sensibles, Bruxelles (Belgique), 2011 ; Tim INGOLD, *Marcher avec les dragons*, traduit de l'anglais par Pierre Madelin, Zones sensibles, Bruxelles (Belgique), 2013.

63. Voir aussi à ce propos le travail d'Isabelle Stengers : *Cosmopolitiques*, coll. « La découverte-poche. Sciences humaines et sociales », La Découverte, Paris, 2003.



En littérature également, de nombreux auteurs pourraient nous servir de point d'appui pour développer des outils, des formes d'expression mettant en valeur les continuités et les circulations entre les êtres : sans pouvoir nous y arrêter ici, citons néanmoins les liens entre littérature et environnement, autour du courant de l'éco-critique (émergeant dans les années soixante-dix d'abord avec la littérature anglo-saxonne⁶⁴, puis la littérature française⁶⁵) qui propose une analyse des textes littéraires selon une perspective écologique.

Le parc comme poumon, du niveau cellulaire à celui du territoire

Nous nous proposons à présent d'utiliser une image, celle du parc comme poumon, pour en faire le support d'une réflexion sur la respiration vue comme une entrée en dialogue avec l'environnement. Nous allons essayer de nous déplacer le long des « continuités » et des « circulations » entre les êtres humains et le reste des vivants, en suivant le fil d'une activité particulièrement mobilisée dans les pratiques somatiques, mais aussi au sein des réflexions sur l'aménagement urbain : la respiration. En effet, même si les « miasmes » ne sont plus à l'ordre du jour, la fréquentation des espaces verts garde une fonction purifiante, en réponse aux carences de l'atmosphère urbaine, de son ambiance : pollution ou stress, quelque chose de la ville semble demander à être réparé par la promenade au parc.

Les jardins, qui sont toujours aussi le signe d'autre chose qu'eux-mêmes, offrent à ceux qui les fréquentent une manière d'inscrire leur expérience dans une certaine idée du monde, de faire corps avec elle. Les poumons apparaissent, depuis les débuts de l'époque hygiéniste, comme les organes privilégiés de cette mise en relation. Dans ce contexte, la respiration mérite aujourd'hui d'être réinvestie pour mettre en scène et faire vivre l'absence de séparation entre corps, esprit et environnement, au cœur de la proposition écosomatique.

64. Joseph W. MEEKER, *The Comedy of Survival. Literary Ecology and a Play Ethic*, The University of Arizona Press, Tucson (Arizona [États-Unis]), 1997 ; Patrick D. MURPHY (éd.), *Literature of Nature. An International Sourcebook*, Fitzroy Dearborn, Chicago (États-Unis) et Londres (Angleterre), 1998.

65. Voir par exemple : Nathalie BLANC, Denis CHARTIER, et Thomas PUGHE, « Littérature & écologie : vers une écopoétique », *Écologie & Politique*, n° 36, Le Bord de l'eau (Lormont), 2008, pp. 15-28 ; ou encore la conférence internationale « Eco-poetics » de juin 2016 organisée par Bénédicte Meillon, Jonathan Pollock et Margot Lauwers de l'université de Perpignan, <<http://ecopoeticsperpignan.com>>. Consulté le 23 novembre 2018.



Les fonctions associées aux jardins en Europe ont changé au cours de l'histoire, et ces jardins ont eux-mêmes traversé la séparation radicale du corps et de l'esprit. Ainsi, au Moyen Âge, les jardins de cloîtres, qui étaient des jardins nourriciers, ont cessé d'alimenter les corps. Ils ont cessé de produire des denrées propres à être mâchées et digérées, pour alimenter uniquement les esprits, lorsque le jardinage a commencé à être considéré comme une activité visant l'élévation spirituelle. La dimension corporelle de la nourriture s'est alors effacée au profit d'une référence au verbe fait chair qui nourrit et produit la vie⁶⁶. À l'époque contemporaine, des exploitations maraîchères aux espaces verts ainsi que des terres ont également changé de visage et de fonction : les espaces précédemment cultivés fournissaient aux urbains de la nourriture. Ils nourrissaient leurs estomacs. Les lieux qui alimentaient précédemment le « ventre de Paris » (les Halles), aujourd'hui métamorphosés en parcs ornementaux, offrent aux citadins le loisir d'aller « respirer » un bon coup, c'est-à-dire littéralement, de remplir leurs poumons. La fonction dévolue à ces lieux serait-elle donc de produire de l'air? De quoi cet air est-il le nom?

Cette approche du parc comme lieu de respiration prend source dans l'histoire des relations entre hygiénisme et aménagement urbain. En regard des grandes séparations du XIX^e siècle, l'émergence du développement durable ramène les éléments naturels au-devant de la scène urbanistique⁶⁷. Le thème récurrent de l'hygiénisme persiste mais change de visage en passant du quantitatif au qualitatif⁶⁸. Là où l'eau, l'air et la verdure agissent comme autant de remèdes face aux maux urbains⁶⁹, c'est à présent la diversité biologique dans son ensemble qui se trouve embarquée dans l'entreprise paysagère et urbanistique, au travers d'une attention nouvelle pour la « nature ordinaire⁷⁰ ». En diversifiant les espèces présentes, en privilégiant leur appartenance locale (espèces indigènes), l'aménagement paysager se rapproche des pratiques de « restauration

66. Pascale BOURGAIN, *Le Jardin médiéval : un musée imaginaire. Cluny, des textes et des images, un pari*, coll. « Études littéraires », Presses universitaires de France, Paris, 2002.

67. Françoise DUBOST et Bernadette LIZET, « La nature dans la cité », *Communications*, n° 74, Les Éditions du Seuil (Paris), 2003, pp. 5-18.

68. *Ibid.*

69. Augustin BERQUE, « Le sauvage construit », *Ethnologie française*, vol. 40, n° 4, Presses universitaires de France (Paris), 2010, pp. 589-596.

70. Catherine MOUGENOT, *Prendre soin de la nature ordinaire*, Éditions de la Maison des sciences de l'homme et Institut national de la recherche agronomique, Paris, 2003.



écologique⁷¹ » plutôt dévolues d'abord aux espaces protégés. De même, il s'agit ici de construire ou reconstruire localement des réseaux de relations entre organismes (coopération, compétition, prédation). Ces nouvelles pratiques s'inscrivent dans un nouvel horizon utopique de réunion entre la ville et la nature, celui de l'« écologie urbaine ». André Micoud le décrit comme un discours visant à inclure dans la ville ce qui lui est extérieur, à savoir la nature, en convoquant l'écologie (comme science des relations des êtres vivants avec leurs milieux) pour organiser la vie des urbains. Du point de vue politique, cette opération d'inclusion conduit la ville (et ses habitants) à devenir dépositaires du sort de quelque chose d'autre qu'eux⁷².

Cette dynamique qui émerge dans les années quatre-vingt-dix répond aux mouvements urbanistiques du début du XX^e siècle, comme celui des « cités-jardins ». Elle marque une nouvelle tentative de rompre avec l'ancienne opposition entre la ville — artificielle, ou morte — et ce qui lui est extérieur — la nature, ce qui est vivant⁷³. Elle rend imaginable l'idée selon laquelle...

« la vie des hommes en tant qu'animaux politiques pourrait avoir quelque chose en commun avec la nature [...]. Contrairement à ce que l'ordre "moderne" a toujours dit, à savoir que c'est par son arrachement à la nature que l'homme est proprement humain — et donc que l'urbain est le représentant de l'humain par excellence — l'"écologie urbaine" vient prétendre que l'humain urbain est naturel⁷⁴. »

Avec des motivations différentes, l'écologie urbaine répond aux mouvements urbanistiques du début du XX^e siècle, comme celui des « cités-jardins ». Là où ces cités-jardins s'orientaient vers une amélioration de la santé ainsi qu'une moralisation des loisirs ouvriers, l'écologie urbaine cherche à ramener l'humain au sein d'une nature qu'il aurait quittée. Par la même occasion, si l'on en reste à une vision de la nature comme étant un ensemble régi par des lois immuables, dont on peut rationaliser la gestion, cette posture s'accorde avec une évacuation de la dimension politique de l'aménagement urbain au profit d'une vision purement techniciste. Il apparaît donc nécessaire de doter l'écologie urbaine

71. Michael L. MORRISSON, *Restoring Wildlife. Ecological Concepts and Practical Applications*, Island Press, Washington (États-Unis), 2002.

72. André MICOUD, « Les balbutiements du génie écologique », *Les Annales de la recherche urbaine*, n° 74, Plan – Urbanisme – Construction – Architecture (La Défense), 1996, pp. 21-30; André MICOUD, « L'écologie urbaine comme utopie contemporaine », *Quaderni*, n° 43, Éditions de la Maison des sciences de l'homme (Paris), 2000, pp. 101-116.

73. *Ibid.*

74. *Id.*, pp. 106-107.



de son versant sensible. Que pourrait, dans cette optique, devenir la fonction respiratoire associée aux parcs et jardins? Nous voici invités à réfléchir aux liens entre différentes dimensions de l'idée de respiration, toutes présentes dans l'expérience de la visite d'un parc, pour les faire entrer en résonance : de la plus évidente — celle des échanges gazeux entre les plantes et nous — à la plus métaphorique, qui nous fait dire des parcs qu'ils « sont » des poumons. Pourquoi appelle-t-on les espaces verts, des poumons? Pourquoi l'usage commun fait-il dire que l'on respire mieux dans les parcs? Le fait est que dans un parc, se trouvent des plantes qui produisent de l'oxygène⁷⁵. Venir dans un parc, c'est entrer en contact avec la source de l'oxygène, cette molécule que nous respirons. Néanmoins, ce n'est pas tellement pour cette raison, du moins pas seulement, que les parcs sont désignés comme des poumons : plus généralement, c'est l'air que l'on vient y chercher, et cette recherche n'est certainement pas seulement moléculaire. C'est un espace intellectuel et émotionnel dont il est question autant ou plus que d'une ressource physiologique.

Commençons tout de même par là. Selon le langage de la physiologie moderne, le poumon est un organe qui permet de « respirer ». Le rôle du poumon est d'absorber l'oxygène nécessaire au fonctionnement cellulaire et d'expulser le gaz carbonique⁷⁶ produit par ce fonctionnement. La respiration dans le poumon a son corollaire au niveau cellulaire : l'utilisation de sucre et d'oxygène permet, au sein d'organites particuliers présents dans nos cellules, les mitochondries, de produire de l'énergie par le biais d'une molécule, l'A.T.P.⁷⁷, qui l'emmagasine provisoirement. Cette réaction produit également du gaz carbonique. La respiration à l'échelle de l'organisme permet d'actionner, au niveau cellulaire, la production d'énergie. Elle apporte pour cela au corps une ressource, l'oxygène. La respiration est un échange, rythmé, entre l'intérieur et l'extérieur de l'organisme. Le poumon est une surface de contact qui à la fois sépare, contient, isole, et permet les échanges gazeux.

Les plantes de leur côté respirent aussi, comme nous, mais elles sont également le siège d'une autre réaction chimique, quasiment symétrique de la respiration : la photosynthèse⁷⁸. Celle-ci se déroule dans les chloroplastes, des

75. Nous conservons le terme utilisé dans le langage courant mais nous parlons bien ici du dioxygène, ou O₂, formulation plus fidèle à la structure de la molécule concernée.

76. Le dioxyde de carbone ou encore CO₂.

77. L'adénosine-5'-triphosphate.

78. Sur le plan chimique, les deux réactions s'écrivent selon la même équation, mais en sens inverse. Par contre, sur le plan énergétique, elles sont également symétriques : la photosynthèse consomme de l'énergie, et c'est le soleil qui la fournit; à l'inverse la respiration libère de l'énergie qui peut alors être utilisée à l'échelle cellulaire.



organites de couleur verte présents dans les cellules des feuilles⁷⁹. La lumière du soleil atteignant les chloroplastes fournit une énergie dont les plantes ont besoin pour récupérer les atomes de carbone présents dans l'air. Elles s'en servent pour produire des molécules qu'elles pourront intégrer à la structure de leurs cellules et utiliser comme ressources. L'oxygène est un produit de cette réaction : ce qui reste une fois le carbone absorbé. Il est ensuite relâché dans l'air, et nous le respirons. Ainsi, entre les plantes et nous, entre leurs cellules et les nôtres, entre la surface de leurs feuilles et celle de nos poumons se produisent des échanges de matières, réciproques, circulaires. Le parc peut donc en ce sens être défini comme un lieu privilégié d'échange métabolique entre les plantes et les humains. Sur le plan symbolique, à présent, les parcs se présentent comme des espaces en creux, extériorités enclavées dans le tissu urbain, internalisées : un petit morceau de « nature » (au sens de ce qui est extérieur à l'homme) conservé à l'intérieur du corps urbain qui, selon André Micoud, est aussi le siège ou le centre du corps social. Cette enclave est maintenue telle quelle par l'existence de limites physiques et par le travail du jardinier qui y concentre une idée de la nature, incarnée dans un rassemblement de formes de vies cultivées. Les représentations de la nature ainsi mises en scène se sont renouvelées au cours de l'histoire. Les nouveaux modèles paysagers qui émergent autour de la gestion écologique des espaces verts donnent aujourd'hui lieu à la mise en scène d'un « bon fonctionnement biologique » : les jardins concentrent alors, sous l'œil des visiteurs, des *processus* et des relations, plutôt que des collections d'organismes. Il s'agit d'une proposition esthétique, une nouvelle représentation de ce qui fait la beauté et l'idéal de la nature : plus qu'une collection d'espèces, un ensemble de formes de vie en interaction. Ainsi la nature idéalement représentée au jardin forme-t-elle des poches d'air, au sens figuré. À la manière du poumon, poche d'air invaginée sous les côtes, les parcs mettent en réserve au sein de la matrice bâtie, quelque chose d'extérieur à elle.

Il s'agit, pour finir, de dépasser la simple analogie, d'abandonner la juxtaposition, pour naviguer entre ces deux pôles, de la molécule à la métaphore, en tâchant de prendre en compte les liens permanents et réciproques entre les diverses dimensions rencontrées au passage, qui forment la trame de l'expérience humaine. Les parcs sont largement considérés, du moins par ceux qui les apprécient, comme des lieux de détente : ils permettent d'échapper aux sollicitations physiques de l'espace urbain, aux bruits, aux lumières, à l'agitation permanente. Au contact aussi d'autres corps, le plus souvent étrangers, avec lesquels il faut composer et dont il faut

79. De même que les mitochondries, les chloroplastes sont le produit d'une endosymbiose.



éventuellement se défendre, psychologiquement et physiquement. En outre, les parcs sont des marges au sens de lieux où les règles sont différentes, plus souples : la pression sociale s'y relâche également, d'autres gestes y sont permis, comme s'allonger par terre ou marcher pieds nus, par exemple.

Ainsi, pour en revenir à la respiration, de l'agitation au calme et retour, de la tempête à la mer d'huile, le système nerveux change de régime, en fonction du degré de stimulation et éventuellement d'agression auquel il est confronté — sentiment d'un danger, présence rassurante. Calme et agitation : états émotionnels qui s'installent au cœur du dialogue constant entre l'environnement et la personne en marche, muscles crispés ou détendus. La texture du sol et le souffle de l'air, l'afflux nerveux et l'intensité du travail cérébral, la vitesse de la circulation du sang dans les artères et de la respiration, l'oxydation cellulaire, les circuits hormonaux et les neurotransmetteurs. La complexité des perceptions et de leurs intégrations par chacun en fonction de son histoire. Accélération et ralentissement. Aller au parc⁸⁰, s'allonger par terre, dans l'herbe, dans les feuilles. Relâcher la pression, sociale aussi bien que sanguine... en s'installant loin de la ville, au « calme ». Écouter les oiseaux et le vent dans les feuilles ; des vies qui s'ébrouent sans rien solliciter. Respirer, cela peut donc s'entendre du niveau cellulaire à celui d'un territoire partagé. Cela peut se comprendre comme une manière d'entrer en dialogue. Comme une mise en relation de l'intériorité et de l'extériorité, comme une rencontre avec l'altérité.

Pratiques somatiques et respiration

Le travail des pratiques somatiques s'attache à faire l'expérience de notre corps en mouvement, à affûter et entraîner notre ressenti, à aller au contact de soi et prendre des nouvelles de son petit être vivant, de son Écosoma. Ce travail introspectif, cette attention à soi commence, pour presque toutes les techniques, par une prise de conscience de notre respiration. Dans la plupart des séances de pratique somatique, « allongez-vous au sol et prenez conscience de votre respiration » sont les premiers mots de la séance. Souvent l'on se passe aussi de ces mots, chacun en arrivant sait par où commencer, comment procéder, comment prendre le temps de sentir son milieu intérieur en échange avec l'extérieur. Si l'attention à la respiration est la première démarche du néophyte comme de l'amateur aguerri, c'est qu'elle ouvre au ressenti de la vie qui circule en nous.

80. Pour ceux qui cherchent à s'y détendre, car d'autres préfèrent, pour retrouver leur calme, s'accouder au comptoir ou rouler au volant de leur voiture.



La respiration pulmonaire est un mouvement inconscient de notre Écosoma qui peut aussi faire l'objet de notre contrôle : c'est l'un des rares phénomènes neuro-physiologiques sur lequel notre volonté peut agir. Ce contrôle agit d'abord sur son emplacement, avec trois respirations différentes entre le bas et le haut des côtes ou centrée sur le plexus solaire, respectivement nommées respiration abdominale, thoracique et supérieure (claviculaire). Il concerne également sa fréquence, son amplitude, sa rétention (apnée). En plus d'être l'un des seuls paramètres neuro-physiologiques soumis à ce double contrôle volontaire et non conscient⁸¹, la respiration nous permet de sentir l'épaisseur de notre corps, de notre Écosoma, de sentir son volume. Il permet d'expérimenter cette sensation de « plein », nos échanges entre l'intérieur et l'extérieur, de se sentir interface ou relais, de se sentir faire partie d'un tout et être un tout. Cette sensation n'est pas celle d'une essence authentique mais celle de la co-production de l'expérience, de l'émergence des systèmes complexes, de l'intra-action des *processus*.

La respiration pulmonaire a par exemple été à l'origine du changement de technique corporelle d'Elsa Gindler (1885-1961). D'abord formée à la *Gymnastik* de son temps, elle a développé un travail novateur sur la respiration⁸². Atteinte de tuberculose, elle a pu développer une telle prise de conscience de sa respiration qu'elle pouvait reposer son poumon malade et lui permettre ainsi des temps de guérison⁸³. Selon les différentes pratiques somatiques, la respiration pulmonaire n'est pas forcément l'objet direct de l'attention de la pratique mais elle se transforme, se libère et s'amplifie en conséquence du travail postural fourni comme dans les techniques de rolfing, de Feldenkrais ou d'eutonie.

Une autre forme de respiration concentre l'attention du travail des somatiques à une échelle microscopique. La respiration cellulaire est au centre du continuum d'Emilie Conrad ou du body-mind centering (B.M.C.) de Bonnie Bainbridge Cohen. La respiration cellulaire est assurée par nos compagnes depuis 2 milliards d'années (introduites précédemment) : les mitochondries. Sentir son propre soma comme une respiration, notamment par des techniques de son qui font vibrer le corps entier, permettrait, d'après Emilie Conrad, de « se mettre en relation » avec soi, avec ses cellules, mais également avec tous les organismes vivants. La respiration cellulaire est conçue comme une vague qui

81. C'est-à-dire relevant du schéma corporel, selon Shaun Gallagher : voir Shaun GALLAGHER, *How the Body Shapes the Mind*, Oxford University Press, Oxford (Angleterre), 2005.

82. Elle travaille également sur la détente et la tension.

83. Martha EDDY, « A brief history of somatic practices and dance : historical development of the field of somatic education and its relationship to dance », *Journal of Dance and Somatic Practices*, vol. 1, n° 1, Intellect (Bristol [Angleterre]), 2009, pp. 5-27.



fait bouger les fluides gazeux ou liquides. Bonnie Bainbridge Cohen considère que la respiration cellulaire sous-tend tous les autres schèmes de mouvement ainsi que le tonus postural. Elle est un mouvement d'expansion/contraction que chaque cellule du corps organise à partir de son centre actif mitochondrial⁸⁴. Ce voyage intérieur des somatiques offre la possibilité de pratiquer la continuité en passant du microscopique au macroscopique, en traversant le commun de la phylogénèse, en commençant par l'unité cellulaire pour rejoindre l'ensemble. Cet exercice est une incarnation des connaissances du vivant tout en étant une écoute de son vivant. Si nous développons l'ensemble de nos sens visuels, tactiles, auditifs, kinesthésiques, etc., c'est l'ensemble de notre état somatique qui sera affecté dans sa globalité, ainsi que notre rapport au monde. Le musicien transforme son expérience esthétique lors de l'écoute d'une musique comme l'ornithologue expérimente un autre monde en reconnaissant au petit matin le sifflement du Lorient d'Europe. De la même manière, les praticiens somatiques transforment leur rapport au monde en développant des capacités sensibles et factuelles exceptionnelles, des imaginations et des créativité environnementales, de nouveaux horizons pour repenser nos devenirs. Cette capacité à se sentir et se ressentir s'accompagne d'une capacité à agir dans le monde. Alors que tout nous appelle à nous tourner vers nous-même, dans un *egosoma* centré sur notre petit bonheur, notre bien-être ponctuel pour être efficace dans notre travail, comment alors construire une écosomatique qui conçoit ses effets directs et indirects, qui prend soin de sa communauté dans sa diversité, qui rassemble humains et non-humains, qui ouvre l'horizon de la puissance d'agir collective⁸⁵? De fait, les pratiques somatiques rassemblent, au moins au sens sociologique du terme, des individus en collectif qui partagent également des valeurs et des pratiques écologiques communes en dehors du studio⁸⁶. Elles font communauté, et ces communautés agissent dans le monde sur un *mode de faire écologique* qui mériterait plus de recherches⁸⁷.

84. Bonnie BAINBRIDGE COHEN, *Sentir, ressentir et agir. L'anatomie expérimentale du Body-Mind Centering*, traduit de l'anglais (États-Unis) par Madie Boucon, *Nouvelles de danse*, n° 50, Contredanse, Bruxelles (Belgique), 2002.

85. Telle est la question que posait Sylvie Fortin dès 1999 (voir « L'éducation somatique : nouveaux espaces d'interaction pour une appropriation de son action dans une perspective d'éco-action », communication présentée lors du colloque « Autres Pas », Centre d'études et de recherches en danse contemporaine, Fontvieille, novembre 1999), et son article dans le présent ouvrage, p. 155.

86. Léa DEHNI, *Médiation du vivant et engagement écologique dans les pratiques corporelles, Enquête en Seine et Marne*, mémoire de Master 2, sous la direction de Joanne Clavel et Odile Le Faou, Paris, 2015. Disponible sur : <<http://culturedelanature.com/files/somatique/Master2L%C3%A9aD%C3%A9hni.pdf>>. Consulté le 30 décembre 2018.

87. Dans leur diversité de pratiques, une relation écologique est apparue sur les « modes de faire » des individus interrogés en Seine-et-Marne sur les thèmes de l'alimentation, les formes de jardinage, le soin aux autres, les pharmacopées, les modes de consommations et de recyclages, le temps passé



Conclusion : s'ouvrir aux espaces et aux temps des autres vivants

Pour conclure, l'image du parc comme poumon, nous l'avons vu, traduit globalement l'idée d'un relâchement des contraintes, au sein d'enclaves incorporées dans les villes : le poumon comme surface d'échange entre l'intérieur et l'extérieur du corps pourrait alors aussi être vu comme le siège de redéfinitions du fait des degrés de liberté qu'il offre, de la possibilité d'un jeu avec les limites, comme l'expérience de certaines pratiques somatiques le proposent spécifiquement (continuum, B.M.C., mouvement authentique). En poursuivant la métaphore, avec une pointe de facétie, si les parcs étaient les poumons des villes, ce serait comme si la ville était elle-même un corps sur le métabolisme duquel nous veillerions et dans lequel nous habiterions. Pourrions-nous nous considérer comme d'innombrables mitochondries imprégnant les tissus de la vaste métropole? Il n'y a pas de limite stricte entre mon corps et le reste du monde parce que sans cesse j'échange avec l'extérieur par la respiration. Quelque chose circule, ne serait-ce que l'air qui stationne dans mes poumons et que je partage avec d'autres. Or, s'il n'y a pas de limite stricte entre moi et les autres, ce n'est pas seulement moi qui suis dans l'action que je mène, mais le (reste du) monde également qui s'y trouve engagé. Ainsi la responsabilité est-elle toujours partagée. Nous ne sommes jamais seuls, et cela nous engage à prendre en compte la diversité des regards qui construisent (les) monde(s) que nous habitons. En guise de dernière proposition, il faudrait reprendre le chemin de Jakob von Uexküll⁸⁸ en nous penchant de manière plus approfondie sur l'espace et le temps des autres vivants : à partir d'exemples contrastés, nous pourrions ainsi réaliser à quel point nous occupons une place parmi d'autres possibles. En effet, chaque organisme étend son existence d'une manière différente dans le temps et l'espace, et donne lieu à différentes formes d'individualités, plus ou moins clairement délimitées. Les arbres, les champignons, les insectes, les oiseaux migrateurs, les bactéries, les colonies coralliennes... déploient autour d'eux des mondes différents. Des exemples extrêmes peuvent nous aider à saisir l'ampleur de cette ouverture : tous les organismes qui passent par une phase larvaire ont en quelque sorte deux

sur écran... (Léa DEHNI, *Médiation du vivant et engagement écologique dans les pratiques corporelles, Enquête en Seine et Marne, ibid.*).

88. Jakob von UEXKÜLL, *Mondes animaux et Monde humain*, traduit de l'allemand par Philippe Muller, Denoël, Paris, 1965.



vies, entre lesquelles intervient la « métamorphose. » De manière encore plus perturbante peut-être, les bactéries ne connaissent pas toujours la mort au sens où nous l'entendons puisqu'elles se divisent : elles deviennent deux.

Bibliographie complémentaire

BARBARAS, Renaud, *Métaphysique du sentiment*, Cerf, Paris, 2016.

BARDET, Marie, BOTTIGLIERI, Carla, CLAVEL, Joanne, GINOT, Isabelle et SALVATIERRA, Violeta, « Somatiques, esthétiques, politiques », dans Isabelle GINOT (dir.), *Penser les somatiques avec Feldenkrais. Politiques et esthétiques d'une pratique corporelle*, coll. « Lignes de corps », L'Entretiens, L'avérune, 2014, p. 17-26.

DARWIN, Charles, *L'Origine des espèces*, texte établi par Daniel Becquermont à partir de la traduction de l'anglais d'Edmond Barbier, coll. « GF », Flammarion, Paris, 1992 [1859].

FELDENKRAIS, Moshe, *Le Cas Doris. Aventure de la jungle cérébrale*, traduit et présenté par Étienne Lalou, Espace du temps présent, Paris, 1993 [1977].

FELDENKRAIS, Moshe, « L'homme et le monde », 1979. Voir : <<https://feldenkrais44.jimdo.com/articles>>. Consulté le 29 décembre 2018. Voir également (en anglais) dans Elizabeth BERINGER (dir.), *Embodied Wisdom, Somatic Resources*, North Atlantic Books, Berkeley (États-Unis), 2010, pp. 59-68.

FELDENKRAIS, Moshe, *L'Être et la Maturité du comportement*, traduit de l'anglais par Patrice Auquier, Espace du temps présent, Paris, 1992 [*Body and Mature Behavior. A Study of Anxiety, Sex, Gravitation and Learning*, 1949].

HANNA, Thomas, *La Somatique*, traduit de l'anglais par Sylvie Pezzuti, InterEditions, Paris, 1989.

HANNA, Thomas, *Somatics. Reawakening the Mind's Control of Movement, Flexibility, and Health*, Da Capo Press Inc., Boston (États-Unis), 2004.

LEOPOLD, Aldo, *Sand Country Almanach*, Oxford University Press, Oxford (Angleterre), 1949.

LEWONTIN, Richard, *La Triple Hélice. Les Gènes, l'Organisme, l'Environnement*, traduit de l'anglais (États-Unis) par Nicolas Witkowski, coll. « Science ouverte », Les Éditions du Seuil, Paris, 2003.

MARGULIS SAGAN, Lynn, « On the origin of mitosing cells », *Journal of Theoretical Biology*, vol. 14, n° 3, Elsevier (Amsterdam [Pays-Bas]), 1967, pp. 255-274.

MARGULIS, Lynn, *Origin of Eukaryotic Cells*, Yale University Press, Yale (États-Unis), 1970.

SHUSTERMAN, Richard, *Conscience du corps. Pour une soma-esthétique*, traduit de l'anglais (États-Unis) par Nicolas Vieillescazes, coll. « Tiré à part », Éditions de l'Éclat, Paris et Tel Aviv (Israël), 2007.

SONIGO, Pierre et STENGERS, Isabelle, *L'Évolution*, coll. « Mot à mot », E.D.P. Sciences, Courtabœuf, 2003.



JÉRÉMY DAMIAN

LES COLLECTIFS INTÉRIEURS : L'INTÉRIORITÉ PEUPLÉE, CULTIVÉE ET POLITISÉE DU BODY-MIND CENTERING

Le « *socius* » et le somatique

Une question assez typiquement sociologique consiste à se demander ce qui rassemble des individus. On serait en droit de se poser cette question, que je baptiserai question du « *socius* », à propos de ce qui rassemble avec tant d'enthousiasme autour des pratiques d'éducation somatique — enthousiasme qui se complète de temps en temps et de plus en plus souvent d'une dimension politique que ces pratiques, soit en tant que sources soit en tant que relais, concourraient à nourrir.

On reproche souvent aux sociologues de ne pas être toujours très respectueux dans leur manière de répondre à la question du « *socius* », cherchant des réponses partout — contexte, parcours de vie, milieu d'appartenance, etc. — mais évitant soigneusement de regarder au cœur de ce qui fédère : l'expérience même. J'ai donc choisi de prendre comme objet de mon étude l'expérience de l'une de ces pratiques, le body-mind centering, intérieure pour une large part et, à partir de là, tenter de ne plus conférer au « contexte » ni le sens ni les pouvoirs qu'on lui confère d'ordinaire pour véritablement faire de l'intériorité somatique le lieu de déploiement de mon enquête⁸⁹. En somme, il s'agirait de

89. Je dis « intériorité somatique » pour la distinguer de cette autre forme d'intériorité, craintive, souvent objet de nombreuses pratiques ou savoirs, lieu emblématique du remords, du scrupule de la culpabilité, du retrait... Voir Tobie NATHAN, *Nous ne sommes pas seuls au monde. Les enjeux de l'ethnopsychiatrie*, Les Éditions du Seuil, Paris, 2001, p. 61 ; Pierre-Henri CASTEL, *Âmes scrupuleuses, vies d'angoisse, tristes obsédés. Obsessions et contrainte intérieure. De l'Antiquité à Freud*, vol. I, Ithaque, Paris, 2011.





troquer le contexte (sociologique) contre un milieu (somatique), en gageant que cette opération, loin de se réduire à une simple manipulation sémantique, devrait produire une réelle différence dans la manière de poser le problème et, je dirais, de *l'écologiser*.

Dans un récent article consacré à la crise écologique, Isabelle Stengers rappelle qu'Ernst Haeckel a adressé à l'écologie, champ qu'il a lui-même nommé en 1866, un problème tout à fait spécifique au regard des problèmes constitutifs des autres pratiques scientifiques, le problème des « conditions d'existence ». Ce problème constitue un premier sens possible au terme « écologiser ». Et, en effet, le souci de l'écologie porte moins sur l'obsession de prouver avec certitude des faits, d'attester en vérité des formes d'existence que sur le fait de se demander constamment de quoi a besoin tel ou tel être pour exister⁹⁰.

En important ici le problème écologique — « de quoi un être a-t-il besoin pour exister » — j'espère pouvoir interroger les ressorts d'une existence collective, sans tomber dans les registres polémiques et parfois insultants du sociologue qui, sans toujours en avoir la visée, produisent presque systématiquement les mêmes effets : à savoir contester, dénoncer, dissoudre, démembrer des expériences et des existences, les expliquer en les éliminant, en les rapportant toutes à du « social » entendu comme force abstraite contraignante⁹¹. La question *sociologique* du « *socius* » rapportée à ce que font vivre les expériences intérieures du *body-mind centering*, ne se déploie pas selon d'autres questions que celles qui président aux enquêtes sociologiques, il s'agit bien de répondre à deux séries de questions :

1. *Qui* participe à la composition de ce « *socius* », à *qui* avons-nous affaire ?
2. *Où* cette composition prend-elle lieu ?

Seulement, en tentant de répondre à ces deux questions relatives au « *socius* » à partir de l'expérience et de son milieu, les réponses peuvent littéralement être cherchées *ailleurs*. C'est à l'exploration de ces ailleurs qu'est consacré cet article et que, pour reprendre une expression de Gilles Deleuze, nous pourrions nommer « le dedans du dehors ».

90. Isabelle STENGERS, « Penser à partir du ravage écologique », dans Émilie HACHE (éd.), *De l'univers clos au monde infini*, Éditions Dehors, Paris, 2014, pp. 147-190.

91. Je me réfère à toutes ces fois où les sociologues parviennent à ce formidable exploit d'expliquer en éliminant le cœur de ce dont ils rendent compte. Le geste même du sociologue pouvant, souvent, se résumer au fait d'expliquer une chose par une autre : expliquer des expériences riches, denses et mêlées, de croyances, d'apparitions, de coexistences, par le « social ».



Instaurer des êtres fragiles

Commençons par envisager la première question en l'altérant légèrement : *qui* participe à la composition de ce « *socius* » ? Dans une thèse consacrée au contact improvisation et au body-mind centering, j'ai tenté de décrire l'activité des praticiens somatiques comme liée à *un travail d'instauration d'existence*⁹². En partant de la proposition que formule Isabelle Stengers selon laquelle toute pratique est liée à et par un type de réussite, il s'agissait de considérer les « somatiques » en tant que pratiques dont la réussite se signait par une certaine capacité à instaurer des entités fragiles, incertaines, difficilement saisissables, contestées et, pour certaines, contestables.

Le body-mind centering multiplie, en un certain sens, de telles entités situées à l'intérieur du corps, qu'il répartit dans différents systèmes (système des liquides, système endocrinien, système osseux, système des organes, etc.) : foie, poumon, liquide interstitiel ou céphalo-rachidien, glande pinéale, moelle, etc. L'expérience propre de cette pratique somatique consiste à faire l'expérience de chacun de ces tissus du corps et de leur offrir l'opportunité de devenir de véritables « partenaires intérieurs ». Un partenaire est celui *avec* qui on accomplit une action et dans une certaine mesure celui qui nous la *fait faire*. On se figure, d'ordinaire, un ou une partenaire sous des formes humaines, mais n'est-il pas possible d'étendre un peu le sens que l'on prête à ce terme et envisager que ce qui nous fait faire n'est pas nécessairement un partenaire « humain » ? Tout se passe, effectivement, comme si, en créant le body-mind centering, Bonnie Bainbridge Cohen avait construit sa pratique sur une opération de conversion : la conversion de tissus du corps, d'organes, de liquides en ce que la sémiotique nomme « actants », hésitant peut-être entre les deux fonctions de l'acteur (celui qui agit) et de l'agent (celui par qui une action est accomplie). Néanmoins, peu importe cette hésitation, cette conversion fait que ces tissus ne sont plus envisagés comme celles et ceux qui subissent une action (objets patients) mais comme d'actifs et efficaces embrayeurs d'actions — conversion qui souligne leur caractère d'activité comme dans cet extrait dans lequel Bonnie Bainbridge Cohen repère que « les perceptions laissent *les liquides prendre l'initiative du mouvement*⁹³. » C'est également le cas dans le

92. Jérémy DAMIAN, *Intériorités/Sensations/Consciencés. Les expérimentations somatiques du Contact Improvisation et du Body-Mind Centering*, thèse, université de Grenoble, École doctorale Sciences de l'homme, du politique et du territoire, Grenoble, 2014.

93. Bonnie BAINBRIDGE COHEN, *Sentir, ressentir et agir*, Contredanse, Bruxelles (Belgique), 2002, p. 157.



journal des praticiens français du body-mind centering, *Body Mind*, lorsqu'une praticienne reprend ce même procédé d'activation dans le langage de ce qui a été activé dans la pratique :

« Écoute tes deux reins. *Tes deux reins écoutent*. Écoute le sang qui passe. Qu'est-ce que je garde qu'est-ce que j'élimine? Passe la membrane... Membrane qui sait filtrer à l'écoute de ce qui est bon, bon pour moi. Respire tes reins. *Laisse-les te guider*⁹⁴. »

Le body-mind centering relèverait en partie d'un apprentissage, voire d'un entraînement, plus largement de toute *une mise en culture* — une « pratique cultivée » — visant à potentialiser des parties du corps, inconnues, insoupçonnables, inaccessibles ou dont nous ne serions pas supposés pouvoir faire l'expérience, et à les transformer en les autorisant à devenir les partenaires pour danser, soigner, se relier autrement.

De là, si l'on se donne comme objectif de décrire comment s'y prennent les praticiens du body-mind centering pour déployer une dimension « intérieure », comment et par quels moyens ils apprennent à déployer une *intériorité « équipée »*, il devient intéressant de se demander comment se crée un accès à ces partenaires. Par quelles opérations et par quels outils se met à exister et à compter un espace intérieur comme terrain de rencontre où ces partenaires peuvent s'épanouir et se mettre à agir? Par rapport à la question écologique, ma démarche ne consiste donc pas à postuler ces existences mais à prêter attention à la manière dont les praticiens parviennent, *in fine*, à les constituer comme des partenaires intérieurs. C'est-à-dire à me rendre attentif et sensible à ce qu'ils déploient et qui répond à la question : « De quoi cet être a-t-il besoin pour exister? »

Les voies du pluralisme ontologique (ne sont pas impénétrables)

Et c'est bien en ceci que cette intériorité somatique se peuple *d'entités* surprenantes que je me suis laissé instruire, pour en rendre compte, par ce que l'on nomme désormais le « tournant ontologique » dans les sciences humaines et sociales, où ontologie doit être entendue en son sens premier, l'étude de ce qui est. Les tenants de ce tournant partent du principe suivant : ce que l'on nomme ontologie — ce qui circonscrit la gamme et les limites de ce que le

94. Auteur inconnu, « Les reins », *Body Mind*, n° 1, Association des professionnels de body-mind centering (Lyon), 2011. Je souligne. Accessible sur : <<http://www.bodymindcentering.fr/wp-content/uploads/Journal%20Body%20Mind%2N%C2%B01.pdf>>. Consulté le 26 novembre 2018.



monde peut compter d'existants — a été bien trop vite stabilisé et de manière bien trop rigide. L'un des enjeux de ce tournant porte sur sa capacité à venir revitaliser notre capacité à accueillir une pluralité de modes d'existence, sans se contenter de la partition moderne entre le mode d'existence des objets (choses du monde matériel) et le mode d'existence des sujets⁹⁵. En l'état, notre ontologie moderne, notre manière de faire l'expérience de la réalité, de penser ce qui la peuple ainsi que les relations que cela autorise, nous empêche de bien comprendre les transactions qui nous lient aux entités avec lesquelles travaille le body-mind centering, qui les lient entre eux. Cette ontologie gêne nos entreprises de connaissance ; et plus encore, elle empêche de libérer de l'espace pour vivre de nouvelles rencontres.

Philippe Descola a fortement contribué à ce tournant ontologique en anthropologie, et c'est par lui que je chercherai à exemplifier les effets qu'il est susceptible de produire⁹⁶. Dans son récit ethnographique *Les Lances du crépuscule*, il relate son apprentissage du métier et du terrain auprès d'un groupe Jivaro, situé à cheval entre l'Équateur et le Pérou, les Achuar. Il consacre de belles pages à en décrire l'étonnante pratique des *Anent*. Les *Anent* sont des chants magiques mentalement récités, des messages adressés « aux plantes et aux animaux, envisagés comme des personnes, en leur suggérant des conduites⁹⁷ ». Par exemple, une femme adressera un *Anent* bien particulier aux plantes qu'elle cultive dans le jardin et dont elle a la responsabilité, en se faisant passer pour *Nunkui*, l'esprit qui veille sur les jardins. Les *Anent* forment, ainsi, un ensemble d'adresses au moyen desquelles les Achuar entrent en relation avec une quantité innombrable d'entités ; il en existe des centaines, pour chaque situation de la vie quotidienne. Seulement, entrer en relation avec ces entités réclame et requiert un certain nombre de compétences ou d'attentions qui diffèrent de celles qui nourrissent ou permettent les relations entre humains. Bien que possédant des connaissances et une expertise admirable en matière de botanique, d'agronomie et d'éthologie animale, insiste Descola, les Achuar ne dissocient jamais les savoir-faire techniques des aptitudes à établir

95. Sur ce point, voir Bruno LATOUR, *Nous n'avons jamais été modernes*, coll. « L'armillaire », La Découverte, Paris, 1991 ; et Bruno LATOUR, *Enquête sur les modes d'existence. Une anthropologie des Modernes*, La Découverte, Paris, 2012.

96. D'autres entrées auraient été possibles : Eduardo KOHN, *How Forests Think. Toward an Anthropology Beyond the Human*, University of California Press, Berkeley (États-Unis), Los Angeles (États-Unis) et Londres (Angleterre), 2013 ; ou encore : David ABRAM, *Comment la terre s'est tue. Pour une écologie des sens*, traduit de l'anglais (États-Unis) par Didier Demorcy et Isabelle Stengers, La Découverte, Paris, 2013.

97. Philippe DESCOLA, *La Composition des mondes*, Flammarion, Paris, 2014, p. 152.



de bonnes relations avec les êtres non humains qui comptent pour eux (esprits, plantes, etc.). En somme, d'une part les Achuar se comportent avec les non-humains comme avec des partenaires sociaux; et d'autre part, ce comportement n'est pas dissocié d'une attention, d'un soin, apporté à la question de la bonne relation à établir.

Or, j'aimerais que l'on m'accorde le saut spéculatif selon lequel ce qui vaut pour les Achuar et les *Anent* se mettrait à valoir pour le body-mind centering et les entités qu'il instaure : que l'on puisse considérer sa pratique — et par pratique, j'entends son apprentissage et l'entraînement qu'il requiert — comme une *aventure* consistant en partie à apprendre à entrer en relation avec ces drôles d'êtres, ces *partenaires intérieurs* qui se mettent à compter comme autant de partenaires de danse, de mouvement, de soin, qui font bouger, nous relier, sentir et peut-être même penser autrement. D'une telle proposition, se dégage un aspect complémentaire au geste consistant à « écologiser » nos problèmes. Second sens possible d'« écologiser », donc : action par laquelle on peuple le monde d'entités nouvelles et vis-à-vis desquelles on apprend à prendre soin et faire attention. Comme l'écrit si justement Vinciane Despret, l'art de la bonne relation requiert un peu de « tact ontologique⁹⁸ ».

Actons donc le fait que les praticiens du body-mind centering s'adressent à ces entités avec autant de tact, de soin et d'attention que le font les Achuar avec leurs propres êtres invisibles. Considérons en cela que *nous*, sociologues ou enquêteurs qui arrivons à leurs suites, ne pouvons réduire leurs existences à une représentation symbolique, un exercice d'imagination ou à un simple jeu de langage. Reste que si l'on essaie de prendre au sérieux ces partenaires intérieurs, nous nous devons d'enquêter sur ce que sont ces êtres somatiques qui viennent peupler ces corps. Si ce ne sont pas des êtres fictifs, imaginaires, sont-ce nécessairement des entités faites de matières, des entités naturelles? Autrement dit, les prendre au sérieux nous oblige-t-il à verser dans une forme renouvelée de « naturalisme »?

Ici, l'intuition que n'a cessé de mettre en scène Bruno Latour depuis une trentaine d'années serait susceptible de nous faire avancer sur un point capital : beaucoup d'entités se donnent dans l'expérience selon beaucoup d'autres *modes d'existence* que les deux modes à partir desquels nous, Modernes, avons tendance à penser et à appréhender le monde : le mode de l'objet (physique, matériel et inerte) et le mode du sujet (psychique, symbolique, immatériel) ;

98. Vinciane DESPRET, *Au bonheur des morts. Récits de ceux qui restent*, coll. « Les empêcheurs de penser en rond », La Découverte, Paris, 2015.





à l'un l'extériorité, à l'autre l'intériorité. L'expérience que propose le body-mind centering se singularise par une rencontre avec des entités s'opérant selon d'autres modes que celui de la connaissance objective. Faire vivre cet autre type de rencontre — qui est aussi une forme de connaissance dont le travail de légitimation reste à faire⁹⁹ — est je crois, en tout cas je le propose, l'une des caractéristiques principales des praticiens somatiques. Or, là encore, on retrouve ce geste dans l'usage du langage de Bonnie Bainbridge Cohen, et les expériences qu'il accompagne. Quel est le mode d'existence des glandes dans ce qui suit? Celui du sang ou de la lymphe?

« Nous avons aussi trouvé les articulations, les muscles, les organes et les perceptions qui sont associés à chaque glande, de sorte qu'au lieu de solliciter les glandes dans leur état brut, on leur donne une forme, une structure. »

« Lorsque nous parlons du sang ou de lymphe ou de toute autre substance physique, nous ne parlons pas seulement de la substance elle-même mais aussi des états de conscience et des processus qui lui sont inhérents. Nous relient nos expériences à ces données, mais ces données ne sont pas notre expérience¹⁰⁰. »

Ce dont témoignent ces deux extraits est le fait que ces entités ne sont convoquées ni comme partenaires naturels ni comme produits de l'imagination. Ce ne sont pas non plus de simples métaphores, un jeu fait de « comme si ». On ne les sollicite pas dans leurs états bruts, on discerne en elles des états de conscience et des processus auxquels il s'agit de relier des expériences sans que ces données ne s'imposent à elles. Le sociologue Gabriel Tarde avait étonnamment décrit dans *Les Lois sociales*, et avec beaucoup de finesse, « ce rapport d'un sujet avec un objet qui lui-même est un sujet », soit « non pas une perception qui ne ressemble en rien à la chose perçue et qui autorise par là le sceptique idéaliste à révoquer en doute la réalité de celle-ci, mais bien la sensation d'une chose sentante, la volition d'une chose voulante [...] »¹⁰¹, à ceci près que ce dernier ne situait pas tellement ces « objets-sujets » à l'intérieur du sujet. C'est sur la base de cette sensation répétée, multipliée et délocalisée dans différentes régions du corps

99. Isabelle GINOT, « Discours, techniques du corps et technocorps », dans Paule GIOFFREDI (dir.), *À la rencontre de la danse contemporaine. Porosités et résistances*, coll. « Le corps en questions », L'Harmattan, Paris, 2009.

100. Bonnie BAINBRIDGE COHEN, *op. cit.*, p. 23 et p. 137.

101. Gabriel TARDE, *Les Lois sociales. Esquisse d'une sociologie*, Félix Alcan, Paris, 1898, p. 29; l'on pense également à Étienne Souriau et à ses « êtres sollicitudinaires » dont l'existence se fait dans la dépendance d'un autre : Étienne SOURIAU, *Les Différents Modes d'existence*, coll. « MétaphysiqueS », Presses universitaires de France, Paris, 2009 [1943], p. 134.





et en différentes profondeurs, d'« entités sentantes », que le body-mind centering déploie une critique radicale du matérialisme naturaliste ou physicaliste. Que le corps ne se réduise pas à un amas de tissus qui habitent le monde à la manière des choses inertes naturelles et indifférentes à nos histoires, mais qu'il puisse être animé par un ensemble d'entités qu'il ne s'agit pas non plus de confondre avec des mini-sujets; voilà l'événement avec lequel le body-mind centering nous oblige à penser. En ce sens, il expérimente les conditions d'émergence et de pratique d'un autre matérialisme qui sait accueillir en son sein ces entités que Steve Paxton, initiateur du contact improvisation et, à sa manière, grand explorateur et cultivateur de telles entités, nomme « *inner material* ». Un alter-matérialisme qui permet de donner du sens à la multiplicité des manières de faire l'expérience de ces entités et de leur laisser la possibilité d'agir sur un mode que nous n'étions pas habitués à leur accorder...

Troisième sens du terme « écologiser » : il désigne une attitude pragmatique qui se refuse à renvoyer tous ces êtres — ainsi que tout rapport cultivé et entretenu avec eux — à la seule subjectivité des personnes et, inversement, qui refuse d'exiger, comme seul mode légitime, qu'ils existent par eux-mêmes, à la manière des choses, sans attentions, ni entraînements, ni sensibilités.

Vinciane Despret nous a appris qu'attendre des êtres qu'ils existent « par eux-mêmes », les charger d'une responsabilité d'existence massive, faisait partie de ces opérations qui démembrant des possibilités d'existence, au même titre que les opérations qui les réduisent à de simples « additions psychiques » qu'un sujet projeterait sur une réalité objective du monde¹⁰².

La quatrième dimension

Il subsiste néanmoins un problème à surmonter et auquel on peut dégager une seconde série de questions : où s'opèrent ces rencontres ? Où se déploient-elles ? Plusieurs possibilités se dessinent : être un rationaliste du genre obtus — auquel cas on se limite à dénoncer le fait que ces rencontres ne s'opèrent que *dans la tête* de celles et ceux qui les revendiquent (ce ne sont que des « additions psychiques ») — ou alors considérer que l'intériorité n'est qu'un mythe, qu'on lui a déjà fait trop d'honneur, trop de place et qu'il serait temps de reconnaître que tout ce que l'on pouvait lui prêter — notamment et principalement le fait d'être le siège de l'esprit — doit en fait subir un double mouvement de délocalisation et de

102. Pour l'exposition, une défense et une illustration en acte du refus d'une attitude « bifurquée », voir Vinciane DESPRET, *op. cit.*



redistribution au-dehors. C'est la thèse, convaincante à bien des égards, d'Edwin Hutchins sur la cognition distribuée : l'intériorité ne serait que la projection intériorisée d'un système d'éléments hétérogènes pourtant distribués au-dehors¹⁰³. Les deux cas dessinent schématiquement une opposition symétrique, l'une concevant l'intériorité comme *intérieure et privée* tandis que l'autre la dissout au profit d'un caractère essentiellement *extérieur et public*.

Or, le propre du « toucher B.M.C. » est de se déployer dans une intériorité qui court-circuite cette alternative, comme le montre cette intervention de Bonnie Bainbridge Cohen :

« Une fois acquise la conscience d'une zone ou d'un tissu en nous-même, nous pouvons partager ce *processus* avec d'autres, en partant du même endroit en nous, d'os à os ou d'organe à organe par exemple, puis discuter ensemble de nos expériences¹⁰⁴. »

L'intériorité somatique du body-mind centering et les êtres qui la peuplent, sont instaurés selon un mode d'existence que notre métaphysique ne lui avait pas reconnu jusqu'alors : un mode paradoxal, à la fois intérieur *et* public. « Public au sens de négocié », cultivé et valant comme potentiel objet ou lieu de rencontre. Portion d'espace, habitable, négociable, accueillante, hospitalière et peuplée. Si l'on reprend l'idée d'une redistribution proposée par Hutchins, alors il ne faut plus seulement la penser dans un espace à trois dimensions — le dehors, l'environnement, la nature — mais dans cet espace augmenté d'une dimension intérieure, où l'intériorité serait dans la continuité du dehors tout en n'ayant pas, strictement, le même mode d'existence.

Je propose de nommer « quatrième dimension » cette autre dimension, celle qui participe ou, plus justement, qui est l'effet d'une mise en culture des sens intérieurs. À la manière des trois autres, la quatrième dimension participe de l'espace, seulement elle n'en a pas les mêmes modalités d'existence. Soit, un espace où les possibles sont à peu de chose près les mêmes que ceux de l'espace du dehors, un lieu de communication, de rencontre à l'autre, mais où l'autre ne peut pénétrer que sous certaines conditions, moyennant certaines modalités d'approches, de présence et d'interaction. Parler de quatrième dimension est donc essentiellement une façon de compléter ce qui manquait aux descriptions de la cognition distribuée : une

103. Edwin HUTCHINS, « The role of cultural practices in the emergence of modern human intelligence », *Philosophical transactions*, vol. 363, n° 1499, Royal Society (Londres [Angleterre]), 2008, pp. 2011-2019.

104. BONNIE BAINBRIDGE COHEN, « Faire sienne [*embodying*] la conscience cellulaire », dans Baptiste ANDRIEN (éd.), *De l'une à l'autre. Composer, apprendre et partager en mouvements*, Contredanse, Bruxelles (Belgique), 2010, p. 78.



distribution radicale qui se déploie sur toutes les dimensions de l'espace sans en oublier aucune. Je mesure l'incongruité de parler d'une « quatrième dimension », je le fais avec la crainte de fournir aux sceptiques de quoi nourrir leurs accusations qui, par mépris(e), transforment le body-mind centering au mieux en pratique New Age, au pire en pratique sectaire¹⁰⁵. Je nomme non pas pour identifier mais pour susciter l'existence et induire l'expérience. Et ce dont témoignent les praticiennes et praticiens du body-mind centering est que l'intériorité est un monde en soi qui ne se résume pas à sa part non substantielle ou non étendue que l'on nommait naguère « âme » et qui serait devenue moderne en devenant un « esprit » matérialisé. L'intériorité n'est pas un centre ou un noyau, elle est à sa manière un nouveau monde avec ses continents, ses lieux très souvent visités et ses terres inexplorées... avec « ses lieux plus profonds, plus obstinés encore que l'âme¹⁰⁶ ». Cette intériorité-ci est une pratique en ce sens qu'avant d'exister, il faut en négocier l'existence, s'y construire un accès, une intériorité tributaire de tout un entraînement, d'une mise en culture : une éducation somatique, en somme.

Politiser la quatrième dimension

À ce stade, nous voilà équipés pour poser cette fameuse question sociologique du « *socius* » d'une tout autre manière en la déployant dans un nouvel espace — *une intériorité somatique* — et en y faisant jouer toute une gamme de nouveaux « acteurs » — *des partenaires intérieurs*. Nous nous sommes débarrassés du contexte et nous avons plongé dans un milieu. Cette plongée nous a fait voir le body-mind centering comme une pratique experte dans l'art de cultiver un bon milieu et d'ouvrir des chemins d'accès vers de nouvelles possibilités de rencontres, de mélanges, d'actions, de relations avec des entités aux existences fragiles et incertaines : une pratique cultivant habilement un art du pluralisme ontologique¹⁰⁷.

C'est sur la base de ce pluriel-ci qu'il est possible de répondre à la question du « *socius* », en tenant compte de la manière par laquelle ce pluriel métamorphose l'image que nous nous en faisons. Si par « *socius* » nous n'entendons plus une agrégation d'atomes particularisés, une somme d'individus mais bien un

105. Sur les ressorts de ce type d'accusation, devenue quasi-automatique dès lors qu'un groupe de personnes se réclame d'une pratique de l'intériorité, je me permets de renvoyer au chapitre dédié à cette question dans ma thèse : « Une prise en charge instituée de l'intériorité : confisquer ! » dans Jérémy DAMIAN, *op. cit.*, pp. 96-100.

106. Michel FOUCAULT, *Le Corps utopique, Les Hétérotopies*, Lignes, Paris, 2009, p. 12.

107. Ce pluralisme ontologique est porteur d'une charge politique dans nos manières, nous chercheurs en sciences sociales, de mener des enquêtes, comme un rappel insistant : toujours multiplier les agences qui rentrent en jeu à chaque fois que l'on croit détenir une clef de compréhension d'un phénomène.



processus qui procède par composition d'entités hétérogènes projetées sur quatre dimensions qui entrent en dialogue sur un plan d'expérience commun, alors ce « *socius* » devient potentiellement le lieu d'une puissance nouvelle en ceci qu'il enrôle, dans ses compositions, de nouveaux êtres et donc de nouvelles puissances, de nouveaux possibles — d'où, sans doute, les fréquents emprunts des somatiques à la rhétorique de l'*empowerment*, signant une nouvelle alliance, politique cette fois¹⁰⁸. Il s'agit d'abord d'emprunts stratégiques : jouer la carte de l'*empowerment* permet de contourner les difficultés rencontrées par tous ceux pour qui se revendiquer du « soin » continue de poser problème. Mais, plus décisif et pour ne pas réduire ce recours à une stratégie de contournement, on peut voir dans cette alliance une affirmation forte qui lierait les pratiques somatiques à une forme d'engagement politique. Déjà chez John Dewey, se référant à la technique Alexander, on trouve cette intuition que les somatiques pouvaient participer à un mouvement d'émancipation, doublement : en venant fiabiliser les informations en provenance des sens afin d'en faire une source fiable et puissante, et en venant potentialiser le corps en le débarrassant des tensions parasites et des mésusages qui le gênent dans sa capacité d'agir :

« Sans le contrôle de l'usage de nous-mêmes, l'usage que nous faisons des autres choses est aveugle; il peut conduire à n'importe quoi. Plus encore, si les jugements habituels que nous portons sur nous-mêmes sont pervertis, parce qu'ils sont basés sur un appareil sensoriel non fiable — comme il l'est forcément si les habitudes de notre propre conduite sont déjà fausses —, alors plus les conditions sociales dans lesquelles nous vivons seront complexes, plus les conséquences en seront désastreuses¹⁰⁹. »

Mais dit comme ça, la technique Alexander ne se présente-t-elle pas comme un outil d'adaptation à un monde complexe chaotique, capable d'offrir une séance de rattrapage à ceux qui s'y noieraient ? Si l'enjeu visant à modifier le filtre à travers lequel nous percevons le monde est un enjeu important, ce que manque toutefois de nous faire sentir Dewey ici, ce sont les manières si spécifiques avec lesquelles les pratiques somatiques, et tout particulièrement

108. Voir par exemple l'article quasi manifeste de Marie BARDET, Carla BOTTIGLIERI, Joanne CLAVEL, Isabelle GINOT et Violeta SALVATIERRA « Somatiques, esthétiques, politiques », dans Isabelle GINOT (dir.), *Penser les somatiques avec Feldenkrais. Politiques et esthétique d'une pratique corporelle*, L'Entretemps, Lavérune, 2014, pp. 17-26, notamment pp. 24-25.

109. John DEWEY, « Introduction » dans Frederick Matthias ALEXANDER, *L'Usage de soi. Sa direction consciente en relation avec le diagnostic, le fonctionnement et le contrôle de la réaction*, traduit de l'anglais (Angleterre) par Éliane Lefebvre, coll. « La pensée du mouvement », Contredanse, Bruxelles (Belgique), 1996, p. 17.



le body-mind centering, articulent l'*empowerment* à une image renouvelée du collectif. Si rattrapage il devait y avoir, il n'est pas à la charge seule du sujet, il se déploie le long d'agencements étranges. C'est finalement une chance que les praticiennes et praticiens somatiques reprennent à leur compte le mot même et les enjeux de l'*empowerment*, pour ne pas l'abandonner aux mains des *managers* qui se le sont appropriés. Les féministes nomment « *reclaim!* » ce mélange entre « revendiquer », « se réclamer de » et « se réapproprier ». Dans ce « *reclaim* » se joue une dimension essentielle et pourtant négligée par les experts comptables des relations humaines : la dimension collective de tout *processus* d'« encapacitation », jamais centrée sur soi¹¹⁰.

Les sciences sociales auraient presque fini par nous faire croire en l'individu, atome premier ou dernier de l'existence sociale et collective, au prix d'un lourd passage sous silence de tous les signes et de tous ceux qui, dès le départ, en contestaient le postulat. En témoigne ce passage de Gabriel Tarde tiré de *Monadologie et Sociologie*, projet alternatif d'une science qui vise à « multiplier indéfiniment les êtres » plutôt qu'à les réduire :

« [C]es éléments derniers auxquels aboutit toute science, l'individu social, la cellule vivante, l'atome chimique, ne sont derniers qu'au regard de leur science particulière. Eux-mêmes sont composés¹¹¹... »

Les relais sont aujourd'hui présents, permettant d'entrevoir ce que l'on a à gagner à s'engager en faveur de pensées et d'expériences qui font exister le fait que « le modèle du vivant envahit *infiniment* le domaine de l'inerte¹¹² ».

110. Voici par exemple la définition qu'en donne Isabelle Stengers : « [E]nsemble des *processus* et des recettes par où chacun des membres d'un collectif acquiert, grâce aux autres et avec les autres, une capacité propre de penser, de sentir, de décider qu'il n'avait pas individuellement », Isabelle STENGERS, « Postface : un autre visage de l'Amérique », dans Starhawk, *Rêver l'obscur. Femmes, magie et politique*, traduit de l'anglais (États-Unis) par Morbic, coll. « Sorcières », Cambourakis, Paris, 2015, p. 366.

111. Gabriel TARDE, *Monadologie et Sociologie*, coll. « Les Empêcheurs de penser en rond », Institut Synthélabo pour le progrès de la connaissance, Le Plessis-Robinson, 1999, p. 36.

112. Michel SERRES, *Le Système de Leibniz et ses Modèles mathématiques*, coll. « Épiméthée », Presses universitaires de France, Paris, 1968, p. 328. Face à notre épistémologie objectiviste où connaître revient à désobjectiver et se mettre en quête du « quoi » des choses, l'alliance anthropologique avec une « métaphysique cannibale » pourrait proposer une épistémologie amérindienne, chamanique où connaître revient à « personnifier », à prendre le point de vue de ce qui doit être connu, de se mettre sur la trace du « qui des choses ». Eduardo Viveiros De CASTRO, *Métaphysiques cannibales. Lignes d'anthropologie post-structurale*, traduit du portugais (Brésil) par Oiara Bonilla, coll. « MétaphysiqueS », Presses universitaires de France, Paris, 2009, p. 26.



Au contraire de l'image toute faite souvent véhiculée d'un narcissisme du repli, d'une sorte de culte hédoniste et délié empreint de scories *new age*, la pratique du body-mind centering offre une nouvelle image du collectif qui n'est plus seulement ce qui se trouve au-dessus ou autour de l'individu. Les deux caractéristiques centrales par lesquelles tant la biologie que la sociologie avaient forgé le concept d'individu — indivisibilité et autonomie — ne se retrouvent nulle part. Pur artefact¹¹³. L'individu, plus encore qu'ailleurs, est une fiction. Derrière lui, sous lui ou en son dedans, se trouve déjà, *infiniment*, du pluriel, du divers, du confus et, parfois, quand on le pratique, du très conscient. Intériorité somatique et dimension collective se mettent à coïncider. Et cette coïncidence offre de nouvelles prises, de nouveaux lieux pour de nouvelles alliances. Si les anthropologues sont entrés de longue date en résistance contre l'atomisme de l'individu et nous ont appris à « distribuer la personne », à la faire tenir grâce à un réseau de relations, cette distribution n'avait jusqu'alors jamais occupé que les trois dimensions de l'espace du dehors. Si le body-mind centering renouvelle par sa reprise ce qu'*empowerment* veut dire, c'est parce qu'il renouvelle l'image du collectif par cette capacité d'étoiler un collectif dans les quatre dimensions de l'espace, intérieure comprise. Les appuis et les puissances sont aussi à chercher dans cette quatrième dimension au mode d'existence si étrange. Sa pratique participe à produire des corps en les situant au point d'articulation de deux systèmes de projections, deux espaces également peuplés, bien que très différemment; elle multiplie les centres d'expérience à l'intérieur du corps, délocalisés, déhiérarchisés, en faisant tenir ensemble des humains et des non-humains. Et c'est, à la lettre, la définition que Bruno Latour et Philippe Descola donnent au terme « collectif¹¹⁴ ».

Le body-mind centering réussit cela, instaurer les bonnes manières d'offrir un accès et des sensations à un collectif en puissance à une échelle cellulaire, moléculaire. Il participe d'une constellation somatopolitique de pratiques qui combat les zones aveugles de l'infra jusqu'ici laissées libres à de fauflantes et silencieuses, bien que redoutablement efficaces, logiques de pouvoir à une échelle intramoléculaire. En ce sens finalement profond, la pratique du body-mind centering peut devenir un moyen pour s'équiper politiquement : en peuplant un espace intérieur qui, paradoxalement, s'offre comme un espace *collectif* de résistance.

113. Karine PRÉVOT, « Symbioses microbiennes, ou comment des êtres minuscules font l'individu », *Critique*, vol. 4, n° 803, Les Éditions de Minuit (Paris), 2014, pp. 320-330.

114. Voir Philippe DESCOLA, *Par-delà nature et culture*, *op. cit.*, pp. 495-496; et Bruno LATOUR, *Changer de société, refaire de la sociologie*, traduit de l'anglais par Nicolas Guilhot et révisé par l'auteur, La Découverte, Paris, 2006.

NADIA VADORI-GAUTHIER

CHEMINS LIQUIDES

*Retranscription d'un atelier de body-mind centering.
Extrait de l'atelier du 9 décembre 2014¹¹⁵ au Centre national de la danse
à Pantin.*

Les paroles transcrites ci-dessous accompagnaient en continu le groupe de participant-e-s, invité-e-s à se mettre en mouvement en même temps, tandis que l'enseignante, Nadia Vadori-Gauthier, les guidait tout en bougeant elle-même.

Exploration en mouvement / base liquide

Essayez de voir quels chemins vous pouvez trouver pour vous mettre progressivement en mouvement. Trouvez une relation à la terre, peut-être à l'air aussi, à la propre sensation de soi. Quels que soient vos rythmes du matin, quels que soient vos états, les inclure, les accueillir, les mettre en relation au sol, à la terre, peut-être aussi à l'air ou à l'espace. Sentez-vous très libres de faire ce qui est bon pour vous, que ce soient de toutes petites choses ou un mouvement plus grand comme se lever et danser — ce qui vous vient, sans tenir compte de ce que fait le voisin, en écoutant votre mouvement interne. Quels que soient vos rythmes, quelles que soient vos vitesses ou vos lenteurs, ou les variations éventuelles entre les unes et les autres.

115. Version filmée de l'atelier disponible sur le Web : <<https://www.dailymotion.com/embed/video/x3g3y70>>. Consultée le 3 février 2019.



Pendant que vous continuez de faire ce que vous faites, je vous invite à porter votre attention sur la qualité des liquides dans le corps. Le corps est principalement composé de liquides, liquides qui sont bougés pendant que l'on bouge ou qui nous mettent en mouvement — comme un océan à l'intérieur du corps qui nous berce, nous meut ou nous danse. Comment bouge votre océan ce matin ? Il y a peut-être aussi des petits courants ou des ruisseaux, des chemins liquides différents. Les liquides dans nos corps ont une affinité avec le mouvement, les transformations continues, petites ou grandes. Ces liquides, cette eau dans nos corps, ont plusieurs propriétés — et entre autres celle d'avoir un certain poids. Ce poids des liquides peut se verser. Il a une affinité avec la Terre, avec la gravité. Par nos liquides, on peut vraiment se connecter à cette relation au sol, verser le poids. Vous pouvez imaginer que le corps est comme une grande éponge, contenue dans une membrane, une éponge gorgée d'eau chaude, et que, lorsque vous bougez, cette eau chaude voyage dans différentes zones de l'éponge du corps. Certaines parties se condensent, d'autres s'expandent, s'ouvrent. Il y a, dans les liquides, une qualité très volumétrique. Nos liquides nous permettent également d'entrer en résonance avec les espaces, les matériaux, les choses, les corps. Nos liquides se versent avec la gravité et peuvent aussi entrer en résonance avec le sol, avec la Terre.

L'eau dans nos corps a cette qualité de poids qui se verse en relation à la terre ; mais elle a aussi une qualité ascendante, végétale, qui s'expand dans toutes les directions de l'espace comme le film de surface d'une goutte d'eau ; ou comme la sève qui monte dans les plantes. Par nos liquides, nous pouvons trouver une certaine légèreté, une qualité d'expansion, presque pneumatique, en rapport à l'air, à l'espace. L'eau monte et trouve des chemins pour se déployer dans toutes les directions de l'espace. Prenez un temps pour explorer le poids des liquides, leurs relations à la terre et leur légèreté, leurs relations à l'espace. En étant plutôt avec l'un ou l'autre, allez avec vos préférences. L'eau, dans nos corps, a également cette qualité de mouvement, de transport, qui peut nous amener à bouger sur place ou à nous déplacer dans l'espace. Prenez un temps d'exploration libre.

L'eau nous permet d'entrer en résonance avec l'air, la terre, la lumière, l'espace et bien d'autres choses. Vous pouvez explorer seul·e ou entrer en relation avec d'autres, selon ce qui se présente et selon votre envie. Les liquides dans nos corps peuvent nous entraîner dans des lenteurs ou des vitesses. Il y a des variations de rythmes, d'écoulements, de transitions. Par les liquides, on peut être à la fois en relation à sa sensation interne, à sa sensation du mouvement, et en transformation continue. Les liquides nous mettent également en relation à l'espace : celui de la pièce, du sol, mais aussi à l'air, aux autres, peut-être.





Comment est-ce que vos liquides vous dansent ce matin ? Comment êtes-vous mu-e-s par cette qualité des fluides dans le corps ? Si vous avez envie d'explorer, les liquides ont également une qualité de rebond, puisqu'ils sont contenus dans des membranes qui leur donnent une qualité de rebond.

La sensation du mouvement — le rapport à la terre, à la gravité — le rapport à l'espace, à la légèreté, à l'air — la transformation continue du mouvement.

Prenez une minute pour aller progressivement vers une fin d'exploration, sans vous couper de ce que vous venez de traverser, de ressentir et de vivre, en restant connecté-e-s à votre expérience. Allez progressivement vers un repos, dans quelque position que ce soit.

Là, dans la position dans laquelle vous êtes arrivé-e-s, je vous invite à sentir la relation des liquides à la Terre. Nos liquides ont une affinité avec la gravité, ils se versent vers la Terre. C'est comme si les tissus à proximité de nos points de contact avec le sol se condensaient un peu, comme si toutes les cellules de nos tissus, à proximité des points de contact, migraient vers le point de contact comme dans un nid, pour trouver du confort. Toutes les parties du corps qui ne sont pas en relation avec la Terre, mais en relation avec l'air, peuvent s'alléger, s'expandre, trouver un peu plus d'amplitude, de l'espace. Par nos liquides, nous sommes à la fois en relation avec la Terre et avec l'espace qui nous entoure. Il y a une densité et une légèreté simultanées.

Exploration par le toucher / toucher cellulaire

Je vous propose maintenant un petit temps de toucher. En B.M.C., on travaille avec le mouvement et le toucher comme deux vases communicants : l'un pouvant renseigner l'autre. Parfois l'on se sent davantage d'humeur à passer par l'un d'abord, plutôt que par l'autre, ou encore on « comprend plus » avec l'un qu'avec l'autre, selon les jours, les heures et les matières ou systèmes anatomiques que l'on traverse.

L'une des spécificités du B.M.C., c'est ce travail à partir d'une base fluide. Cette base est très différenciée, c'est-à-dire que l'on peut nommer et travailler spécifiquement les liquides du corps, comme les liquides cellulaire, interstitiel, transitionnel dans les membranes, le sang, le liquide céphalo-rachidien, la lymphe. Plusieurs liquides dans le corps ont des expressions singulières que l'on peut danser. Aujourd'hui, je vous propose un temps de toucher cellulaire.

Pour Bonnie Bainbridge Cohen, fondatrice de la pratique, l'expérience a lieu tout d'abord à un niveau cellulaire et vibratoire. L'expérience cellulaire permet de ne pas passer d'emblée par un niveau cognitif d'apprentissage mais de se connecter





à des strates qui permettent d'entrer en résonance avec les choses. Cette qualité cellulaire, telle qu'on l'envisage en B.M.C., ne cherche pas à faire de la cellule un modèle qui représenterait le vivant, c'est plutôt un moyen d'entrer en résonance avec le vivant, dont les cellules sont la plus petite unité. Elles composent tout ce qui vit : organismes unicellulaires, plantes, animaux et organismes complexes. C'est une façon d'entrer dans une multiplicité de résonances avec la vie.

Celles-ceux qui allez vous allonger, mettez-vous dans une position confortable, quelle qu'elle soit, et n'hésitez pas à l'ajuster en cours de route, à changer de position, autant de fois que nécessaire. Je vous invite à trouver du confort. Bonnie dit que le premier des schèmes est le confort. De même pour ceux-celles qui vont toucher, n'hésitez pas à ajuster vos positions.

Avant de poser mes mains sur mon partenaire, la première des choses que je fais est d'arriver dans mes points de contact avec le sol pour trouver un support, puis je vais me connecter à ce que l'on vient de traverser, c'est-à-dire à une qualité globale liquide : j'active une relation de sensation à une base fluide. Je pose ensuite mes mains sur mon ou ma partenaire. Il n'y a pas d'endroit particulier. Voyez où vos mains viennent. Vous pouvez également demander à votre partenaire s'il y a un endroit où elle-il aimerait être touché-e. Maintenant, la première des choses que je fais, c'est que je ne fais rien. Le toucher cellulaire est une écoute, une écoute des liquides qui traversent les membranes cellulaires, entrant et sortant des cellules. Je pose mes mains et j'écoute un mouvement liquide. Peut-être que vous allez le sentir tout de suite, mais vous pouvez également passer par l'imaginaire. Il n'y a rien à faire, il n'y a rien à comprendre, rien à réussir ou à rater. Il n'y a rien à interpréter, ou à vouloir changer. Il y a quelque chose qui s'exprime, et on l'accueille sans même avoir à le nommer. Ce que je fais aussi, une fois mes mains posées, c'est que je sens une certaine qualité des tissus, une certaine tonicité plus ou moins éveillée ou détendue. Je vais essayer de m'ajuster à cette qualité en essayant de la rencontrer, de m'ajuster au tonus de mon ou ma partenaire. Puis, j'essaie d'en faire moins que ce que je touche, d'aller sous le tonus, c'est-à-dire d'en faire moins que ce que je reçois comme information.

Je vous invite à faire une petite expérience : vous pouvez poser une main sur votre cuisse, avec l'idée de toucher votre cuisse. Il y a une certaine qualité des tissus. Maintenant, sans changer le contact, imaginez que c'est la cuisse qui touche votre main. Faites un peu d'espace pour que le tissu de la cuisse puisse arriver dans la main. Donc c'est plutôt ça : laisser arriver l'information plutôt que d'aller la chercher.

La majeure partie de la respiration dans nos corps a lieu en milieu liquide. C'est la respiration cellulaire. Elle permet un échange de liquides, de substances et de nutriments entre l'intérieur et l'extérieur des cellules.





On fait juste ça.

Quels que soient vos états du jour et de l'heure, accueillez-les, faites-leur de la place, sans même avoir à les nommer.

N'allez pas chercher la sensation, faites de la place pour qu'elle arrive. Les mains écoutent.

Je vous invite à trouver un chemin pour retirer vos mains, comme on retirerait ses mains de l'eau ou d'un courant. Celles-ceux qui avez été touché-e-s, vous pouvez prendre un temps pour intégrer.

Exploration en mouvement / sens premiers

Bougez librement. Peut-être pouvez-vous sentir que vous êtes dans telle position ou telle autre. La proprioception. Nous avons des capteurs partout : dans nos muscles, nos faisceaux musculaires, dans nos articulations, etc. Ces propriocepteurs forment comme une constellation qui envoie des informations au système nerveux. Vous sentez ainsi dans quelles positions vous êtes. Quand vous changez quelque chose d'une partie ou du tout, vous le sentez. Vous pouvez jouer à ça : je sens de l'intérieur comment mon corps s'organise, dans quelles positions. On peut changer un petit élément ou l'ensemble de la constellation. Vous pouvez prendre le temps dans chaque position de sentir ou les alterner plus rapidement. Vous pouvez, si vous le souhaitez, jouer avec les rythmes. La proprioception est un sens premier qui n'est pas relié à un facteur externe. Il permet de se sentir soi-même. Dans nos corps, ces constellations de propriocepteurs s'agencent et donnent leur position au cerveau. Jouez avec ça, comme ça vous vient. Ça peut être global ou localisé.

Je vous invite maintenant à placer votre *focus* dans la sensation même du mouvement. La kinesthésie. Que ce soit le mouvement d'une partie du corps ou du corps dans son ensemble, quand je bouge je sens que je bouge. La kinesthésie est le sens du mouvement.

Je vous invite à composer librement entre les deux, kinesthésie et proprioception. Vous pouvez alterner l'une et l'autre ou les additionner. Vous pouvez aussi aller avec votre préférence et n'en garder qu'une.

Pendant que vous continuez à bouger et à faire ce que vous faites, vous pouvez sentir si votre tête s'éloigne ou s'approche du sol ou si elle s'oriente dans différents plans de l'espace. Comment s'organise ma tête en relation à la gravité et aux différents plans de l'espace? Il peut y avoir de toutes petites modifications ou de plus grands mouvements. Ma tête s'éloigne ou s'approche du sol, elle s'oriente comme ci ou comme ça.



Il y a donc ici trois socles à partir desquels vous pouvez jouer comme vous voulez : la sensation interne de la posture, la sensation du mouvement, la tête en rapport à la gravité et à l'espace.

La kinesthésie et la proprioception ont des référents internes, le sens vestibulaire ou sens de l'équilibre a un référent externe : le rapport à la Terre et à la gravité.

En continuant de faire ce que vous faites, je vous invite maintenant à porter votre attention sur les informations que vous recevez par la peau. Peut-être l'air sur la peau, la texture du sol ou des vêtements, le contact avec quelqu'un-e d'autre. Les différences de textures, de températures. Selon la vitesse du mouvement, la qualité ressentie de l'air n'est pas la même.

Prenez un temps pour explorer librement ces quatre sens premiers : kinesthésie, proprioception, sens vestibulaire et toucher. Vous pouvez rester avec un seul ou les explorer tous. Prenez un temps pour vous, seul-e ou en relation à d'autres.

Puis allez progressivement vers une fin d'exploration en restant connecté-e à votre expérience. Alors que vous allez vers une position de repos, vous avez encore une sensation de votre propre organisation interne, de la relation de la tête au sol, une sensation de mouvement, même s'il est plus petit, et des sensations au niveau de la peau.

NADIA VADORI-GAUTHIER

FLUIDITÉS SOMATIQUES DU BODY-MIND CENTERING

Lors du colloque « Écosomatiques », j'ai proposé un atelier de body-mind centering (B.M.C.), en mettant le focus sur une dimension fluide de l'expérience. Le B.M.C. est une pratique d'éducation somatique créée et développée par Bonnie Bainbridge Cohen, danseuse, chercheuse, professeure de danse et ergothérapeute ayant une pratique également du yoga et des arts martiaux. Un long séjour au Japon l'a amenée à intégrer dans son enseignement des influences de la pensée orientale. L'école a été fondée à New York, en 1973. Dans la pratique du B.M.C., les perceptions et sensations de soi, des autres, de l'espace et du temps sont envisagées et senties au travers du mouvement et d'un socle somatique fluide. Cette particularité induit des modes de corporéité et d'interrelations qui impliquent une primauté du mouvement et de l'expérience vécue, en relation aux autres corps et à l'environnement. Elle implique le *soma*, en tant que processus en cours d'individuation qui s'expérimente lui-même, ainsi que l'expérience partagée du mouvement, du toucher et de la verbalisation intersubjective. Cette pratique est, selon moi, susceptible de modifier en profondeur les relations au corps, à l'espace et au temps. On peut voir des connexions directes entre ces processus somatiques, qui génèrent au prime abord une corporéité vibratile sans image, et la genèse d'images poétiques et imaginaires dans la pratique artistique. Une multitude d'images se conjuguent à l'expérience, tantôt générées, tantôt génératrices, et accompagnent les processus. Cet atelier pratique proposait une expérimentation de cette base fluide : respiration cellulaire, éponges, rythme de pulsation liquide.

Soma

En B.M.C., comme dans d'autres pratiques, le corps est envisagé comme soma. « Soma » est un mot qui vient du grec et qui, pour le philosophe Hésiode, signifiait le corps vivant. « Soma » peut désigner couramment le corps, différencié de la *psyché*, comme dans le terme « psychosomatique », mais le mot est employé ici dans le sens d'un *processus* en équilibre dynamique. Le terme s'applique au niveau cellulaire et plus largement au corps vivant dans toutes ses dimensions : une cellule est aussi un soma ; la globalité d'un corps vivant, humain, végétal ou animal, est un soma. Le soma est ainsi composé d'une multitude de somas : les cellules. La dimension cellulaire de l'expérience est l'une des bases de la pratique du B.M.C. Le soma s'y envisage également, en relation au système nerveux, comme *medium* sensori-moteur entre la sensation et l'action, *medium* qui inclut l'intervalle de l'émotion. Il implique plus largement le corps-esprit dans son ensemble, ce que Bonnie Bainbridge Cohen définit comme « territoire ». Ce territoire est mouvant, changeant, vivant. Le soma du B.M.C. est un corps-esprit fluide avec des cellules. Il y a des liquides intra et extra-cellulaires. Les échanges entre ces liquides constituent la respiration fluide du corps : la respiration cellulaire. Elle a lieu dans tous les tissus : os, organes, muscles, etc. Tout comme le soma prend conscience de lui-même, les cellules, en quelque sorte, ont une conscience d'elles-mêmes, à un niveau pré-noétique. Cette conscience dite « cellulaire » est l'une des caractéristiques de la pratique. Il ne s'agit pas ici de réduire l'ensemble du vivant à une unité commune — la cellule — afin de lui assigner une identité symbolique. Les cellules sont des systèmes en évolution constante qui enregistrent d'innombrables variations moléculaires. Elles servent davantage de support à une résonance vibratoire commune à l'ensemble du vivant.

Éducation somatique

Le champ de l'éducation somatique regroupe des pratiques qui ont en commun un apprentissage faisant le lien entre le corps, son environnement, le mouvement et la conscience. Cet apprentissage est un auto-apprentissage qui se définit de façon singulière au fil des expériences de chacun : le soma apprend à se sentir lui-même et s'organise en fonction de cette sensation. Ces pratiques se basant sur l'expérience subjective, impliquent des connaissances anatomiques, physiologiques. Elles croisent des champs artistiques et thérapeutiques. Elles engagent des dimensions intuitives, émotionnelles, imaginaires, mais également des connaissances cliniques. Elles s'adressent à des danseurs et danseuses, à des



artistes désirant approfondir leurs techniques et leurs modes d'expression ou à toute personne souhaitant trouver plus d'aisance dans le mouvement. Thomas Hanna — praticien de la méthode Feldenkrais et promoteur du terme « somatique » — en donne la définition suivante : « C'est l'art et la science des *processus* d'interaction synergétique entre la conscience, le fonctionnement biologique et l'environnement¹¹⁶. » Pour Sylvie Fortin, chercheuse et praticienne Feldenkrais, ces pratiques permettent de définir un « réseau somatique d'interdépendance¹¹⁷ » entre un corps et son environnement. Les images de soi, des autres, de l'espace, sont envisagées et senties au travers du soma en mouvement. Cette perception kinesthésique s'accompagne de modulations de la conscience qui à la fois se focalise et s'élargit, permettant aux sensations intéroceptives et extéroceptives d'être vécues de manière plus spécifique. Le recours à ces pratiques permet l'acquisition de connaissances théoriques, le développement de la conscience somatique ainsi que l'émancipation de l'individu et de la collectivité qui l'entoure. Néanmoins, leur évolution contribue également à développer une conscience de soi, en parallèle d'une conscience du milieu. Cela a pour conséquences de reconfigurer les agencements collectifs et de modifier profondément les représentations des corps et, par là même, du monde. On passe d'un regard distancé à un *processus* d'expérience vécue. L'éducation somatique a aujourd'hui des applications pédagogiques, artistiques et cliniques. Ces pratiques, dont l'apprentissage se base sur les données de l'expérience, favorisent l'émergence de nouveaux modes de corporéité en rapport aux environnements.

Body-mind centering

Au sein de ce champ de pratiques, le body-mind centering, a la particularité de se baser sur une expérimentation des fluides du corps et sur un apprentissage à un niveau cellulaire. Contrairement à d'autres pratiques d'éducation somatique, ce n'est ni une technique, ni une méthode. Ses outils sont extrêmement fins et élaborés, mais il n'y a pas de protocole particulier à suivre. À la différence de techniques comme Feldenkrais et Alexander qui considèrent plus spécifiquement la structure musculo-squelettique, le B.M.C. investit une base cellulaire fluide.

116. Thomas HANNA, *La Somatique. Comment contrôler par l'esprit la mobilité, la souplesse et la santé du corps*, InterÉditions, Paris, 1989, p. 1.

117. Sylvie FORTIN, « L'éducation somatique : nouvel ingrédient de la formation pratique en danse », *Nouvelles de danse*, n° 28, Contredanse, Bruxelles (Belgique), 1996, p. 20.





Cette pratique intègre également, par le mouvement et le toucher, tous les systèmes et tissus de l'organisme : sens et perceptions, organes, os, ligaments, système endocrinien, système immunitaire, muscles, etc. Elle inclut également une connaissance approfondie du développement embryonnaire. Elle procède par un toucher qui s'apparente à une écoute ainsi que par l'exploration en mouvement. Mouvement et toucher se prolongent ainsi l'un l'autre. L'appellation « *body-mind centering* » signifie littéralement « centrage corps-esprit ». Plutôt qu'un centrage sur un point unique, le terme désigne une opération expérimentale par laquelle la conscience se centre ou se décentre sur des points multiples, qui se redéfinissent sans cesse au fil des expériences singulières. Selon Bonnie Bainbridge Cohen, il implique un « alignement entre le plus petit niveau d'activité à l'intérieur du corps et les mouvements du corps les plus amples — l'alignement cellulaire intérieur avec l'expression extérieure du mouvement dans l'espace¹¹⁸. » Le mot « esprit », traduction du terme anglais « *mind* » (et non du terme « *spirit* »), implique à la fois la pensée, l'émotion et l'énergie. Le B.M.C. est une anatomie expérimentale dont l'apprentissage passe par l'intégration consciente de nombreuses données anatomiques et physiologiques, ainsi que par leurs qualités vécues à travers l'expérience du corps en mouvement. La pratique favorise l'expérience directe d'une physique des flux qui prend pour référence la modulation continue des choses. Le corps n'est pas envisagé sous l'angle de sa fixité ou de sa forme, de son identité ou de sa posture : il se renouvelle sans cesse au sein d'un flux plus vaste. Il n'effectue pas seulement des déplacements transitifs dans l'espace, il se transforme en lui-même, sur place. Les fluides, à la fois différenciés par le mouvement et le toucher, ont des expressions, des rythmes, des densités différentes. On les distingue en deux catégories : liquide intra-cellulaire et liquide extra-cellulaire. Le liquide intra-cellulaire est le liquide contenu dans les cellules, dans le cytoplasme. Le liquide extra-cellulaire désigne tous les autres liquides de l'organisme : liquide interstitiel, liquide transitionnel, sang, lymphe, liquide céphalo-rachidien (L.C.R.), graisse brune. Pour Bainbridge Cohen, la conscience est d'abord cellulaire, c'est une conscience des cellules elles-mêmes, à un niveau fluide et tissulaire, qui précède l'inscription du système nerveux. Elle investit d'abord les tissus, puis elle devient réflexive (conscience d'avoir conscience). La base de ce *processus* est la respiration cellulaire. En B.M.C., elle est, après la vibration, le second schème de la série des *Schémas neuro-cellulaires*

118. Bonnie BAINBRIDGE COHEN, *Sentir, ressentir et agir. L'anatomie expérimentale du Body-Mind Centering*, traduit de l'anglais (États-Unis) par Madie Boucon, Contredanse, Bruxelles (Belgique), 2002 [1993], p. 21.





*fondamentaux*¹¹⁹. C'est le schème de la vie elle-même. La respiration cellulaire est la respiration fluide du corps, celle des tissus : peau, muscles, os, organes, etc. Les cellules ont une double membrane plasmique, dont une face est tournée vers l'intérieur et l'autre vers l'extérieur. La respiration cellulaire permet l'échange de flux entre l'un et l'autre, elle nous met à la fois en résonance avec nous-mêmes, avec les autres et avec le monde. Elle induit une sensation de repos, de vitalité et de confort. Cette dimension cellulaire de l'expérience comporte également un caractère collectif. Elle est :

« Un état dans lequel toutes les cellules sont égales dans leurs capacités d'expression et de réceptivité. La structure est celle d'un forum ouvert, dans lequel toutes les cellules partagent la puissance du collectif (tissu, organe, corps), incarnant leur état du moment. Cela ne veut pas dire que toutes les cellules soient identiques. Cela signifie que chacune d'elles est totalement libre de s'exprimer, de soutenir et de répondre aux expériences et expressions de toutes les autres cellules au sein de leur communauté actuelle des cellules¹²⁰. »

La conscience est, selon Bainbridge Cohen, initiée au travers du mouvement, au niveau cellulaire ; le cerveau est le dernier à être informé. De ce *processus* naissent le ressenti, la pensée et une connaissance intrinsèque des choses. L'expérience s'ancre dans la matière même des tissus biologiques, elle se localise dans tel ou tel organe, fonction, ou structure. Elle en investit la dimension liquidienne, viscérale et volumétrique. Ainsi, progressivement, un nouveau corps se définit. Il émerge d'une recherche, d'une expérience, d'un patient dialogue avec les différents fluides et tissus. Cet univers liquidien est à explorer comme un territoire multidimensionnel qui implique le corps vivant, en ce sens qu'il *est* mouvement. Ce territoire fluide agit comme une interface corps/pensée, conscient/inconscient, organisme/milieu. Pour Bainbridge Cohen, l'explorateur de ce territoire est l'esprit. L'esprit ne voyage pas sur le territoire mais *dans* le territoire¹²¹. Il y a un milieu mouvant au sein duquel la pensée se

119. Les schèmes neuro-cellulaires fondamentaux consistent en une série d'organisation du mouvement qui a des résonances avec l'ontogenèse et la phylogenèse. Cette série établit des concordances non linéaires, d'organisation structurelle, entre le corps humain et des espèces animales. Elle induit des dimensions anatomiques, dynamiques, expérientielles, poétiques et imaginaires. Les schèmes neuro-cellulaires fondamentaux prévertébrés sont : vibration, respiration cellulaire, éponges, pulsation, radiation du nombril, organisation autour de la bouche et présinal. Les schèmes neuro-cellulaires fondamentaux vertébrés sont : spinal, homologue, homolatéral et contre-latéral.

120. Bonnie BAINBRIDGE COHEN, « Une structure du chaos », dans *Formation en éducation somatique par le mouvement*, classeur de la formation à destination des étudiants, non publié, 1998.

121. Bonnie BAINBRIDGE COHEN, *Sentir, ressentir et agir. L'anatomie expérimentale du Body-Mind Centering*, op. cit., p. 21.



meut. Elle définit le rapport de l'esprit au corps comme étant celui du vent au sable, la pensée étant le vent, et le corps le sable : « Si vous voulez voir comment souffle le vent, regardez le sable¹²². » Le vent, en l'occurrence, ne survole pas le sable, il est entrelacé au sable. La pensée trace son chemin dans le corps. En ce sens, le corps exprime le mouvement de la pensée, il en est le révélateur au sens photographique. Cette définition me semble toutefois incomplète dans la mesure où cette modulation corps-pensée est, pour moi, biface : la pensée inscrit son mouvement dans le corps pour autant que le corps inscrive le sien dans la pensée. C'est un type de pensée particulière qui s'exprime au travers du mouvement. *Ainsi, le corps en mouvement pense*. Cette pensée est d'une tout autre nature que la fonction objectivante de l'intellect. Elle se génère au cœur de la matière vivante. Il est possible de définir des différences dans ce continuum fluide et d'ouvrir des territoires sensoriels inédits, des espaces de résonance par lesquels peuvent se générer de nouvelles formes. En effet, ce *processus* génère des images qui sont des appuis de transformation. De l'exploration par le mouvement et par le toucher naissent des images qui sont des émanations ou des cristallisations du nouvel agencement qui s'effectue. Lorsque survient une image, elle ouvre des perspectives pour vivre et penser le corps. Les images somatiques peuvent également servir de support d'intégration, de conscientisation, de verbalisation ou de transmission de l'expérience. Cette transmission s'ancre ainsi dans l'expérience concrète. Elle se formule directement à partir du vécu. Il en résulte une cohérence intrinsèque entre expérience, théorisation et transmission.

Il est difficile de traduire les expériences que l'on fait du soma en termes de langage. L'enjeu consiste à le faire tout de même, car c'est en verbalisant l'expérience somatique qu'elle s'inscrit plus profondément, dans les tissus organiques comme dans la conscience. C'est un *processus* d'individuation, qui va de l'inexprimé à l'exprimé et *vice versa*. La conscience telle qu'elle est pensée ici est un entrelacs conscient-inconscient qui ne fait pas de séparation entre l'un et l'autre. Conscient et inconscient sont un même substrat qui se mêle tantôt d'un affect, tantôt d'un oubli, tantôt d'une image qui spatialise la pensée, tantôt d'une vague qui l'enroule et l'immerge dans un rythme. La conscience n'est plus alors seulement la face lumineuse d'une compréhension du monde, d'une connaissance ou encore d'une attention portée aux choses, et l'inconscient n'est plus seulement un magma sombre susceptible de nous

122. BONNIE BAINBRIDGE COHEN, *Sentir, ressentir et agir. L'anatomie expérimentale du Body-Mind Centering*, op. cit., p. 21.



mouvoir indépendamment de notre volonté et qui parfois, dans les rêves ou les lapsus, révèle par irruptions intempestives son véritable contenu. Ici, il n'y a pas de contenu caché à révéler, il n'y a pas de contenu tout court. Il y a une force de bourgeonnement, d'éclosion, des plis et des déplis, des seuils d'intensités, un mouvement qui se resserre ou se détend, une profondeur qui peut être dedans, dehors, en haut, en bas, à droite ou à gauche, ou encore *quelque part*, une surface qui peut être l'envers ou l'endroit, biface, topologie mobile. Lorsque l'on navigue dans ce plan fluide, l'expérience sensible s'ancre dans ce qui précède la fonction cognitive du système nerveux : les cellules, comme autant de somas, enregistrent l'expérience, sentent, et répondent en variant des paramètres de leur homéostasie. Il semble au premier abord impossible de trouver des mots pour faire part de ce qui est vécu. Pour cela, il est nécessaire de rester dans l'épaisseur d'une sensation qui se génère et se module dans l'interface corps/monde, afin de parler depuis cet endroit même, celui de l'expérience directe, parler *depuis l'expérience* et non *de l'expérience*. Cet effort de verbalisation, lorsqu'il se partage, établit en quelque sorte une égalité entre ceux qui se sont engagés dans l'exploration somatique. En effet, une expérience est entière, elle en vaut une autre. Une sensibilité, une intelligence, une émotivité, une façon de bouger ou de penser, en valent une autre. Cela entraîne progressivement une autonomisation de chacun face à ses *processus*, et une acceptation sans réserve de la multiplicité des expériences divergentes de la sienne. Chacun est à la fois augmenté d'une liberté individuelle et, dans sa différence irréductible, en lien d'égalité à toutes les différences. Ainsi, une expérience ne s'oppose pas à une autre, mais l'augmente d'une altérité. Cette richesse d'intersubjectivité est une dimension importante du champ des pratiques d'éducation somatique. C'est à partir du corps vécu comme *processus* vivant d'individuation que se génère une pensée qui est d'une autre nature que l'intellect et qui se transmet de façon visible, par les corps, ainsi que dans le partage d'expériences. Cette particularité génère des modes qui lui sont propres, à la fois singuliers et collectifs, non hiérarchiques. Elle induit une focalisation sur le *processus* plutôt que sur la forme, elle investit un flux, des rythmes, plutôt qu'un objet. Cette pratique d'individuation, de devenir, de création ou de réorganisation de soi, accueille la différence, l'écart, le décentrement. Sa façon d'agencer le collectif est horizontale et soutient les libertés de rythmes, de paroles, ainsi que les *processus* de chacun.





La plupart des études ou des textes sur le B.M.C. sont en langue anglaise et demeurent à ce jour non traduits, mis à part le livre de Bainbridge Cohen¹²³ et quelques articles. Aujourd'hui, la formation professionnelle certifiante aux États-Unis est très réduite et se développe principalement et de façon active en Europe. On trouve, en France, plusieurs ateliers et formations dans le milieu de la danse. Des chorégraphes et danseur·euse·s connaissent cette pratique. Elle demeure toutefois encore assez absente des autres milieux artistiques, notamment du théâtre, de la musique et des arts plastiques. Le B.M.C. est un outil de recherche et de création qui peut alimenter directement des pratiques artistiques individuelles et collectives. Il est également un matériau de transmission. Il est possible d'en adapter les outils en direction des acteurs et actrices, des chanteuses et chanteurs, mais également en relation avec les arts plastiques, la peinture, l'écriture, le chant ou la pratique d'un instrument... Ainsi, ce n'est pas une technique à proprement parler, mais un mode somatique de recherche et de création, qui part du mouvement et des sensations intéroceptives et extéroceptives et peut nourrir différents styles et techniques.

Éthique et politique

Les pratiques somatiques, fonctionnant sur un mode d'auto-apprentissage qui implique des relations entre soma, mouvement, conscience et environnement, permettent l'émergence de nouvelles façons de vivre le corps. Ces modes de corporéité favorisent les possibilités de mouvement et le développement de capacités expressives. Ils impliquent, par ailleurs, une expertise dans l'apprentissage sensori-moteur et soutiennent un *processus* qui s'initie à un niveau tissulaire. Ce facteur induit une modification profonde dans la représentation des corps, à commencer par le sien propre. Dans les explorations somatiques en mouvement, la conscience se focalise sur des points mobiles, internes ou externes, intéroceptifs ou extéroceptifs. L'on peut investir ainsi des dimensions sensibles, affectives, inconscientes, mais aussi relationnelles, collectives, et par là même éthiques et politiques. Pour Gilbert Simondon, une relation de l'interne à l'externe fonde l'éthique : « [L]éthique [...] est le sens selon lequel l'intériorité d'un acte a un sens dans l'extériorité¹²⁴. » Ainsi, en orientant la perception vers une connexion constante entre le dedans et le dehors, on se met à vivre des résonances

123. Bonnie BAINBRIDGE COHEN, *Sentir, ressentir et agir. L'anatomie expérimentale du Body-Mind Centering*, op. cit.

124. Gilbert SIMONDON, *L'Individu et sa Genèse physico-biologique*, coll. « Krisis », Jérôme Millon, Grenoble, 1995, p. 245.





entre l'un et l'autre. Cette relation est en elle-même une éthique. En proposant des expériences sensorielles aux confins de la perception ordinaire — qui permettent de faire l'expérience d'un continuum dedans-dehors — s'active une dimension éthique qui redéfinit le politique, c'est-à-dire la façon de s'agencer aux autres et au monde. Le collectif se pense alors à partir de dimensions d'intériorité et d'extériorité, qui impliquent les puissances conscientes et inconscientes de chacun, en connexion à un champ plus vaste que les individuations particulières. De cette façon, le corps s'ouvre en relation à un champ plus vaste, auquel il participe. Il n'est ni au service de la collectivité ni absorbé par elle; inversement il ne l'utilise pas à des fins uniquement personnelles, à l'image d'une société au service de certains privilégiés. Le collectif comme l'individu s'envisagent respectivement à partir d'une relation mutuelle, qui les augmente l'un et l'autre, l'un avec l'autre, l'un indépendamment de l'autre, dans leur puissance d'agir, de vivre et de se créer eux-mêmes. Un collectif qui se fonde ainsi sur une interconnexion éthique — indépendamment des rôles, des déterminations ou des catégories auxquelles ses participant-e-s se trouvent par ailleurs socialement assigné-e-s — permet d'accéder à une dimension des échanges qui, tout en préservant la multiplicité des différences, favorise des relations solidaires, où chacun-e bénéficie de la croissance de chacun-e. Ainsi peut se définir une vision à la fois éthique et politique que Guattari qualifie d'« écosophique¹²⁵ » et qui implique des dimensions matérielles et immatérielles. Dans une telle perspective, il nous appartient d'inventer, à notre échelle locale de proximité, des dispositifs micropolitiques, pour « sortir de la désertification sociale contemporaine¹²⁶ » et « conjurer les épreuves de la barbarie¹²⁷ ». À l'inverse d'une société basée sur des rapports interindividuels qui augmentent le pouvoir des uns au détriment de celui des autres, il semble possible d'agencer des dynamiques solidaires qui « inversent les commandes, jouent le jeu de l'autre à l'encontre d'une politique d'auto-centrage sur le moi¹²⁸ ».

Une telle dimension éthique émane des pratiques d'éducation somatique. Par exemple, le B.M.C. implique un travail sur la vibration cellulaire qui conduit à sentir des connexions au vivant. Cette résonance implique des intériorités et des extériorités ainsi que des circulations des unes aux autres. C'est alors une faculté *aïsthésique*¹²⁹, s'étendant également à la matière et n'établissant

125. Félix GUATTARI, *Chaosmose*, coll. « L'espace critique », Galilée, Paris, 1992.

126. *Id.*, p. 103.

127. *Id.*, p. 187.

128. *Id.*, p. 79.

129. Cette dimension implique la sensibilité et les affections du corps comme de la matière inanimée.



pas de séparation entre humain et non-humain, qui est investie. En ce sens, ces pratiques peuvent impliquer à la fois une *résistance* et une *promesse* — une *résistance* car elles sont susceptibles de déjouer les modes habituels de la représentation et de l'efficacité spectaculaires au profit d'expériences singulières directement vécues; une *promesse* car elles peuvent laisser entrevoir la possibilité de mondes meilleurs, ouvrant des espaces de sensation communs et partageables. Leurs implications s'avèrent donc éminemment politiques. Elles nous conduisent en effet à penser des espaces et des scènes où l'on ne « montre » pas, où l'artiste n'est pas affiché.e ou consommé.e et où le public n'est ni consommateur ni juge, mais où des relations s'établissent induisant des intensités partagées, non déterminées à l'avance. Les modes somatiques de création semblent ainsi dissoudre d'éventuelles attentes consuméristes, ils ne produisent pas des objets artistiques déterminés, mais des expériences, des connexions sensibles et des *processus* productifs en termes d'expressions, d'individuations et de devenir. Ainsi, ils questionnent l'agencement artiste/public induisant spontanément des pratiques performatives nouvelles qui invitent à penser de nouvelles pratiques de spectateur. Il s'agit de réinvestir collectivement une responsabilité qui engage une puissance de lien, de métamorphose, de liberté et d'invention afin de proposer des alternatives à la fixité de l'identitaire ou de la représentation et d'initier des dialogues éthiques impliquant naturellement les environnements. En cela, les pratiques somatiques engagent directement le politique car elles ouvrent les corps et les habitudes, déjouant les normes, créant des ponts et invitant des circulations salutaires dont notre monde est en carence. Elles nous poussent à chercher de nouvelles façons de penser, de rêver, de sentir, de ressentir et d'agir ensemble. Ainsi, en activant des foyers singuliers et collectifs de partage de la sensation et en investissant le champ ouvert de nos parts inconscientes et assignifiantes, nous pourrions permettre l'émergence de nouvelles dimensions d'individuation collective. Il s'agirait de défaire l'image, la représentation, la forme, l'identité — de les défaire un peu, temporairement — de ne pas s'y attacher outre mesure afin de conquérir la liberté d'autres modes. Les images, les formes, les concepts pourraient alors œuvrer comme catalyseurs, vecteurs d'actualisation, dispositifs de transmutation des forces mises en œuvre et non comme destinations d'identification normative. Ils supposeraient également la conquête de temps intérieurs et de puissances d'indétermination en relation à l'instant de l'acte. Les *processus* de subjectivation qu'ils induiraient seraient à la fois individuels et collectifs. Ils ne pourraient être l'un sans l'autre car ils émaneraient de relations éthiques entre ces différentes dimensions.

BORIS NORDMANN

FICTION CORPORELLE : DEVENIR ANIMAL

Entretien réalisé par Joanne Clavel¹³⁰

JOANNE CLAVEL. — *Peux-tu commencer par nous parler de ton parcours ?*

BORIS NORDMANN. — Quand j'étais petit, je fabriquais mes jouets et, depuis, il est toujours important pour moi de fabriquer des outils. J'ai eu un passage assez fondateur par la sculpture, plus précisément par le modelage et la taille directe : j'ai accompagné un restaurateur de sculptures sur des monuments historiques. Pour moi, c'est plus un état perceptif qu'une activité liée à un savoir, il s'agit d'identifier une forme et d'observer comment la faire sortir du pain de terre ou du bloc. Je vois mon parcours artistique comme une série de formations. J'oriente maintenant mon travail vers la recherche et le développement de nouveaux outils au sens large — davantage que vers la production de dispositifs à exposer. J'envisage le partage de ces outils sous la forme de *processus* plutôt que d'exposition. Je distingue trois axes dans ce qui a animé mon travail antérieur : le premier est celui de l'altérité — comment se sentir autre en soi ? Le second est celui de la perception de l'espace par le son ; le troisième tourne autour de la relation au langage et à la parole : quel est l'espace du vocabulaire et du lexique français ? Comment l'espace parle-t-il ?

Puis, face à la mer, tout a basculé il y a trois ans. J'ai décidé que l'essentiel des choses que j'avais faites jusque-là pouvait constituer une préparation à l'apprentissage du langage des dauphins. Non pas pour l'étudier comme l'on étudie des animaux sauvages avec des jumelles et des hydrophones ou en regardant sur un ordinateur

130. Entretien téléphonique avec Boris (chez lui à Marseille) et Joanne (à Darbres), le 29 juillet 2015.



des sonagrammes, mais pour comprendre et apprendre : par exemple, quand est-ce que l'on change de sujet dans une conversation avec les dauphins? Pour moi, la différence entre étudier et apprendre est importante : on ne peut pas apprendre, par exemple, le chinois en suspendant un microphone au-dessus d'une place publique. Apprendre un mode de communication, ça implique d'avoir une relation mutuelle d'empathie. Rencontrer des dauphins n'est pas simple, j'ai donc décidé de me préparer en amont avant d'avoir les moyens de les rencontrer de manière régulière. Pour me préparer, je me suis remis dans le bain de l'apprentissage — et voir ma fille qui apprend m'a énormément aidé.

D'un point de vue logistique, j'ai commencé par me former à la plongée en apnée. Je dis « logistique » car, pour approcher les dauphins, on est plus rapide et plus souple sans bouteille sur le dos, on conserve ainsi une pleine mobilité. D'un point de vue sensoriel également, car l'on partage l'apnée avec les dauphins : ce sont des mammifères qui plongent en apnée. Je me demande dans quelle mesure ma pratique de l'apnée me donne des sensations qui sont proches des sensations du dauphin. Je me suis également initié au kayak de mer, mode de navigation mis au point par des baleiniers et qui permet de faire corps avec son embarcation. Dans un kayak, je me sens être une chimère ou un centaure marin.

Enfin, je me suis formé à une pratique corporelle : le contact improvisation (C.I.). Je l'aborde comme une manière d'apprendre une communication non verbale. Un mode de communication non verbale à pratiquer dans l'air avec des humains, c'est plus facile avant d'aller dans l'eau rejoindre les dauphins. J'ai pu suivre plusieurs stages et participer à quelques laboratoires d'exploration dont une forme de C.I. dans l'eau. Les cours de C.I. qui s'adressent aux débutantes et débutants commencent souvent par une consigne d'observation du poids, transférer son propre poids d'un pied à l'autre par exemple, donner son poids, puis par sa main en touchant quelqu'un d'autre. Ainsi, on évite d'observer son état émotionnel et on se concentre uniquement sur ses sensations. Comment je donne mon poids à l'autre? Comment je reçois le poids de l'autre? Il y a plus que de la métaphore là-dedans. C'est déjà une relation. Le C.I. est un endroit extraordinaire pour explorer les relations, la manière dont elles se développent, justement parce qu'elles se développent sans langage, sans parole, et commencent par le contact. J'observe la manière dont je réagis à des schémas relationnels, si je réponds ou pas, la manière dont je me laisse tisser dans la relation avec l'autre ou pas, la manière dont je tisse avec cette personne ou pas, à ce moment précis. C'est un endroit de travail très précieux.





J. C. — *Est-ce que tu conçois le contact improvisation et l'écholocalisation comme une formation pour communiquer avec les dauphins ou également comme des pratiques à partager ?*

B. N. — Je dirais que, pour moi, ça n'est plus une formation mais de la recherche. C'est une pratique en recherche, et c'est ce qui m'intéresse dans ma vie pour me situer dans la rencontre animale. C'est parce que je suis émerveillé par les rencontres et les découvertes qu'elle m'apporte que j'estime être dans une bonne recherche.

Ensuite, il y a eu l'apprentissage de l'écholocalisation humaine avec des aveugles. Les cétacés à dents (les dauphins, les belugas, les orques, les cachalots) se repèrent dans l'obscurité des profondeurs grâce à l'écho. Ils émettent des sons et ils entendent une réponse acoustique de l'environnement. J'ai d'abord cherché un dispositif de substitut sensoriel pour arriver à écholocaliser dans les ultrasons, jusqu'à ce que je rencontre Daniel Kish. Daniel est aveugle et formateur en mobilité pour aveugles. Il est le premier aveugle reconnu officiellement comme formateur en mobilité pour aveugles : en Europe, les formateurs aveugles doivent encore ruser avec les institutions pour enseigner à d'autres aveugles. Daniel enseigne l'écholocalisation en faisant des clics de langue. C'est un son très sec qui ressemble à un claquement de doigt. On pourrait faire plein d'autres sons, mais Daniel a choisi le clic de langue pour sa discrétion en société et également pour sa qualité informative. À la différence d'un claquement de doigt, on peut le faire quand on a les mains prises, et surtout le clic de langue est directionnel. Et puis, il est produit exactement entre les deux oreilles, ça aide à le distinguer de l'écho. Daniel dit que le clic est une question, dont l'écho est la réponse.

Évidemment, il y a beaucoup de différences entre un cétacé et un aveugle en ville. Moi, j'écholocalise en ville, dans un environnement qui est constitué de surfaces planes parfois orthogonales. Je détecte bien les murs : leurs distances, leur taille, leurs textures et les ouvertures dans les murs. Par exemple, je peux savoir sur la façade d'un immeuble s'il y a des balcons, s'il y a des fenêtres et si ces fenêtres sont en renforcement ou dans le plan. Je peux distinguer un poteau d'un arbre. Un poteau c'est sec, alors qu'un buisson c'est un peu plus mat... Sec c'est plus réverbérant tandis que mat c'est plus absorbant. Les arbres absorbent plus le son. Enfin, chaque personne a sa propre manière d'en parler. Daniel mentionnait que l'un de ses élèves décrivait l'écho des buissons comme quelque chose qui le chatouille. Il est important que chacun mette ses propres mots. Ça permet de prendre acte de l'analyse que l'on a de sa propre perception à un moment donné. L'écholocalisation c'est un peu comme le tai-chi-chuan : il arrive un moment où, pour progresser, il faut l'enseigner soi-même. Et puis tout seul dans son enquête perceptive laborieuse, perdu face à ses doutes, on





passer par des moments de désespoir qui peuvent être durs. Il est difficile de les surmonter sans retirer son bandeau. C'est beaucoup plus joyeux et facile de pratiquer à plusieurs : on n'est jamais perdu car on est dans le groupe. La joie est un élément essentiel dans l'apprentissage. D'ailleurs, la formation d'apnée que j'ai suivie était sportive et compétitive et elle m'a dégoûté de l'eau, même en mer. J'ai dû travailler à retrouver le goût de l'eau!

J. C. — *As-tu reçu des enseignements plus spécifiques sur des formes de communication avec ou entre animaux?*

B. N. — Parmi les autres apprentissages, il y a eu un stage de communication intuitive avec Anna Evans. À mes yeux, c'est une forme de télépathie avec des animaux. Elle commençait la formation en nous disant :

« L'intuition, c'est simple. Si vous suivez la technique que je vais vous indiquer, vous êtes condamnés à y arriver. En revanche, la communication, ça reste très compliqué. Il y a toujours des malentendus, des gens qui vous coupent la parole, qui répondent à côté de la question ou que la question embarrasse tellement qu'ils ne savent pas répondre. »

Parmi les nombreuses situations de malentendu qu'il peut y avoir : je te pose une question, puis une seconde. Et alors que tu réponds à la première question, moi je crois que tu réponds à la deuxième. Il y a alors un malentendu. Eh bien ce sont des situations que j'ai déjà rencontrées avec un animal, notamment avec un lama.

J. C. — *C'est une forme de communication non verbale que tu veux approfondir?*

B. N. — L'apprentissage, ou comment l'on apprend, est une question beaucoup plus importante pour moi que tout ce qui relève de la sculpture ou d'une approche disciplinaire. La question de la communication non verbale a une place importante dans l'apprentissage. J'aimerais citer James Gibson à cet endroit-là :

« Les jouets, les images et les mots sont des aides à la perception fournies par les parents et les instituteurs [...]; mais ceux-ci ne sont pas en eux-mêmes de la connaissance, comme nous pourrions être tentés de le penser. Ils ne peuvent que faciliter aux jeunes la connaissance¹³¹. »

Voilà comment on pourrait situer la communication non verbale dans l'apprentissage qui est le cœur de ma recherche actuelle.

131. James G. GIBSON, *Approche écologique de la perception visuelle*, traduit de l'anglais (États-Unis) par Olivier Putois, Édition Dehors, Bellevaux, 2014, p. 391.





J. C. — *Peut-on revenir sur les fictions corporelles? Peux-tu nous les décrire dans un premier temps puis revenir ensuite sur ce « devenir autre », « se sentir autre »?*

B. N. — Les fictions corporelles¹³² (F.C.), je les ai portées comme des sculptures dont la matière est le « Schéma corporel » des auditeurs. La fiction corporelle commence avec 30 minutes d'introduction sur le sujet : je joue au professeur, je fais des dessins, je décris l'anatomie, le mode de vie de l'araignée ou du cachalot. Ensuite, je demande aux gens de faire une petite mise en corps, en précisant certaines parties du corps humain. Le sacrum pour le cachalot, le sternum pour l'araignée. Alors qu'ils sont allongés sur le sol, je leur donne des consignes et je guide la déformation de leur Schéma corporel jusqu'à leur donner une nouvelle forme, celle de l'araignée ou du cachalot. Il y a aussi la « fiction corporelle Marseille, se sentir aux dimensions de l'agglomération¹³³ », qui porte sur les dimensions de temps, les dimensions de flux et les dimensions de porosité qui sont propres à cette ville, la porosité du terrain étant une caractéristique géologique qui a permis l'implantation des humains dans les grottes dont Marseille est truffée.

J. C. — *Qu'est-ce que tu appelles « Schéma corporel¹³⁴ »?*

B. N. — Le « Schéma corporel », c'est la manière dont je vais me représenter mon corps; et il est par nature changeant — changeant parce que je peux constater l'évolution de mon anatomie au cours de ma vie, parce qu'il y a des articulations que je peux déformer, mais également parce que je passe à travers des états qui peuvent me faire sentir petit, ratatiné, crispé, flottant, aigu, lourd, etc. Je peux inviter à sentir des textures différentes : vaporeuses, lourdes, épaisses, toniques. Mon « Schéma corporel » est modelé par mon activité, il peut aller au-delà des limites de ma peau. Par exemple, en conduisant une voiture, on peut se sentir avoir les dimensions du véhicule. Depuis que je suis enfant, il m'arrive parfois, avant de m'endormir, d'avoir la sensation que mon corps est comme un élastique que je peux étirer, tordre ou nouer. J'ai voulu partager cela, c'est mon point de départ.

132. Pour plus d'information sur les fictions corporelles de Boris Nordman, consulter son site *Web* : <http://www.borishordmann.com/cherche/fictions_corporelles/>. Consulté le 26 novembre 2018.

133. À télécharger en ligne pour une écoute en promenade : <<http://www.promenades-sonores.com/audioguide/promenade-sonore/fiction-corporelle-marseille-se-sentir-aux-dimensions-de-lagglomeration>>. Consulté le 26 novembre 2018.

134. L'expression « Schéma corporel » — que Boris Nordman emploie tout au long de cet entretien — correspond plutôt à des éléments de deux catégories différentes habituellement distinguées : « Schéma corporel » et « Image du corps ». Pour une clarification sur les relations entre « Image du corps » et « Schéma corporel », voir par exemple Shaun GALLAGHER, *How the Body Shapes the Mind*, Clarendon Press, Oxford (Angleterre), 2005.





C'est en rencontrant la rhétorique des formateurs en tai-chi-chuan et en méthode Feldenkrais que j'ai trouvé une possibilité de partager, à travers des consignes, des expériences de changements de représentation de son corps.

J. C. — *C'est la deuxième fois que tu mentionnes les arts martiaux et le tai-chi-chuan ?*

B. N. — J'ai suivi des cours de tai-chi-chuan pendant cinq ans. J'aimerais beaucoup qu'il existe une école qui ne soit pas martiale pour donner un enseignement qui ne soit ni martial, ni sportif. Un enseignement qui mêle des aspects pratiques et philosophiques, mais également physiologiques, psychologiques, musculaires, de soins, de perceptions, et que l'on considère tout cela comme de la connaissance. Que ce ne soit pas une école de « performance ». Bon, ça existe déjà, mais ce n'est pas reconnu comme une université. Je pense par exemple à l'enseignement du body-mind centering ou à l'enseignement de certains arts martiaux ou au Feldenkrais, qui travaille beaucoup la relation pédagogique.

J. C. — *Peux-tu décrire une fiction corporelle pour rentrer un peu plus dans la matière de l'expérience proposée ?*

B. N. — Il y a un préambule durant lequel j'annonce aux auditeurs qu'ils sont à la fois interprètes de ma proposition et spectateurs de leur interprétation — ce qui est donc forcément la bonne interprétation pour eux, à ce moment-là. La fiction corporelle araignée a ceci de particulier qu'elle joue essentiellement sur l'anatomie. L'anatomie de l'araignée c'est, en gros : un exosquelette, huit pattes, un abdomen relié au céphalothorax par une taille très fine et enfin une matrice de filières. Quand l'araignée marche au sol, son système nerveux est proche du sol tandis que son système digestif est au-dessus. C'est donc la situation de l'humain allongée sur le sol sur le dos, avec le système nerveux au sol et le système digestif au-dessus. Cette anatomie m'a invité à faire naître les pattes d'araignées dans le dos humain. Pour la sensation de la carapace ou plutôt de l'exosquelette, je propose de s'appuyer sur la sensation du sternum qui a la qualité d'être riche en moelle, un os moelleux, un os tendrement protecteur, devant le cœur. Je le prends comme modèle pour essayer d'obtenir une sensation de carapace qui ne soit pas étouffante mais protectrice, douce, aimante. Pour passer du visage du corps humain allongé — tourné vers le plafond — à celui de l'araignée, il y a une opération de dépliement de la tête. La tête humaine est le fruit d'un enroulement pendant son développement embryonnaire. Je propose de dérouler la tête humaine pour emmener la mâchoire inférieure humaine à l'endroit des





chélicères de l'araignée. Il y a aussi un déplacement de perception par le fait de sentir les odeurs et les sons par les pattes, même si ce n'est pas au premier plan dans la fiction corporelle araignée.

Voici donc un échantillon des propositions de déformations pendant la fiction corporelle araignée, qui sont d'ordre anatomique, dans le sens de géométrique. Par contre, sur la fiction corporelle Marseille, je joue davantage sur les textures et sur les états de corps. Et la fiction corporelle cachalot joue beaucoup plus sur la relation au milieu avec les ondulations et les vibrations, ou encore la notion de surface, une inversion du haut et du bas, la sensation de la flottaison.

J. C. — *Tu rapproches ces fictions corporelles d'un travail de sculpteur, est-ce la particularité de ton approche?*

B. N. — Dans un contexte français où l'on doit mettre les gens dans des cases, cela m'a beaucoup aidé et rassuré de dire que je fais ce que j'ai toujours fait, à savoir de la sculpture. Actuellement je prends plus de confiance vis-à-vis de cela, et c'est plutôt ce grand projet vers les cétaqués qui me sert de fil conducteur entre toutes mes activités. D'ailleurs, depuis le colloque « Écosomatiques », c'est une petite révolution personnelle de ne plus me revendiquer comme sculpteur. Le colloque a été fondateur pour moi : rencontrer des praticiennes et praticiens reconnus par des théoriciennes et théoriciens pour leur capacité à créer et à fournir de la connaissance, et en retour voir des théoriciens et théoriciennes reconnu·e·s par les praticiens et praticiennes pour leur capacité à influencer les pratiques, c'est assez incroyable... Ce colloque a été aussi un moment de rencontre qui m'a permis de me situer dans une communauté, de constater que cette communauté existe, de découvrir des affinités, et tout cela a eu une suite concrète. Par exemple, ma participation aux Rencontres internationales de contact improvisation en juillet 2015 où mon point de départ a été la conférence de Jérémy Damian¹³⁵. Et ce dernier m'avait auparavant invité à donner, à Grenoble, un Étirement, en duo avec Mandoline Whittlesey. Notre étirement proposé le 14 juin 2015 s'appelle : « De la consigne à l'inconnaissable. Quelques méthodes pour se sentir humain. » Ce temps de laboratoire proposait une fiction corporelle cachalot et portait sur la question de la consigne. En effet, une fiction corporelle, ce n'est qu'une suite de consignes et de contextes sur la consigne.

J. C. — *Qu'est-ce que l'écologie pour toi?*

135. Voir le texte de Jérémy Damian, p. 47 du présent ouvrage.





B. N. — Pour moi, l'écologie est d'abord un module d'enseignement au cours de ma licence de biologie. C'est un moment pour moi qui est marqué par la lecture de *La terre est un être vivant. L'hypothèse Gaïa* de James Lovelock¹³⁶ — que j'ai lu sur les conseils de mon père puis d'un professeur. Pour moi aujourd'hui, l'écologie est plutôt l'approche écologique de la perception telle que développée par Gibson. Le fait d'être tissé par le milieu ou plus précisément le fait que l'individu est tissé par le milieu à la fois dans sa perception, dans sa construction physiologique, dans sa construction évolutive, dans une histoire prétendue naturelle — c'est joli, l'expression histoire naturelle... ça serait donc une science sociale historique naturaliste. Il devient donc difficile de distinguer le milieu de l'individu. D'un point de vue personnel, évoluer dans un paradigme écologique m'aide énormément pour vivre au présent — me considérer comme un être changeant qui dit pourtant « je » et vit des relations au présent.

J. C. — *Est-ce que tu pourrais nous dire s'il y a des engagements éthiques dans ta façon de penser, d'être, d'agir ?*

B. N. — Oui, je suis très sensible aux enjeux écologiques, mais c'est tellement à la mode que je dois détailler. Pour moi, c'est vivre au présent, dans le sens vipassanā¹³⁷, ou du contact improvisation. C'est faire aussi petit ou plutôt aussi peu que possible. Ici, la pensée écologique (qu'elle soit gestuelle ou verbale) rejoint l'écologie politique. C'est vivre à plusieurs peut-être, reconnaître les communautés dans lesquelles j'agis. On envisage un habitat partagé, on désire fréquenter des animaux libres au quotidien ! L'attention à ma propre consommation a changé.

Mes parents se revendiquent « écolos » depuis que je les connais. Ils m'ont transmis une forme de culpabilité dans l'acte de consommer. Je m'applique à me détacher de cette manière de consommer. La culpabilité ne résout rien. C'est un peu comme la peur. Par exemple, si l'on a peur d'arriver en retard, il peut être judicieux de faire taire sa peur, précisément pour arriver à l'heure. Je pense qu'il est très important pour l'écologie de sortir de la culpabilité et de trouver une position qui permette le changement. L'enjeu serait de permettre au désir de changement de s'exprimer ou de lever les entraves à la gourmandise, à la curiosité de changement qui me semble propre à tout être vivant. Or, ces entraves sont aujourd'hui énormes.

136. James LOVELOCK, *La terre est un être vivant. L'hypothèse Gaïa*, traduit de l'anglais (États-Unis) par Paul Couturiau et Christel Rollinat, coll. « Champs/Sciences », Flammarion, Paris, 2017 [1979].

137. « Vipassanā » est l'une des techniques de méditation les plus anciennes de l'Inde.





Au quotidien, j'ai la digestion difficile et je porte une attention sensible à ce que je mange. Quelle partie de moi à envie de cette fraise? Mes yeux, ma bouche en ont envie, mais mon système digestif dit : « C'est bon j'en ai eu assez... » Ce carré de chocolat? Qui en a envie? Ma bouche dit « on peut s'en passer », mon système nerveux dit « oui, oui, oui! », mon foie dit « non, non, ça suffit ». Lequel est-ce que j'écoute? À qui est-ce que je donne la parole? Le système nerveux est très charismatique en moi, si bien que souvent, le foie n'est pas respecté et nous le fait payer ensuite en exigeant une sieste. Qu'en faire? Donner plus de charisme à mon foie? Comment? Prendre plus de temps pour manger, peut-être. La consommation, je la repense sur le modèle de ce que je mange, au présent.

J. C. — *Que serait une éthique de la production dans ta création artistique ou ta vie?*

B. N. — Les objets que j'ai produits et commercialisés sont issus de déchets, pour des raisons économiques également, mais pas uniquement. Les lunettes aveuglantes que je produis maintenant sont fabriquées à partir de mousse de néoprène. Ce sont des chutes de fabrication de combinaison de plongée. Ou prenons l'exemple du Philtre, le kit optique pour se voir avec les yeux de l'autre. Ce que j'ai trouvé de mieux pour assurer la fonction optique (et sa précision haute technologie), est un déchet de l'industrie informatique. Sur la chaîne de production qui s'est avérée être dans la Silicon Valley en Californie, il y a deux étapes de sélection. D'abord, les objets avec un défaut visible sont évacués. Puis les objets avec un défaut magnétique sont évacués. L'entreprise jusque-là les revendait au prix du métal. Moi je voulais les racheter intacts, soigneusement emballés : des rebuts sans défaut visible. L'obtenir m'a demandé six mois de négociation. Que cette entreprise qui emploie plusieurs dizaines de milliers de personnes, dans le monde entier, qui fabrique le nec-plus-ultra de la technologie, m'envoie le contenu de sa poubelle, ça a été pour moi une aventure fantastique. Je me rappelle la discussion politique au téléphone avec l'ingénieure d'origine grecque, immigrée en Californie, qui m'a accordé le sésame.

Il y a des domaines où, pour moi, c'est essentiel d'avoir une production propre, comme pour l'alimentation. Je suis choqué qu'il faille payer plus cher pour avoir des énergies renouvelables. Même chose pour la nourriture en agriculture biologique... les produits avec pesticides devraient être étiquetés « dégueulasses ». Pour ce qui est des vêtements, je me fournis essentiellement en seconde main. Je trouve cela plus rigolo de savoir que mes vêtements ont vécu, qu'ils ont fréquenté d'autres



vies. Et pour moi c'est plus important d'aborder l'écologie politique à travers l'idée que « c'est plus rigolo », plutôt que « c'est mieux moralement » — d'où l'idée sortir de la culpabilité.

J. C. — *Qu'est-ce que pour toi que l'ecosomatique?*

B. N. — Vivre mon être comme un collectif et déjà à cet endroit-là, observer comment vit un collectif. Lui trouver des outils pour vivre avec d'autres êtres, qu'il s'agisse des animaux, des humains, des plantes, des objets... et pour être à l'écoute. Pour ne pas me sentir seul, ne pas être dans un besoin... enfin, je ne suis pas seul puisque je suis déjà une communauté dont une partie dit « je ». Je trouve beaucoup de ressources dans les sensations proprioceptives internes, dans l'observation de ma perception pour savourer les moments et, ce faisant, donner moins de prise à l'appel constant à la consommation.

Se sentir tissé de relations à l'environnement et que l'environnement est tissé par l'individu, est un endroit où je trouve des outils pour savourer le moment présent.

L'engagement est donc de faire confiance à mes sens, et d'être conscient des mécanismes que prennent les objets, les dispositifs, etc. Les objets techniques (au sens de Simondon) sont les terminaux, les simulacres de visages que les grands ensembles techniques offrent à moi. Dans quelle écologie ces êtres-là cherchent-ils à exister? Dans quelle niche écologique? Ils vivent dans un écosystème humain... ces êtres techniques cherchent à nous séduire pour qu'on les utilise et qu'on les reproduise. Un peu comme des enfants attendrissants. Alors, quelles histoires leur raconter au coin du feu pour qu'ils grandissent en paix avec leur milieu?



PRATIQUES SOMATIQUES



ALBIN HAMARD ET MICHAËL HILPRON

**LES TECHNIQUES DE CONSCIENCE DU CORPS :
D'UNE ÉDUCATION MOTRICE EFFICIENTE AU
DÉVELOPPEMENT PERSONNEL**

Le champ des sciences et techniques des activités physiques et sportives (STAPS) au sein duquel nous avons été formés s'intéresse à l'étude du mouvement humain et des pratiques sensori-motrices que sont les sports, l'éducation physique, les jeux traditionnels et leurs techniques du corps. De nature et de culture pluridisciplinaires, les STAPS ne représentent pas pour autant un milieu uniformisé tant la diversité des approches qui s'y côtoient est vaste. Aussi, les sciences humaines et sociales y jouent un second rôle, conformément au constat de Pierre Parlebas :

« [Elles] y apparaissent souvent au titre d'un habillage extérieur qui ne touche pas à l'essentiel. Plus profondément encore, les techniques du corps sont appréhendées par un empilement d'informations extraites de disciplines disparates, par une juxtaposition d'interprétations physiologiques, psychologiques, sociales, historiques, ergonomiques¹³⁸. »

À travers notre approche, nous souhaitons justifier la pertinence des sciences humaines en montrant comment elles contribuent à éclairer le(s) sens des pratiques corporelles d'une part, et à appréhender les techniques du corps comme des techniques de soi d'autre part. Dans la lignée des travaux de Marcel Mauss, nous considérons le sujet comme « une totalité qui s'engage en bloc

138. Pierre PARLEBAS, « Les tactiques du corps », dans Marie-Pierre JULIEN et Jean-Pierre WARNIER (dir.), *Approches de la culture matérielle. Corps à corps avec l'objet*, coll. « Connaissance des hommes », L'Harmattan, Paris et Montréal (Canada), 1999, p. 29.



dans des conduites sensori-motrices [...] avec son propre corps, sa perception, son affectivité, ses limites, son inconscient, son inscription dans une société donnée¹³⁹ ». Nous pensons que l'environnement (matériel, humain et socioculturel) joue un rôle prédominant dans la motricité : bien plus qu'un simple décor, il est un support de l'action. Nous concevons, par ailleurs, la cognition comme une action *incarnée*, selon le terme de Varela, et la connaissance du corps vécu comme le fondement d'une connaissance de l'expérience de l'être en activité.

En considérant le sujet comme couplé à un environnement qui est une ressource pour son action, nous ne saurions envisager les pratiques comme si elles avaient une existence indépendante de leurs pratiquants. Dans cette perspective, investiguer l'expérience humaine, c'est « explorer le vécu des pratiquants tels qu'eux le perçoivent, le vivent, lui donnent sens [...] accéder aux choses telles qu'elles *leur* apparaissent¹⁴⁰ ». En bref, il s'agit de « comprendre les pratiques telles qu'elles se font », « là où elles se font », « au temps où elles se font » et du « point de vue de ceux qui les exercent réellement¹⁴¹ ».

Ce positionnement théorique pose la question de savoir comment objectiver l'expérience d'autrui, et comment l'être humain peut observer et conscientiser sa propre expérience. En effet, bien que l'expérience humaine soit ce qui nous est le plus familier, elle ne nous est pour autant que peu ou pas connue. D'une part, les travaux sur le sens pratique et l'inconscient moteur montrent que nous ne savons pas comment nous agissons ni comment la réflexion peut perturber l'action. D'autre part,

« même les activités quotidiennes les plus simples ou les plus agréables (marcher, manger, converser, conduire, lire, faire l'amour, etc.) se déroulent dans une masse confuse de commentaires abstraits tandis que l'esprit se hâte vers sa prochaine occupation mentale¹⁴². »

139. Marie-Pierre JULIEN, Céline ROSSELIN et Jean-Pierre WARNIER, « Pour une anthropologie du matériel », dans Marie-Pierre JULIEN et Céline ROSSELIN (dir.), *Le sujet contre les objets... tout contre. Ethnographies de cultures matérielles*, coll. « Orientations et méthodes », Comité des travaux historiques et scientifiques, Paris, 2009, pp. 85-110, ici p. 98.

140. Anne CAZEMAJOU, *Le Travail de yoga en cours de danse contemporaine. Analyse anthropologique de l'expérience corporelle*, thèse, université Blaise-Pascal Clermont-Ferrand 2, 2010, p. 92.

141. Philippe FLEURANCE et Sylvie PÉREZ (dir.), *Les Cahiers de l'INSEP*, n° 39, INSEP-Publications (Paris), 2008.

142. Eleanor ROSCH, Evan THOMPSON et FRANCISCO VARELA, *L'Inscription corporelle de l'esprit. Sciences cognitives et expérience humaine*, traduit de l'anglais par Véronique Havelange, coll. « La couleur des idées », Les Éditions du Seuil, Paris, 1993, p. 56.





Nous sommes rarement pleinement concernés par ce que nous faisons, complètement immergés dans l'action, intensément focalisés sur l'effcience de nos actes. En résumé, c'est un peu comme si nous marchions à coté de nos souliers, pas vraiment à ce que nous faisons quand nous le faisons; le plus souvent perdus dans des ruminations sur le passé, le futur, rarement ici et maintenant, car sans cesse absorbés par des jugements. Pour Francisco Varela, cette *attitude abstraite*, véritable « rembourrage d'habitudes et de préjugés » est « l'armure avec laquelle » nous nous mettons habituellement à distance de notre propre vécu¹⁴³.

Si certaines techniques, comme l'entretien d'explicitation, permettent de prendre conscience rétrospectivement de données qui étaient pré-réfléchies lors de l'expérience, est-il possible de devenir plus conscient, présent, sensible à l'ensemble de ces données au moment même de l'action? Pourrions-nous voir et vivre les phénomènes « tels qu'ils sont » et « intervenir » sur notre expérience au moment même de son déroulement?

Comme de nombreux autres auteurs, nous considérons que nous pouvons explorer, transformer et « libérer » notre expérience en nous exerçant à des pratiques spécifiques d'attention, en nous familiarisant avec des pratiques somatiques et à des techniques de conscience du corps; en faisant l'effort quotidien de développer notre capacité à prêter attention et à habiter la conscience de l'instant présent, mais aussi en intégrant dans notre vécu les savoirs et connaissances développés au sein des sciences humaines, au sens large. C'est pourquoi, dans cet article, nous focaliserons notre attention sur un ensemble de pratiques qui permettent de cultiver un sens de présence à son expérience et faire des sciences humaines une pratique *in situ*. À cet effet, nous accorderons une importance toute particulière à la circularité entre sciences, pratiques somatiques et expériences vécues.

Ainsi — de la recherche scientifique comme expérience corporelle à l'expérience corporelle de l'esprit comme lieu de laboratoire en passant par l'immersion sensorielle ou ascétique du chercheur — pratiques sportives, méditatives¹⁴⁴ et « études scientifiques de l'humain en situation » constituent-elles potentiellement autant

143. Eleanor ROSCH, Evan THOMPSON et Francisco VARELA, *L'Inscription corporelle de l'esprit. Sciences cognitives et expérience humaine*, op. cit.

144. Sur la notion de méditation, voir notamment, Daniel GOLEMAN, *Surmonter les émotions destructrices. Un dialogue avec le dalaï-lama*, traduit de l'anglais (États-Unis) par Anatole Muchnik, Robert Laffont, Paris, 2003; B. Alan WALLACE, *The Attention Revolution. Unlocking the Power of the Focused Mind*, Wisdom Publications, Somerville (États-Unis), 2006; et Eleanor ROSCH, Evan THOMPSON et Francisco VARELA, *L'Inscription corporelle de l'esprit. Sciences cognitives et expérience humaine*, op. cit.





de pratiques modernes de soi favorisant l'accès à une meilleure connaissance de soi, des autres, du monde et des phénomènes. Dans ce contexte, la connaissance de soi, d'autrui et de son environnement est à mettre en lien avec la capacité à contacter, examiner, s'immerger dans son expérience. Mieux se connaître, c'est devenir plus présent à soi et aux phénomènes. Ainsi, en « prêtant une attention sans cesse renouvelée aux détails de notre corporéité, nous acquérons une conscience de plus en plus spontanée de ce qui se déroule¹⁴⁵ ». Dès lors, l'interruption des réflexes d'inattention habituels

« débouche sur une vigilance plus grande qui permet par la suite au pratiquant de se détendre, d'accéder à d'autres possibilités de conscience plus ouvertes et de développer une compréhension de l'avènement et la disparition des phénomènes dont il fait l'expérience¹⁴⁶ ».

À cet effet, c'est en « éveillant l'attention indispensable à l'observation "intérieure des gestes", en sollicitant le jeu conjugué de la concentration et de la détente » que les techniques de conscience du corps « permettent d'une part, à l'esprit d'habiter le corps qui le relie au soi, aux autres et au cosmos et, d'autre part, au corps d'habiter le souffle de l'esprit vivant qui l'anime¹⁴⁷. »

En d'autres termes, les techniques de soi contemporaines, plus variées que celles de l'Antiquité, permettent « au sujet d'agir directement sur lui-même, en s'objectivant dans des exercices qu'il s'impose¹⁴⁸ ». En tant que techniques du corps médiées par des techniques de soi (au sens foucauldien), les techniques de conscience du corps initient des *processus* de subjectivation qui favorisent des *processus* d'objectivation de soi et instigent par là des modes d'appropriation du corps et de l'*image du corps* particulièrement efficaces.

Enfin, avant de définir la notion de techniques de conscience du corps (TECC) à l'aune d'une mise en perspective des traditions somatiques extrême-orientales et occidentales, nous allons brièvement nous présenter en expliquant comment nos expériences de pratiquants, ethnologue et anthropologue cognitif nous ont conduits sur la voie des TECC.

145. Eleanor ROSCH, Evan THOMPSON et Francisco VARELA, *L'Inscription corporelle de l'esprit. Sciences cognitives et expérience humaine*, op. cit., p. 124.

146. *Id.*, p. 167.

147. Jean-Paul RESWEBER, « Préface », dans Benoît GRISON (dir.), *Bien-être / être bien? Les techniques de conscience du corps entre Orient et Occident*, coll. « Mouvement des savoirs », L'Harmattan, Paris, 2012, pp. 5-9, ici p. 6.

148. Jean-Paul RESWEBER, « Les processus de subjectivation et l'"image du corps" », dans Marceau CHENAULT et Mickaël ZICOLA (dir.), *Corps, cultures et différences. Du handicap au développement corporel*, actes des journées d'études 5-6 avril 2006, U.F.R. STAPS de l'université d'Orléans, Presses universitaires d'Orléans, Orléans, 2008, pp. 42-45, ici p. 44.





Les techniques de conscience du corps à l'épreuve du terrain : du pratiquant au chercheur

Albin Hamard

Sensibles à une approche d'anthropologie cognitive multisite (France, Australie, Canada et Himalaya), mes travaux portent sur l'appropriation occidentale des pratiques de méditation bouddhiques tibétaines¹⁴⁹. Des pratiques rituelles et vernaculaires réalisées en contextes himalayens (*mantra, puja, drupchen*) à l'enseignement séculier de la méditation attentive et de Pleine Conscience, en passant par l'exercice du calme mental (*shamatha*) et des formes de méditation tibétaines dans les centres bouddhistes occidentaux (*tonglen, saddhana*), mes recherches décrivent les *processus* d'adoption, d'adaptation et de transformation susceptibles d'accompagner un tel transfert interculturel de technologies.

En outre, c'est à partir de cet éclairage des exercices, formes et conceptions de pratiques contemplatives situées dans un entre-deux culturel Orient/Occident que j'en suis venu à adopter certaines attitudes et gestes spécifiques à la méditation attentive quand je pratique le kayak ou la slackline¹⁵⁰.

Dans cette démarche, c'est bien mon approche anthropologique qui m'a permis de relire et de réinscrire mes pratiques sportives et récréatives en tant que potentielles techniques de conscience du corps. En effet, comme nous l'avons évoqué, j'ai expérimenté la façon dont mes pensées venaient me distraire quand je me croyais pleinement immergé. Ainsi, faisant l'effort conscient de cultiver une « présence active » garante d'efficacité, de performance et de progrès, je découvrais à quel point je passais habituellement à côté d'un pan énorme de mon expérience. Je réalisais et mesurais que mon vécu était en quelque sorte « pollué », « colonisé », « limité » par un nombre incroyable d'éléments : concepts, stéréotypes, cogitations, jugements, jugements sur les jugements, etc. En d'autres termes, les aspects relevés par Varela, Thompson et Rosch commençaient à faire sens dans mon corps et au sein de mon expérience.

149. ALBIN HAMARD, *L'Appropriation occidentale des pratiques de méditation bouddhistes tibétaines. Étude dans une perspective d'anthropologie cognitive*, thèse, université d'Orléans, Orléans, 2015.

150. La slackline consiste à marcher en équilibre entre deux points. Cette pratique est associée à un manque de repère : instabilité de l'appui sur la sangle, variabilité de l'environnement, multiplicité des formes de pratiques. Pour ce faire, le pratiquant progresse grâce à un travail de pleine conscience, en passant d'une standardisation de l'environnement accompagnée d'une concentration profonde à une ouverture attentionnelle pour (p)réagir sur la sangle.





Comme l'artiste Julien Desforges, je prenais conscience que, même assis dans mon kayak ou en équilibre sur un fil,

« [J]e m'invente des histoires entre le passé et l'avenir, le succès et l'échec, toutes sortes de raisons d'avancer ou d'abandonner; des ambitions, des rêves, des attentes, des doutes, des peurs, mais parfois entre deux pensées le temps s'arrête, l'espace se crée et une nouvelle voie se présente : la voie du silence, la voie de la paix. Le silence et la paix sont aussi précieux que fragiles. Le présent s'efface dès que les histoires se créent et le cycle recommence¹⁵¹. »

Si la méditation assise ou la méthode Feldenkrais favorisent la culture d'une présence à soi, en soi et au fond de soi, j'observais et je sentais que ma pratique du kayak, inscrite dans une démarche écologique¹⁵², pouvait devenir un support à travers lequel je m'entraîne à être pleinement conscient de mon expérience. Une telle approche permet de cultiver une « *vue du dedans* », une « observation intérieure » du corps et de l'esprit qui permet de mieux s'approprier son expérience. Enfin, le développement de cette vue sensible a été alimenté par mon ami ethnologue Michaël Hilpron, qui va se présenter à ma suite. En effet, l'éclairage que ses travaux apportent sur la constitution de l'expertise à travers son analyse de la construction des judokas de haut niveau a été une nourriture intellectuelle et empirique.

Michaël Hilpron

Originaire de la Martinique, je suis judoka depuis l'âge de 5 ans. J'ai commencé à m'entraîner plus sérieusement à l'adolescence avant d'intégrer une structure de haut niveau à l'âge de 18 ans, en entamant des études de STAPS à Orléans au sein du Pôle France judo. Après cette expérience qui a duré quatre ans, lassé, frustré, quasiment « dégoûté » du fonctionnement du haut niveau français, je

151. Julien DESFORGES, *Slackline*, 3 min 31 s, 2015. Disponible sur : <<https://www.youtube.com/watch?v=s1vjUpoXUXA>>. Consulté le 29 novembre 2018. S'inspirant de pratiques complémentaires telles que le kung-fu, la méditation et le yoga, Julien Desforges pratique l'art du funambulisme en marchant sur une sangle tendue entre deux points d'ancrage.

152. Le terme « écologie » dans son sens original désigne l'étude des relations entre des êtres vivants et le milieu dans lequel ils vivent. Ici, nous entendons par démarche écologique le fait d'accorder une place centrale au sentir (observation des sensations); faire l'effort de maintenir une attention soutenue sur les sollicitations à la fois intérieures et extérieures; cultiver une ouverture à l'altérité humaine ou non humaine (animale, végétale, etc.) et développer une conscience de la réciprocité de la relation entre « Moi » et l'« Environnement » dans l'action.





suis parti pendant onze mois à Tenri (Japon). J'y ai découvert une recherche et une pratique de l'efficacité basée sur l'adaptation à l'adversaire, très différente de l'approche française, trop souvent centrée sur sa domination.

Tandis que je ne comprenais pas les consignes données par les professeurs japonais et qu'il n'y avait pas de séances techniques individualisées comme c'était le cas à Orléans, mon judo s'est bien plus — et bien mieux — développé à Tenri que lors de mes quatre années orléanaises. Ce vécu a joué un rôle crucial dans mon cheminement de pratiquant et de chercheur ; tout comme une grave blessure survenue en août 2007, qui m'a conduit à réfléchir sur les ressorts de l'efficacité en judo et à développer une approche efficiente du mouvement (réaliser une action en utilisant un minimum de ressources). J'ai dû relever le défi de retrouver un niveau équivalent, voire supérieur, à celui que j'avais avant mon accident, bien que jouissant de capacités physiques réduites. Cette expérience et ces travaux réalisés à partir de la comparaison de la formation des judokas de haut niveau à Tenri et à Orléans ont fait l'objet d'une thèse de doctorat en STAPS.

Albin Hamard et moi nous sommes rencontrés en master, et nous nous sommes rapprochés après mon retour du Japon, en 2006, alors que j'entamais ma thèse. Avec deux autres doctorants (Marceau Chenault et Benjamin Dreux) et trois enseignants-chercheurs (Benoît Grison, Déborah Nourrit et Céline Rosselin), nous avons fondé un collectif de recherche sur les Activités physiques de développement personnel (A.P.D.P.) en travaillant avec des praticiens de méthode Feldenkrais, de yoga, de sophrologie, de tai-chi-cuan et de qi gong. Cette collaboration nous a conduits à théoriser dix principes fondamentaux permettant d'étayer la notion de techniques de conscience du corps, elle-même construite dans un entre-deux praxéologique et anthropologique Orient-Occident.

Archéologie des TECC

Le neurobiologiste Pierre Buser définit deux grands systèmes de méditation¹⁵³. D'une part, les pratiques basées sur la concentration, les plus fréquentes : elles sont facilitées par un ensemble d'actions : la perception de *stimulus* constant, des postures corporelles, des mouvements répétitifs ou dansés et/ou une activité verbale (lecture, récitation de prières ou de mantras). D'autre part, les systèmes de « méditation ouverte » qui nécessitent de

153. Pierre BUSER, *Cerveau de soi, cerveau de l'autre*, coll. « Sciences », Odile Jacob, Paris, 1998.





maintenir une attention soutenue sur les sollicitations à la fois extérieures et intérieures. Les pratiques de méditation dites « attentives » typiquement enseignées au moyen de périodes de méditation formelle englobent ces deux systèmes ; elles sont conçues pour soustraire l'« esprit » à ses théories, ses préoccupations, à l'attitude abstraite, pour le rendre à la situation même où l'on vit l'expérience directe¹⁵⁴. Dans cette optique, adopter une approche ou une « posture méditative », c'est développer dans l'action l'attitude cultivée lors des pratiques formelles de méditation : prêter attention et habiter la conscience de l'instant présent, ouvrir la perception consciente au monde environnant et désautomatiser nos perceptions et actions — en bref, être plus présent à son expérience. Les pratiques méditatives d'Orient (méditation, yoga et arts martiaux) s'inscrivent initialement dans une démarche ascétique, religieuse, philosophique, rituelle, martiale, thérapeutique ou spirituelle. Cependant, ces disciplines préalablement transformées en Asie au début du xx^e siècle (méditation zen, vipassanā, yoga) ont, avec leur transfert en Occident, été modifiées par un ensemble de *processus* d'appropriation par les cultures et les sciences telles que la psychologie et les neurosciences, dans le cas de la méditation tibétaine. Rationalisées et adaptées pour être adoptées puis démocratisées en Occident, ces pratiques ont pris la forme de techniques laïques de conscience du corps : le yoga et la méditation de pleine conscience en étant les exemples les plus flagrants.

Dans le même mouvement, apparaît en Occident, au cours du xx^e siècle, un ensemble de pratiques corporelles « hybrides » : les gymnastiques d'éducation physique, méthodes de prise de conscience du mouvement et approches artistiques du geste expressif témoignent ainsi de différentes approches éducatives de l'humain en mouvement.

Depuis, les notions d'« inscription corporelle », ou d'« expérience corporelle » qui se développent en Occident semblent traduire une corporéité à travers laquelle l'individu se (re)découvre et se construit. De même, la notion de technique de *conscience du corps* qui cristallise

« différentes facettes d'une sensibilité corporelle européenne et américaine, [révélant] l'appropriation culturelle de techniques du corps orientales estimées pour la transformation de soi qu'elles proposent¹⁵⁵. »

154. Eleanor ROSCH, Evan THOMPSON et FRANCISCO VARELA, *L'Inscription corporelle de l'esprit. Sciences cognitives et expérience humaine*, op. cit., p. 53.

155. Marceau CHENAULT, Albin HAMARD, Michaël HILPRON et Benoît GRISON, « Les techniques de conscience du corps – Éthique non compétitive entre Orient et Occident », *Corps*, vol. 1, n° 11, C.N.R.S. Éditions (Paris), 2013, p. 190.





Si les disciplines orientales ont en quelque sorte été « corporéisées » et « sportifiées » pour être réappropriées et adoptées en Occident, nul doute que toute activité physique et sportive peut être plus efficiente en développant une approche que l'on peut caractériser comme sensible, méditative, et peut-être « écosomatique ». En bref, les Activités physiques, sportives et artistiques (APSA) peuvent, en certaines circonstances, constituer un support d'observation et d'exploration privilégié des habitudes inscrites dans le *schéma corporel*¹⁵⁶ à travers la mise en scène d'un corps senti et perçu plutôt que d'un corps contraint et automate.

D'une discipline de l'esprit à une technique de conscience du corps culturellement métissée; d'une pratique sportive basée sur la volonté de se dépasser, de vaincre les éléments, le temps ou autrui, à une technique de soi médiée par des techniques du corps, il n'y aurait qu'un pas. Nous croyons que ce pas mérite d'être franchi! C'est pourquoi nous soutenons l'hypothèse, sur la base conjointe de nos expériences de chercheuses et chercheurs, sportives et sportifs, *TECCniciennes* et *TECCniciens*; somaticiennes et somaticiens, que l'exercice de TECC initie un changement de perception de soi et des pratiques corporelles; orientant de fait la pratiquante ou le pratiquant vers une véritable écologie corporelle, une écologie de soi qui favorise l'actualisation de son *potentiel*. Or, si l'écologie corporelle est, pour Bernard Andrieu « une discipline issue du naturisme philosophique, de l'écologie profonde et des pratiques holistiques du corps-cerveau-esprit, développées depuis 1850 dans les milieux de l'expérience corporelle¹⁵⁷ », de ce point de vue, « l'écologie corporelle est une "micro-écologie" : c'est en se transformant soi-même que l'on transforme l'écologie du monde¹⁵⁸. » En proposant une situation, la praticienne ou le praticien donne à chaque personne la possibilité de reconsidérer le rapport qu'elle a avec son corps et la place qu'elle accorde à la prise en compte du

156. À la suite du sociologue des sciences Benoît Grison et de l'ethnologue Céline Rosselin, nous entendons par « schéma corporel », la « représentation en trois dimensions, conscientisée et conscientisable à des degrés divers que se fait l'individu de lui-même. Il s'agit non seulement de la vision qu'a le sujet de son corps, de sa posture et de sa position sociale, mais d'une *synthèse multimodale des données sensorielles*. » Voir Benoît GRISON et Céline ROSSELIN, « Le schéma corporel », dans Bernard ANDRIEU (dir.), *Le Dictionnaire du corps en sciences humaines et sociales*, coll. « C.N.R.S. dictionnaires », C.N.R.S. Éditions, Paris, 2006, pp. 457-458.

157. Bernard ANDRIEU, « Les fondateurs de l'écologie corporelle : immerseurs-naturiens-émerseurs », *Sociétés*, vol. 3, n° 125, De Boeck Supérieur (Louvain-la-Neuve [Belgique]), 2014, pp. 23-34, ici p. 23.

158. *Id.*, p. 24; Bernard ANDRIEU et Petrucia DA NÓBREGA (dir.), *Somaticiens, encyclopédie des corps. La conscience corporelle*, coll. « Mouvement des savoirs », L'Harmattan, Paris, 2017.





vécu quand elle agit¹⁵⁹. La contrainte de l'exercice d'une expérience corporelle nouvelle précipite en effet le « sujet dans une identité jusque-là inédite, expérience qui augmente ainsi la connaissance qu'il prend de lui-même par soi-même¹⁶⁰ ». Dans ce cadre, l'écoute active de son expérience devient « l'objet essentiel de l'intervention pédagogique, permettant à l'élève d'apprendre tout en respectant ses possibilités du moment¹⁶¹. » C'est pour cet ensemble de raisons que nous pensons que les TECC gagneraient à intégrer plus largement le champ des STAPS, de l'Éducation physique et sportive (É.P.S.) et de l'éducation en général, pour avoir un impact sur la formation des intervenants et des pratiquants.

TECC et É.P.S. : pour une éducation motrice efficiente?

En introduisant progressivement de nouvelles disciplines aux programmes scolaires (les APSE deviennent APSA en mars 1993, puis les Activités physiques de développement personnel en 1999), les textes officiels ont ouvert l'É.P.S. à d'autres pratiques tout en créant des conflits qu'il s'agirait de dépasser. En modifiant les contenus, ces évolutions posent à la fois la question de la formation (initiale et continue) des enseignants et des élèves : ce ne sont pas uniquement de nouvelles activités motrices qui sont pratiquées, ce sont de nouveaux champs culturels qui sont proposés. À l'image de la tension entre sport et éducation physique, Jacques Rouyer évoque un conflit historique paradoxal entre l'É.P.S. et la danse pour décrire les difficultés d'articulations de différentes conceptions du mouvement. Ces divergences renvoient, selon lui, à la confrontation de trois courants pédagogiques et politiques en É.P.S., qui s'affrontent pour l'orientation de la discipline et de ses textes officiels. L'exemple de la danse (et aussi des A.P.D.P.) montre toute la difficulté de la prise en compte de la dimension artistique des activités physiques d'expression corporelle. Finalement, la relation entre É.P.S. et danse reste ambiguë car

159. Jacques GAILLARD, « La prise en compte de l'expérience corporelle et la sensibilité lors d'apprentissages techniques en éducation physique et sportive », *Explicititer*, n° 85, Grex – Groupe de recherche sur l'explicitation (Saint Eble), 2010, pp. 6-18.

160. Bernard ANDRIEU et Petrucia DA NOBREGA, « Shusterman Richard », *Les Somaticiens, encyclopédie des corps*, L'Harmattan, Paris, 2017.

161. Jacques GAILLARD, art. cit., p. 8.





l'enseignement des activités artistiques « affiche clairement sa double appartenance à l'éducation physique et à l'éducation artistique, ce qui ébranle quelque peu le mythe de l'unité de la discipline¹⁶² ».

Afin de contribuer à situer plus clairement les A.P.D.P. dans le champ des STAPS, nous avons mis en place un groupe de recherche sur les A.P.D.P., les cinq pratiques de référence choisies — yoga, qi gong, méditation, sophrologie, méthode Feldenkrais — répondant à la définition des Activités physiques de développement personnel que donnent les textes de l'Éducation nationale. En effet, elles initient « des *processus* énergétiques, neuro-musculaires ou cognitifs pour développer des aptitudes physiques, atteindre un état de détente et de concentration », dont les « effets recherchés sont immédiats ou différés » avec « absence de lutte contre le temps ou contre autrui »¹⁶³. Ce travail a permis la création de l'U.E. d'ouverture « Pratiques corporelles, relaxation et santé » qui a été dispensée entre septembre 2006 et juin 2012 au département STAPS de l'université d'Orléans. Cette unité d'enseignement proposait chaque semestre à 120 étudiants une découverte théorique et pratique des cinq techniques de conscience du corps citées ci-dessus. La formation alternait chaque semaine deux heures de cours magistral et deux heures de mise en pratique. Elle était évaluée à travers un dossier constitué de cinq parties : motivations et attentes, compte rendu des séances et retour expérientiel, analyse réflexive, intérêt et place de ces pratiques, bilan et apports personnels¹⁶⁴.

Grâce aux pratiques d'attention, de conscientisation du mouvement et de visualisation, les étudiants découvrent des facettes de l'expérience qu'ils n'avaient jusque-là que peu, voire pas du tout, expérimentées. Au cours des séances, en focalisant leur attention sur la réalisation du mouvement ainsi que les sensations que celui-ci procure, ils se rendent compte à quel point il est difficile de prêter attention à des actions et des gestes routiniers comme la marche ou bien la respiration. À cet effet, l'exercice de TECC et la familiarisation de

162. Jacques ROUYER, « Réflexion sur un conflit historique paradoxal », *Contrepied*, n° 13, É.P.S. et société (Paris), 2003, pp. 68-73, ici p. 72.

163. Ministère de l'Éducation nationale, « Éducation physique et sportive (1) : Classe de seconde, première et terminale, Accompagnement des programmes – Lycées : voies générales et technologiques », *Accompagnements des Programmes*, Centre national de documentation pédagogique (France), 2001, p. 83.

164. Marceau CHENAULT, Albin HAMARD et Michaël HILPRON, « Introduction aux techniques de conscience du corps », *Transverse*, n° 1, Transverse édition (Metz), 2011, pp. 31-46, et, dans le même volume, Marceau CHENAULT, Albin HAMARD et Michaël HILPRON, « Techniques de conscience du corps : expérimentation pédagogique à l'université d'Orléans », pp. 57-68.



la vision dont elles sont porteuses provoquent une mise à distance de leurs tendances habituelles et favorisent la contemplation de leurs réactions automatiques pour tendre vers un contrôle plus conscient et relâché en toutes situations. Les TECC proposent ainsi des « explorations » qui développent la conscience corporelle et favorisent l'union avec soi, autrui et l'environnement. En bref, l'exercice de telles pratiques rapproche le sujet de son expérience et suscite une transformation qualitative du vécu.

Principes fondamentaux et enseignement des TECC

Depuis les premiers entretiens collectifs des experts intervenants jusqu'à la régulation des enseignements et de l'évaluation des étudiants, nous avons pu relever, discuter et préciser un ensemble de principes d'action transversaux dans la culture corporelle des TECC :

- 1) Le *travail sur la respiration* est le premier principe d'action de ces techniques. Le pratiquant observe et prend conscience des mouvements liés à la respiration, de leur importance et de la nécessité de synchroniser la respiration avec le mouvement, explorant ainsi son expérience corporelle et ses états de conscience.
- 2) Le *développement spécifique de l'attention* incite la personne à observer, sentir et explorer ce qui se passe en elle — le maintien de l'attention créant un espace permettant d'accueillir l'expérience. Cette focalisation détendue invite le pratiquant à prendre conscience de la façon dont il peut « être déconnecté de sa propre expérience », constituant ainsi un entraînement visant à synchroniser le corps et l'esprit.
- 3) La *lenteur* favorise l'attention sur l'action et la respiration. Alors que la vitesse focalise le pratiquant sur le résultat, la lenteur offre une résistance à l'esprit pressé et lui impose de se concentrer sur le geste juste : « [P]our sentir ce qu'il se passe, pour construire ou reconstruire le lien à nos sensations, il faut ralentir le geste, jouer avec l'effort minimum¹⁶⁵. »
- 4) La *recherche du geste juste*, de l'énergie adaptée, fait appel à l'efficacité du mouvement. Le but est de trouver une fluidité agréable et une tension appropriée au moment opportun. En s'exerçant, le pratiquant s'entraîne à être relâché dans l'effort !

165. Laurence JAY, « Pratiques somatiques et écologie corporelle », *Sociétés*, vol. 3, n° 125, De Boeck Supérieur (Louvain-la-Neuve [Belgique]), 2014, ici p. 110.



5) *Les exercices de visualisation* sont inhérents aux TECC : utilisés comme vecteurs d'attention (visualisation du souffle au cours de la méditation) ou comme supports de relaxation (visualisation d'un paysage), ces exercices peuvent aussi être coordonnés à la réalisation d'un mouvement.

6) Ces pratiques peuvent impliquer des modifications de la perception du corps et des sensations internes, c'est-à-dire des états de conscience du corps inhabituels. Elles constituent également un moyen d'accès à une expérience de bien-être, de détente et à des états de conscience qualitatifs. Plus encore, ces pratiques

« développent un préconscient et un inconscient, qui tissent la chair du corps, part méconnue et immergée de soi où gisent les sensations soustraites à la perception, les émotions primaires et les énergies qui lui viennent de son ancrage, dans un milieu, dans une histoire et dans le cosmos¹⁶⁶ ».

7) *Lâcher-prise* et *vigilance* expriment une capacité de détachement qui consiste à vivre l'expérience « ici et maintenant ». Il s'agit de lâcher prise sur toute pensée, tout commentaire intérieur, toute émotion pouvant apparaître durant l'exercice et « tendre vers une spontanéité non réflexive de l'action et d'un détachement volontaire de soi¹⁶⁷ ». Si l'attention est un principe actif et conscient, la vigilance en est la continuité :

« [P]ar une attention précise, disciplinée à chaque moment, on peut interrompre la chaîne du conditionnement automatique. [...] L'interruption des réflexes habituels débouche sur une vigilance plus grande, qui permet par la suite au pratiquant de se détendre, d'accéder à d'autres possibilités de conscience plus ouvertes¹⁶⁸. »

8) On parlera d'équilibre d'une posture, du *schéma corporel*, de l'attention. L'équilibre — statique ou dynamique — est synonyme de coordination, de synchronisation et d'efficacité. Lorsqu'il est atteint, le mouvement est efficace et le geste devient objectivement fluide.

166. Jean-Paul RESWEBER, « Préface », dans Benoît GRISON (dir.), *Bien-être ou être bien? Les techniques de conscience du corps entre Orient et Occident*, op. cit., pp. 7-8.

167. Bernard ANDRIEU, « Shusterman Richard », op. cit.

168. Eleanor ROSCH, Evan THOMPSON et Francisco VARELA, *L'Inscription corporelle de l'esprit. Sciences cognitives et expérience humaine*, op. cit., p. 167.



9) La dialectique du fond et de la forme : le *travail de la forme* passe par la maîtrise d'une gestuelle, d'enchaînements ou d'exercices spécifiques impliquant un *travail sur le fond* en ce qu'il induit des changements dans son rapport aux autres, à l'environnement et sur sa propre perception.

10) La transformation ou *développement personnel* qui est induite rejoint la notion de voie et fait écho à une certaine autonomie du pratiquant dans un cadre laïc. Dans les arts martiaux, la voie (« *dō* » en japonais, « *dao* » ou « *tao* » en Chine) signifie également « principe, méthode, direction ». En ce sens, elle désigne à la fois le moyen et le chemin par lequel la pratiquante ou le pratiquant se construit :

« [I] ne s'agit pas uniquement d'apprendre une technique corporelle [...], mais surtout d'apprendre à se connaître soi-même dans l'action, de trouver paix, réalisation et maîtrise de soi¹⁶⁹. »

En ce sens, les TECC sont en mesure

« de subvertir une vision du monde trop centrée sur la satisfaction des besoins de l'individu et détournant la performance de ses finalités. C'est à une éthique du bien-être qu'elles nous ramènent¹⁷⁰. »

TECC et esthétique de vie : de l'action efficiente au souci de l'attention

La question de la transposition pédagogique d'un corpus de TECC au sein de l'Université nous intéresse particulièrement. Le retour d'expérience des étudiants ayant participé à cette U.E. montre que ces pratiques abordées avec réserve dans les programmes d'éducation physique¹⁷¹ peuvent répondre, d'une part, aux objectifs pédagogiques définis par les textes officiels autour de qualités psychosomatiques de détente ; et d'autre part, aux phénomènes de perception de bien-être ou de mieux-être liés à cet état.

169. Françoise BOUDREAU *et al.*, « Les techniques martiales orientales comme technologies du soi : une réponse à Michel Foucault », *Sociologies et sociétés*, vol. 26, n° 1, Presses de l'université de Montréal (Canada), 1992, p. 144.

170. Jean-Paul RESWEBER, « Préface », dans Benoît GRISON (dir.), *Bien-être ou être bien? Les techniques de conscience du corps entre Orient et Occident*, *op. cit.*, p. 8.

171. Ministère de l'Éducation nationale, *op. cit.*



Bien que plus évidente aujourd'hui, la question de l'intégration de l'enseignement des somatiques¹⁷² et des techniques de conscience du corps dans le cadre de l'É.P.S. n'est pas nouvelle en soi. Geneviève Cogérino écrivait ainsi une série d'articles dès le début des années quatre-vingt-dix, pour mieux cerner l'intégration des pratiques de relaxation et de l'eutonnie, « peu considérées par beaucoup d'enseignants qui n'y perçoivent qu'une occasion de s'écouter sans se confronter à la dure loi de l'efficacité¹⁷³ ».

Si certains éléments mis en avant dans ce travail pionnier donnent l'impression d'être transversaux aux pratiques somatiques, nombreux sont néanmoins les termes inappropriés au champ scolaire et universitaire. Ce constat nous montre surtout le travail « transdisciplinaire » qu'il reste à mener afin de construire des catégories permettant de « didactiser¹⁷⁴ » l'enseignement des TECC; un mouvement qui implique la coordination de différentes disciplines scientifiques (psychologie, physiologie, philosophie, STAPS, écologie, anthropologie, ergonomie).

Le philosophe Alain Kerlan questionne les possibilités de la réussite d'une alternative pédagogique basée sur le recours éducatif à l'art (et donc au sensible). Sa réflexion sur l'opérationnalité d'une telle démarche entre en écho avec l'approche des *techniques de conscience du corps* (TECC) que nous prônons en ce que l'esthétique d'un objet ou d'un geste est « fonction de l'attitude, du type d'attention, de la conduite adoptée à leur égard¹⁷⁵ ». En effet, « la dimension esthétique est d'abord une propriété relationnelle, une attitude face à un objet, et non une caractéristique de cet objet¹⁷⁶ ». Rappelons que si l'esthétique

172. À ce sujet, Bottiglieri, Ginot et Salvatierra ne manquent pas de faire remarquer la « marginalisation et l'exclusion des techniques somatiques par l'institution des savoirs éducatifs et médicaux ». Voir Carla BOTTIGLIERI, Isabelle GINOT et Violeta SALVATIERRA GARCÍA DE QUIRÓS, « Du bien-être comme devenir subjectif : techniques du corps et techniques de soi », dans Agnès FLORIN et Marie PREAU (dir.), *Le Bien-être, op. cit.*, pp. 243-254.

173. Geneviève COGÉRINO, « Les relaxations en éducation physique », *Revue E.P.S.*, n° 239, Comité d'études et d'informations pédagogiques de l'éducation physique et du sport (Paris), 1993, pp. 49-53; *Id.*, « Relaxations en EP. De la diversité à la complexification », *Revue EPS*, n° 242, Comité d'études et d'informations pédagogiques de l'éducation physique et du sport (Paris), 1993, pp. 65-67.

174. Comme le précise Laurence Jay (Laurence JAY, « Pratiques somatiques et écologie corporelle », *op. cit.*, p. 109), les techniques somatiques sont transmises avec une pédagogie assez différente de celles ordinairement en usage à l'école.

175. Alain KERLAN, « À la source éducative de l'art », *STAPS*, n° 102, De Boeck Supérieur (Louvain-la-Neuve [Belgique]), 2013, pp. 17-30, ici p. 20.

176. *STAPS*, n° 102, De Boeck Supérieur (Louvain-la-Neuve [Belgique]), 2013, pp. 7-13, ici p. 9.





est parfois réduite à une théorie relativement limitée de l'art et de la beauté, elle fut mise en avant par Alexander Gottlieb Baumgarten comme une « discipline systématique de perfectionnement de la connaissance sensible [...] impliquant l'exercice ou l'entraînement concret en vue d'atteindre des fins utiles¹⁷⁷ ». Ici, comme le précise Bernard Andrieu, il faudrait parvenir à penser comment cette « soma-esthésie » est moins un plaisir esthétique qu'une esthétique de l'existence, au sens foucauldien, du corps vivant¹⁷⁸.

De manière similaire, Pierre Hadot souligne à quel point l'acte philosophique doit être appréhendé comme une « conversion du regard et de l'être » plutôt qu'une discipline théorique et abstraite comme elle est bien souvent conçue et présentée. Dans cette perspective, Hadot montre que l'esthétique devient un modèle de la conversion de l'attention et de la transformation de la manière d'être et de voir. Or, cette « conversion de soi » s'appuie dans l'Antiquité sur des pratiques de soi, des *exercices spirituels* qui rendent possible le « passage d'une vie intérieure qui se conforme aux conceptions sociales et aux préjugés à une "vie spirituelle" réglée par la raison¹⁷⁹. » En l'occurrence, c'est en s'« exerçant » à la recherche, l'attention, l'examen approfondi, la maîtrise de soi, l'indifférence aux choses indifférentes; en s'appliquant à la lecture, aux méditations, aux souvenirs de ce qui est bien, que le philosophe peut se perfectionner, cultiver un *art de vivre* et se rapprocher d'un état de libération et de lucidité idéale. Parmi ces exercices, les pratiques de méditation (mélété) et d'attention (*prosoché*) constituaient la pierre de touche de la technologie spirituelle gréco-romaine.

« Le philosophe exhorte son disciple à ne pas se relâcher un instant de son attention sur lui-même. Il le faut, pour arriver à la vertu. Que le disciple s'applique à cette surveillance sans tarder, sans remettre à demain. Qu'il s'agisse de chanter, de jouer, de faire une chose quelconque : en est-il une que l'attention n'améliore pas¹⁸⁰ ? »

177. Paul CHEMLA et Richard SHUSTERMAN, « Conscience soma-esthétique, perception proprioceptive et action », traduit de l'anglais par Paul Chemla, *Communications*, vol. 1, n° 86, Les Éditions du Seuil (Paris), 2010, pp. 15-16.

178. Bernard ANDRIEU, « Shusterman Richard », *op. cit.*

179. Pierre HADOT, *Exercices spirituels et Philosophie antique*, coll. « Bibliothèque de l'évolution de l'humanité », Albin Michel, Paris, 2002 p. 77. Pierre Hadot emploie le vocable « exercice spirituel » pour rendre compte des notions grecques d'« *askesis* » et de « *melete* », traduites le plus souvent en français par « ascèse » et « méditation ». Il définit ces exercices de l'esprit comme des « activités intérieures de la pensée et de la volonté », inhérents à la conversion de soi.

180. René VERNEY, « Attention », dans Marcel VILLER *et al.* (éd.), *Dictionnaire de spiritualité ascétique et mystique. Doctrine et histoire*, Beauchesne, Paris, 1995 [1932], pp. 1058-1077, ici p. 1062.





L'extrait ci-dessus illustre à bien des égards l'attitude d'esprit fondamentale du philosophe : « [U]ne vigilance et une présence d'esprit continuelles, une conscience de soi toujours éveillée, une tension constante de l'esprit » grâce auxquelles « le philosophe sait et veut pleinement ce qu'il fait à chaque instant »¹⁸¹. Si cette concentration sur le moment présent est avant tout une attention qui doit être développée à ce qui se passe en soi, une forme de « surveillance des états d'esprit », une observation des réactions de l'« âme » aux événements extérieurs et à ses propres états, le développement de cette attention vise essentiellement l'observance de la règle et de ses principes fondamentaux. Il s'agit avant tout de se conformer à la *philosophie*. C'est en cela que *prosoché* est en lien avec la « discipline » et la « discipline » avec la « vigilance » lorsqu'elle est attention discriminante, c'est-à-dire surveillance de ce qui est bon et ce qui ne l'est pas au regard d'une éthique.

L'attention à soi est donc une attitude fondamentale que le philosophe doit développer en tout instant pour se prémunir des fautes, développer la vertu et tendre vers la sagesse. Or, si comme le dit Pierre Hadot, « cette attention au moment présent serait en quelque sorte le secret des exercices spirituels¹⁸² », c'est surtout parce que cette disposition d'esprit « permet de répondre immédiatement aux événements comme à des questions qui nous seraient brusquement posées » et « appliquer la règle fondamentale aux situations particulières de la vie et à faire toujours “à propos” ce que l'on fait »¹⁸³. Ainsi, quand Foucault déclare que celui qui pratique les exercices spirituels dans l'Antiquité est à voir comme « un athlète de l'événement » se préparant aux événements qui peuvent survenir¹⁸⁴ et envers lesquels il faut se préparer, le philosophe met en relief les deux faces d'une même médaille : faire un avec son expérience et adopter, dans le même mouvement, l'action juste du corps, de la parole et de l'esprit. Dans le cadre des pratiques somatiques, c'est par l'observation fine des sensations profondes que

« la personne évolue vers des prises de consciences liées à son axe, à son sens de l'équilibre, à son rapport à la posture, à la séquentialité de son mouvement, à la différenciation des différentes parties de son corps, à son rapport à l'espace et à son rapport au temps, vitesse et durée¹⁸⁵. »

181. Pierre HADOT, *Exercices spirituels et Philosophie antique*, op. cit., pp. 11-12.

182. *Id.*, p. 26.

183. *Id.*, p. 28.

184. Michel FOUCAULT, *L'Herméneutique du sujet. Cours au Collège de France, 1981-1982*, coll. « Hautes études », É.H.E.S.S., Gallimard et Les Éditions du Seuil, Paris, 2001.

185. Laurence JAY, « Pratiques somatiques et écologie corporelle », op. cit., p. 106.





Par là, l'éveil d'une conscience corporelle suppose une

« attention vive aux états vécus, aux sensations internes et aux mouvements de la posture. Cette conscience somatique ne vise pas seulement l'amélioration du bien-être mais une connaissance de soi par soi-même¹⁸⁶. »

Ainsi, suscitant l'introspection corporelle, favorisant l'observation de soi et initiant le développement d'une conscience réflexive, les techniques de conscience du corps sont porteuses d'une voie médiane entre valorisation de la vigueur physique, prendre soin de soi, exercices spirituels et autocontraintes. Elles définissent un « mode de rapport réfléchi à soi, à son corps [...] aux différentes activités et à l'environnement¹⁸⁷ ». Elles cultivent la faculté de pénétrer un monde partagé, nous détachent des sensations faisant illusion et nous établissent dans une fixité qui ne laisse pas prise à tous les événements extérieurs. En fait, les TECC favorisent une réflexion incarnée, « ouverte à d'autres possibilités que celles qui sont contenues dans les représentations de l'espace de vie du sujet¹⁸⁸ ». Alliées des sciences humaines et sociales car stimulant la pénétration et l'intégration de connaissances « intellectuelles » dans l'expérience, elles constituent des armes discriminant l'ignorance et la haine. Prises à bras le corps et unies dans le vécu, TECC et S.H.S. peuvent libérer l'expérience des conditionnements, tendances habituelles, règles transcrites chez le sujet sous forme de schèmes de pensées, imposées par les contraintes sociales ou institutionnelles. En somme, les techniques de conscience du corps entraînent la transformation de sa manière d'être tout entière, sa corporéité au sein du monde vécu lui-même¹⁸⁹.

Conclusion

L'ensemble de ces travaux nous permet d'envisager l'enseignement des TECC dans un contexte académique en tant qu'éducation somatique/sensible/esthétique conçue comme « l'apprentissage [ou plutôt la "culture", au sens premier du terme] d'une certaine conduite, d'une certaine intention, d'une

186. Bernard ANDRIEU, « Shusterman Richard », *op. cit.*

187. Michel FOUCAULT, *Le Souci de soi, Histoire de la sexualité*, vol. III, coll. « Bibliothèque des histoires », Gallimard, Paris, 1984, p. 136.

188. Eleanor ROSCH, Evan THOMPSON et Francisco VARELA, *L'Inscription corporelle de l'esprit. Sciences cognitives et expérience humaine, op. cit.*, p. 58.

189. *Id.*, p. 316.





manière de se relier au monde¹⁹⁰ ». Ces réflexions nous permettent de considérer l'enseignement des TECC non seulement à l'Université, en É.P.S.¹⁹¹, mais aussi auprès d'un public de jeunes enfants — ce qui reviendrait à devoir adapter la formation des enseignants.

Les travaux d'Annette Orphal sur les techniques de portage et de soins des bébés dans cet ouvrage fournissent, en outre, l'exemple de la façon dont l'éducation somatique peut être envisagée dès le plus jeune âge. Intervenant dans la formation continue des équipes de professionnels de la petite enfance, elle les sensibilise au fait que le portage est également une activité d'accompagnement par le toucher. Ce tact contribue au développement de la conscience corporelle des bébés à travers le *holding* (saisir, tenir entre les mains) et le *handling* (guider, prendre soin)¹⁹².

L'un des intérêts est aussi de faire comprendre à quel point les activités ordinaires peuvent être autant de supports ou de situations pédagogiques permettant de développer une écologie de soi au quotidien. Ici, c'est en le révélant à lui-même que la

« pratique permet à l'élève de prendre conscience de ses possibilités, de son potentiel. Il ne s'agit pas de voir ce qui manque et d'agir de manière à corriger. Il s'agit de s'intéresser, d'encourager et de s'appuyer sur ce que sait faire la personne¹⁹³. »

Tout au long du parcours qui nous a conduits à théoriser et à (tenter d') incarner les TECC dans nos disciplines respectives, notre appréhension du corps, de l'environnement et de la performance a évolué. Du point de vue de notre expérience de chercheurs et de pratiquants, ce cheminement fut à la fois une source de réflexion et d'expérimentation, tant nous avions la volonté de partager cette approche en étendant son application à différents univers. Nous avons ainsi œuvré à intégrer les TECC dans le système éducatif à travers

190. Alain KERLAN, « À la source éducative de l'art », *op. cit.*, p. 21.

191. « Le travail permet d'inscrire de la conscience dans le corps en mouvement, de la subjectivité dans la relation, le développement d'une autorité interne, une connaissance de soi tournée vers la santé qui paraît source d'intérêt pour le champ de l'É.P.S. et de l'école. L'usage du corps qui s'y fait renforce la notion d'éducation physique, d'une éducation par le corps, à partir du corps et pour une corporéité épanouie, inscrite en conscience dans le rapport à l'environnement et aux autres ». Voir Laurence JAY, « Pratiques somatiques et écologie corporelle », *op. cit.*, pp. 113-114.

192. Voir son article, p. 115 du présent ouvrage.

193. Laurence JAY, « Pratiques somatiques et écologie corporelle », *op. cit.*, p. 116.





l'U.E. présentée plus haut, mais également dans des milieux plus inattendus comme la prison¹⁹⁴, le sport de haut niveau et les activités physiques de pleine nature¹⁹⁵.

En appréhendant l'environnement et la « juste attention » comme une ressource pour l'action efficiente, le sujet s'inscrit dans la pratique de techniques de conscience du corps qui le forment et le transforment :

« Plutôt que de vouloir performer les limites de leur corps physique, [les techniques de conscience du corps] convergent vers la recherche d'un équilibre intérieur, tant dans le schéma corporel que la tonalité des émotions, pour donner un sens à l'action. Il s'agit d'un retour à une nature profonde en soi où l'esprit se met en résonance avec l'intuition subtile de la chair¹⁹⁶. »

Pour nous, se soucier de soi, faire attention à l'autre, prendre soin des milieux rendent la pratiquante et le pratiquant sensibles aux variations de situation, leur permettant ainsi d'adapter et d'optimiser leur réaction pour être efficaces et efficaces. En effet, l'expertise développée dans ce cadre, à l'exemple du judo, est à la fois le fruit d'une sensibilité exacerbée à l'environnement (matériel, humain, socioculturel), et un outil qui doit permettre au pratiquant ou à la pratiquante de se connaître et de développer son potentiel afin de le mettre au service de la société et de contribuer au bien-être collectif. La pensée de Jigorō Kanō, le fondateur du judo, se caractérise en effet par la volonté de mettre les progrès accomplis par l'individu, grâce au judo, au service de la société. Cette idée se trouve exprimée dans le second principe fondamental de sa pensée : « *Sojo sojou jita kyōei* » (« entraide et prospérité mutuelle »). L'idée que les

194. En août 2013, puis en juillet et en août 2014, nous sommes intervenus au centre de Ducos (Martinique) auprès de deux groupes de huit détenus volontaires dans le cadre d'une opération visant, selon l'association porteuse du projet, à « restaurer le lien social et réinscrire les jeunes majeurs dans une démarche citoyenne ». Les résultats obtenus n'ont pas uniquement surpris les participants et les gardiens : l'administration pénitentiaire fut si satisfaite qu'elle réclama notre présence l'année suivante sur deux mois.

195. Entre 2007 et 2017, nous avons pu diffuser notre approche auprès d'athlètes de niveau national en judo et international en kayak dans une perspective d'amélioration des performances et du bien-être (stages en équipes nationales, suivi individuel et préparation aux championnats d'Europe et du monde). Ces échanges particulièrement féconds ont été l'occasion de tisser des liens et de constater à quel point les TECC gagneraient à être intégrées au *curriculum* de formation de sportifs et des techniciens du corps.

196. Marceau CHENAULT, Albin HAMARD et Michaël HILPRON, « Les techniques de conscience du corps – Éthique non compétitive entre Orient et Occident », *op. cit.*, p. 191.





bénéfices tirés du fait d'apprendre à se connaître puissent rejaillir sur la société, se retrouve dans la philosophie grecque où se soucier de soi devait permettre de prendre soin des autres afin de pouvoir gérer au mieux la cité.

Ainsi, la pratique peut être considérée comme une esthétique de vie, dans la mesure où le sujet peut appliquer ces principes à l'ensemble de ses actions quotidiennes et « contaminer » ses proches. On s'approcherait ici d'une théorie de l'être au monde en action telle que certaines philosophies du *care* le proposent. Cette approche inscrit le sujet dans une voie de développement d'une culture de soi : « travail de soi sur soi, une élaboration de soi sur soi, une transformation progressive de soi sur soi dont on est soi-même responsable dans un long labeur qui est celui de l'ascèse¹⁹⁷ », cultivée par *epimeleia heautou*, le souci de soi :

« [C]'est là, dans ce décalage, je crois, entre l'« apprendre » qui serait la conséquence attendue, la conséquence habituelle d'un tel raisonnement, et l'impératif « s'occuper de soi », entre la pédagogie entendue comme apprentissage et cette autre forme de culture, de *paideia* qui tourne autour de ce qu'on pourrait appeler une culture de soi, la formation de soi¹⁹⁸. »

D'autre part, l'écologie corporelle est

« une pratique par corps qui engage notre responsabilité quotidienne : au quotidien à travers une réflexion sur nos gestes et ses conséquences pour autrui et pour la nature. Prendre soin de soi, des autres et de la nature est une même éthique concrète : l'écologie corporelle est une pratique de soi qui prend soin des autres par ses choix de vie¹⁹⁹. »

Ce serait donc dans

« cette corrélation qui unit le souci et le soin, [que l']on peut dire que les techniques de conscience du corps sont des moyens de réparer, de maintenir, ou d'optimiser le potentiel d'une santé en devenir, habileté à faire le lit du bien-être²⁰⁰. »

En définitive, l'enjeu de notre démarche a été de chercher à combiner l'intérêt d'une approche écologique et une problématisation d'une approche efficiente de l'action. Cela permettrait de penser la performance en termes

197. Michel FOUCAULT, *L'Herméneutique du sujet. Cours au Collège de France, 1981-1982*, op. cit., p. 17.

198. *Id.*, pp. 45-46.

199. Bernard ANDRIEU, « Les fondateurs de l'écologie corporelle : immerseurs-naturels-émmergeurs », op. cit., p. 24.

200. Jean-Paul RESWEBER, « Préface », dans Benoît GRISON (dir.), *Bien-être ou être bien ? Les techniques de conscience du corps entre Orient et Occident*, op. cit., p. 6.





d'actualisation et d'optimisation du potentiel, en vue d'un positionnement propice au développement d'une esthétique de vie où le bien-être serait non seulement un objectif en soi, mais également le moyen de performer. Une telle perspective cherche à inscrire le pratiquant dans un rapport efficient à l'acte, à soi et au monde, tout en considérant que les techniques de conscience du corps peuvent devenir le support d'un *processus* de subjectivation qui touche aux dimensions sensibles et éthiques du sujet par le développement de savoir-faire et de savoir-être. En cela, les pratiques somatiques et les techniques de conscience du corps en tant que pratiques d'apprentissage et d'invention de soi peuvent constituer autant d'outils de résistances et d'*empowerment* allant de pair avec l'étude, la contemplation et l'intégration des savoirs et connaissances en sciences humaines et sociales dans l'expérience *in situ*.

Bibliographie complémentaire

ALTER, Joseph S., *Yoga in Modern India. The Body between Modern India Science and Philosophy*, Princeton University Press, Princeton (États-Unis), 2004.

ANDRIEU, Bernard, *Toucher. Se soigner par le corps*, coll. « Médecine & sciences humaines », Les Belles Lettres, Paris, 2007.

ANDRIEU, Bernard, « Les corps participants, agence épistémique et écologie expérientielle dans les recherches en STAPS depuis 2000 », *STAPS*, n° 91, De Boeck Supérieur (Louvain-la-Neuve [Belgique]), 2011, pp. 77-86.

ANDRIEU, Bernard et RICHARD, Guillaume, « Quelle expérience corporelle en STAPS? », *STAPS*, n° 98, De Boeck Supérieur (Louvain-la-Neuve [Belgique]), 2012, pp. 7-22.

ANDRIEU, Bernard et RICHARD, Guillaume (dir.), *L'Expérience corporelle. Éclairages philosophiques, éthiques, épistémologiques*, V^e biennale de l'AFRAPS, 28-29 juin 2012, faculté du sport de Villers-lès-Nancy, université de Lorraine, Éditions AFRAPS, Clapiers, 2013, pp. 165-167.

ANDRIEU, Bernard, BOETSCH, Gilles et CHEVÉ, Dominique, « Introduction générale », *Corps*, n° 14, C.N.R.S. Éditions (Paris), 2016.

BARDET, Marie, BOTTIGLIERI, Carla, CLAVEL, Joanne, GINOT, Isabelle et SALVATIERRA, Violeta, « Somatiques, esthétiques, politiques », dans Isabelle GINOT (dir.), *Penser les somatiques avec Feldenkrais. Politiques et esthétiques d'une pratique corporelle*, coll. « Lignes de corps », L'Entretemps, L'avérune, 2014, pp. 17-26.





BECKER, Howard, *Les Ficelles du métier. Comment conduire sa recherche en sciences sociales*, traduit de l'anglais par Jacques Mailhos (révisée par Henri Peretz), coll. « Guides repères », La Découverte, Paris, 2002.

BIACHE, Marie-Joseph, « La construction de l'expérience corporelle : de l'expérience subjective à l'expérience transcendante », dans Marceau CHENAULT et Mickaël ZICOLA (dir.), *Corps, cultures et différences. Du handicap au développement corporel*, actes des journées d'études 5-6 avril 2006, U.E.R. STAPS de l'université d'Orléans, Presses universitaires d'Orléans, Orléans, 2008, pp. 45-52.

BOURDIEU, Pierre, *Le Sens pratique*, coll. « Le sens commun », Les Éditions de Minuit, Paris, 1980.

BACHELOR, Alexandra et JOSHI, Purushottam, *La Méthode phénoménologique de recherche en psychologie*, Presses de l'université Laval, Québec (Canada), 1986.

CHAVAROCHE, Lionel, « Progresser en slackline, entre le monde environnant et le monde corporel », dans Bernard ANDRIEU et Cyril THOMAS (dir.), *Entre les corps. Les pratiques émergiologiques aujourd'hui (cirque, marionnettes, performance et arts immersifs)*, actes du colloque des 7 et 8 octobre 2016 au Centre national des arts du cirque, L'Harmattan, Paris, 2017, pp. 71-84.

CHENAULT, Marceau, HAMARD, Albin et HILPRON, Michaël, « Introduction aux techniques de conscience du corps », *Transverse*, n° 1, Transverse édition (Metz), 2011, pp. 31-46.

CHENAULT, Marceau, HAMARD, Albin et HILPRON, Michaël, « Les techniques de conscience du corps – Éthique non compétitive entre Orient et Occident », *Corps*, vol. 1, n° 11, C.N.R.S. Éditions, (Paris), 2013, pp. 181-194.

CHENAULT, Marceau, HAMARD, Albin et HILPRON, Michaël, « Héritage oriental des techniques de conscience du corps », *Transverse*, n° 1, Transverse édition (Metz), 2011, pp. 47-55.

CLAVEL, Joanne, et GINOT, Isabelle, « Pour une écologie des Somatiques? », *Revista Brasileira de Estudos da Presença*, vol. 1, n° 5, Universidade Federal do Rio Grande do Sul (Porto Alegre [Brésil]), 2015, pp. 85-100.

COGÉRINO, Geneviève, « Les relaxations en éducation physique », *Revue É.P.S.*, n° 239, Comité d'études et d'informations pédagogiques de l'éducation physique et du sport (Paris), 1993, pp. 49-53.

COGÉRINO, Geneviève, « Relaxations en É.P.S. De la diversité à la complexification », *Revue É.P.S.*, n° 242, Comité d'études et d'informations pédagogiques de l'éducation physique et du sport (Paris), 1993, pp. 65-67.





COOK, Joanna, *Meditation in Modern Buddhism. Renunciation and Change in Thai Monastic Life*, Cambridge University Press, New York (États-Unis), 2010.

DEPRAZ, Nathalie, VARELA, FRANCISCO et VERMERSCH, Pierre, *On Becoming Aware. A Pragmatics of Experiencing*, John Benjamins Publishing Company, Amsterdam (Pays-Bas), 2003.

FOUCAULT, Michel, *L'Herméneutique du sujet. Cours au Collège de France, 1981-1982*, coll. « Hautes études », É.H.E.S.S., Gallimard et Les Éditions du Seuil, Paris, 2001.

GAILLARD, Jacques, « La prise en compte de l'expérience corporelle et la sensibilité lors d'apprentissages techniques en éducation physique et sportive », *Expliciter*, n° 85, Groupe de recherche sur l'explicitation (GREX, Saint Eble), 2010, pp. 6-18.

GAL-PETITFAUX, Nathalie et HUET, Benoît (dir.), *L'Expérience corporelle*, coll. « Pour l'action », Éditions EP&S, Paris, 2011.

GENTAZ, Edouard, HATWELL, Yvette et STRERI, Arlette (dir.), *Toucher pour connaître*, coll. « Psychologie et sciences de la pensée », Presses universitaires de France, Paris, 2000, pp. 1-16.

GESLIN, Philippe, *L'Apprentissage des mondes. Une anthropologie appliquée aux transferts de technologie*, Octares (Toulouse) et les Éditions de la Maison des sciences de l'homme (Paris), 1999.

GILBERT, Daniel T. et KILLINGWORTH, Matthiew A. « A wandering mind is an unhappy mind », *Science*, n° 330, American Association for the Advancement of Science (New York [États-Unis]), 2010, p. 932.

GINOT, Isabelle, « Douceurs Somatiques », *Repères, Cahiers de Danse*, n° 32, La Briqueterie, C.D.C. du Val-de-Marne (Vitry-sur-Seine), 2013, pp. 21-25.

GRISON, Benoît, « D'une "discipline de l'esprit" à une technique occidentale de conscience du corps : la "méditation de pleine conscience" entre bouddhisme et science occidentale », dans Matthieu QUIDU (dir.), *La Recherche scientifique comme expérience corporelle, Épistémologie du corps savant*, t. II, coll. « Espaces et temps du sport », L'Harmattan, Paris, 2014, pp. 271-282.

GRISON, Benoît, « Du bouddhisme aux neurosciences comportementales et retour », dans *Bien-être ou être bien? Les techniques de conscience du corps entre Orient et Occident*, coll. « Mouvement des savoirs », L'Harmattan, Paris, 2012, pp. 75-92.

HADOT, Pierre, *Exercices spirituels et Philosophie antique*, Albin Michel, Paris, 2002.





HAMARD, Albin, « D'une "discipline de l'esprit" à une technique occidentale de conscience du corps : la "méditation de pleine conscience" entre Orient et Occident », dans Benoît GRISON (dir.), *Bien-être ou être bien? Les techniques de conscience du corps entre Orient et Occident*, coll. « Mouvement des savoirs », L'Harmattan, Paris, 2012.

HAMARD, Albin, « L'appropriation occidentale des pratiques de méditation bouddhiste tibétaine », dans Benoît GRISON (dir.), *Bien-être ou être bien? Les techniques de conscience du corps entre Orient et Occident*, coll. « Mouvement des savoirs », L'Harmattan, Paris, 2012, pp. 93-113.

HANNA, Thomas, « What is Somatics? », dans Don Hanlon JOHNSON (dir.), *Bones, Breath and Gesture. Practices of Embodiment*, North Atlantic Books, Berkeley (États-Unis), 1995, pp. 139-152.

HILPRON, Michaël, *De « faire du judo » à « faire judo ». Approche ethnographique d'une pratique de haut niveau par la culture matérielle*, thèse, université d'Orléans, Orléans, 2012.

HILPRON, Michaël et ROSSELIN, Céline, « Vécu corporel du judo et globalisation du sport : une comparaison France-Japon », *Journal des anthropologues*, vol. 1-2, n° 120-121, Association française des anthropologues (Charenton-le-Pont), 2010, pp. 313-332.

HSU, Elisabeth (dir.), *Innovation in Chinese Medicine*, Cambridge University Press, Cambridge (Angleterre), 2001.

JAY, Laurence, « Pratiques somatiques et écologie corporelle », *Sociétés*, vol. 3, n° 125, De Boeck Supérieur (Louvain-la-Neuve, [Belgique]), 2014, pp. 103-115.

MAUSS, Marcel, « Les techniques du corps », dans *Sociologie et Anthropologie*, coll. « Quadrige. Grands textes », Presses universitaires de France, Paris, 2003, pp. 363-386 [1950].

PAVIE, Xavier, « Le corps, matière d'exercices spirituels », *Sociétés*, vol. 3, n° 125, De Boeck Supérieur (Louvain-la-Neuve [Belgique]), 2014, pp. 69-79.

PETITMENGIN, Claire, « Un exemple de recherche neuro-phénoménologique : l'anticipation des crises d'épilepsie », *Intellectica*, vol. 2, n° 40, Association pour la recherche sur les sciences de la cognition (ARCO [Compiègne]), 2005, pp. 63-89.

QUIDU, Matthieu (dir.), *La Recherche scientifique comme expérience corporelle, Épistémologie du corps savant*, t. II, coll. « Espaces et temps du sport », L'Harmattan, Paris, 2014.





RÉCOPÉ, Michel *et al.*, « La sensibilité à, organisatrice de l'expérience vécue », dans Luc ALBARELLO *et al.* (dir.), *Expérience, activité, apprentissage*, coll. « Formation et pratiques professionnelles », Presses universitaires de France, Paris, 2013, pp. 111-133.

RESWEBER, Jean-Paul, « Les *processus* de subjectivation et l'«image du corps» », dans Marceau CHENAULT et Mickaël ZICOLA (dir.), *Corps, cultures et différences. Du handicap au développement corporel*, actes des journées d'études des 5 et 6 avril 2006, U.F.R. STAPS, université d'Orléans, Presses universitaires d'Orléans, Orléans, 2008, pp. 42-45.

RIX-LIÈVRE, Géraldine, « Différents modes de confrontation à des traces de sa propre activité », *Revue d'anthropologie des connaissances*, vol. 4, n° 2, Société d'anthropologie des connaissances (Paris), 2010, pp. 358-379.

SHARF, Robert, « Buddhist modernism and the rethoric of meditative experience », *Numen*, vol. 42, n° 3, Brill (Leiden [Pays-Bas]), 1995, pp. 228-283.

SHUSTERMAN, Richard, *Conscience du corps. Pour une soma-esthétique*, Éditions de l'Éclat, Paris/Tel-Aviv (Israël), 2007.

SHUSTERMAN, Richard, « Penser en corps. Éduquer les sciences humaines : un appel pour la soma-esthétique », dans Barbara FORMIS (dir.), *Penser en corps. Soma-esthétique, art et philosophie*, coll. « L'art en bref », L'Harmattan, Paris, 2009, pp. 41-76.

SUCHMAN, Lucy A., *Plans and Situated Actions. The Problem of Human Machine Interaction*, Cambridge University Press, Cambridge (Angleterre), 1987.

TARDAN-MASQUELIER, Ysé, « La réinvention du yoga par l'Occident », *Études*, vol. 396, n° 1, Société d'édition de revues (Paris), 2002, pp. 39-50.

TRONTO, Joan, *Un monde vulnérable. Pour une politique du care*, traduit de l'anglais (États-Unis) par Hervé Maury, coll. « Textes à l'appui. Philosophie pratique », La Découverte, Paris, 2009.

VARELA, Francisco, *Connaître les sciences cognitives. Tendances et perspectives*, traduit de l'anglais par Pierre Lavoie, Les Éditions du Seuil, Paris, 1989.

VERMERSCH, Pierre, *L'Entretien d'explicitation en formation initiale et en formation continue*, Éditions sociales françaises, Paris, 1994.



ANNETTE ORPHAL

**POLITIQUE DE L'ÉDUCATION (IMPLICITE)
DÈS LA PLUS TENDRE ENFANCE :
INITIATION PRÉCOCE À LA CITOYENNETÉ**

**La citoyenneté se réalise dans la relation à l'autre :
remerciements**

En guise d'introduction aux réflexions issues de ma pratique pour être articulées à mes connaissances théoriques et que je souhaite partager ci-dessous, je tiens à remercier très chaleureusement pour leur confiance et leurs questions, mes collègues directrices de crèches, éducatrices de jeunes enfants et auxiliaires de puériculture, ainsi que les parents que je suis amenée à rencontrer et à accompagner et les stagiaires qui viennent s'intéresser à mon approche. Ce sont eux qui me permettent de poursuivre et d'approfondir mes recherches, et de faire évoluer les conditions que nous mettons en place au sein des établissements dans lequel j'interviens, pour le développement le plus équilibré possible, au sens propre du terme, des enfants qui les fréquentent.

Holding – handling

En qualité de psychologue travaillant dans le milieu de la petite enfance, j'interroge au quotidien les pratiques professionnelles en crèche et le vécu que nous y proposons à nos jeunes concitoyens afin de soutenir leur bon développement. Je commencerai cet exposé par la référence à deux notions auxquelles nombre de mes collègues attachent une grande importance : le *holding* (portage) et le *handling* (gestes de soin), qui désignent deux aspects fondamentaux du



vécu d'un nourrisson dans sa relation à l'adulte. C'est le pédiatre psychanalyste Donald Winnicott (1896-1971) qui a théorisé en ces termes une partie de ses observations des relations mère-enfant, partant de l'aspect corporel de ce vécu relationnel pour réfléchir à sa dimension psychique. Leur fondement sur une réalité physique bien concrète et aisément observable permet d'étendre l'usage de ces notions à toute observation de rencontre entre un bébé et des adultes : ses parents bien sûr, mais aussi les professionnels de crèche. C'est là le terrain où je recueille moi-même quantité d'observations.

Prise de conscience par le mouvement : conscience subjective du corps propre

Tout en me positionnant comme psychologue, je suis aussi praticienne de la méthode Feldenkrais. La formation à cette pédagogie par le mouvement m'a sensibilisée à l'importance que prend la sécurité de nos appuis pour l'organisation de notre équilibre, nécessaire corollaire de tout mouvement d'orientation. En effet, à tout moment de la vie, l'efficacité et la précision du geste, mais aussi l'aisance dans le mouvement — et donc une relation de confiance à notre propre corps — dépendent en grande partie de ce que nous construisons tout au long de nos premiers mois sur terre : notre rapport à la gravité. L'expérience de la méthode Feldenkrais permet notamment de prendre conscience, par une observation attentive et structurée de la perception de soi au cours du mouvement de la subjectivité, de cette organisation psychocorporelle par laquelle nous entretenons un dialogue permanent — et très personnel, puisque lié à l'histoire de nos rencontres — en même temps qu'avec l'entourage physique et humain, avec cette force à laquelle chacune de nos actions doit répondre pour éviter la chute. Le sentiment de continuité d'existence (encore une notion de la plume de Winnicott) se fonde ainsi, corporellement parlant, sur notre capacité à agencer des transferts d'appuis qui nous permettent de nous mouvoir, et donc de coordonner notre action — y compris nos conduites relationnelles, sans effet de rupture.

La méthode Feldenkrais ramène à la lumière de la conscience ce qu'Alain Berthoz a appelé le sens du mouvement, très proche de ce que Charles Scott Sherrington appelait la proprioception : véritable « sixième sens » fondé essentiellement sur l'habile coopération entre le système vestibulaire situé dans l'oreille interne et les percepteurs kinesthésiques nous renseignant en temps réel sur les rapports des membres du corps les uns par rapport aux autres. Cet ensemble de perceptions, étroitement liées à la motricité, est étonnamment



oublié dans le catalogue traditionnel des cinq sens. Ceux-ci disposent d'organes qui ont l'avantage d'être visibles car situés à la surface du corps. Leur orientation adéquate dans l'espace-temps ainsi que le recueil d'information susceptible de prendre sens dans le vécu subjectif resteraient cependant impossibles sans cette coordination centralisée par la référence au mouvement du corps propre. En d'autres termes : une activité dite « d'éveil sensoriel » ne prendra sens pour l'enfant que dans la mesure où il l'intégrera à son propre potentiel d'action motrice. Et en effet, l'observation des nourrissons laisse penser qu'au cours des premiers mois de vie, la recherche d'appuis par une coordination sensori-motrice de plus en plus différenciée est au centre de leur attention : elle forme la conscience subjective du bébé²⁰¹. À l'âge adulte évidemment, les repères pris précocement dans le corps propre en relation avec la gravité nous semblent à ce point évidents que, passés dans les automatismes, leurs entrelacs engageant la perception de soi sur le plan émotionnel et l'image que nous nous faisons de nous-mêmes sont également relégués à l'inconscient. Ce n'est en général qu'à l'occasion de douleurs, de tensions ou d'autres problèmes lésionnels ou fonctionnels que nous nous posons de nouveau la question des coordinations permettant d'assurer notre équilibre et une meilleure aisance dans le mouvement.

Les expérimentations sensori-motrices proposées par la méthode Feldenkrais permettent alors de renouer avec ce fil d'Ariane et d'en suivre le chemin permettant de se redécouvrir soi-même sous un autre jour : celui des expériences, proches de celles que nous voyons faire les bébés, à la recherche d'une organisation de leur mouvement qui soit en même temps la plus aisée et la plus efficace au regard de leurs intentions. Cette organisation est dite « fonctionnelle » dans la mesure où elle parvient à répondre aux besoins du corps propre en même temps qu'aux besoins de relation au monde environnant, et donc à créer un dialogue harmonieux entre le réajustement permanent de son propre bien-être et la disponibilité à autrui qu'il conditionne, par un va-et-vient de l'attention qui porte tantôt sur soi, tantôt sur les sources extérieures de stimulation.

Ainsi imprégnée par un double *cursus* de formation, je m'étonne souvent, en lisant ou en écoutant certains de mes confrères ou consœurs comme moi inspirés de psychanalyse, de l'usage quelque peu réducteur des notions de « *holding* » et de « *handling* », souvent discutées au sens symbolique d'un *portage psychique* de l'enfant, dans la pensée adulte, alors que leur référence clairement kinesthésique au vécu corporel de l'enfant — pourtant indiquée par le choix même des mots qui les désignent — semble passer inaperçue.

201. Henri WALLON, *L'Enfant turbulent. Étude sur les retards et les anomalies du développement moteur et mental*, coll. « Quadrige », Presses universitaires de France, Paris, 1984.



Non que je sois en désaccord avec cette conviction d'une dimension symbolique appartenant à la vie humaine dès ses débuts : à l'occasion de nos réunions d'équipe, j'évoque souvent l'importance de ce portage psychique. Je suis simplement gênée du fait que le vécu du corps risque de se trouver réduit, dans nos discours de psychologues, au symbolique. Laissant volontiers le champ du psychocorporel à nos collègues psychomotriciens, nous nous permettons alors de sauter, tel un obstacle, cette étape pourtant fondatrice que constitue au cours des premiers mois de vie la *prise de conscience par le mouvement* (selon les termes de Moshe Feldenkrais [1904-1984]), constitutive de ce qu'Henri Wallon (1879-1962), pionnier de la psychologie de l'enfant en France, appelait la *conscience subjective du corps propre*. Chacun depuis une perspective différente, et selon des approches complémentaires, ces deux auteurs ont consacré l'essentiel de leurs recherches aux principes d'auto-organisation qui sont à l'œuvre dans les *processus* vitaux caractérisant tout développement. Ils se sont intéressés à la construction du psychisme comme fondée sur quatre piliers : la perception sensorielle, l'émotivité, la pensée, et enfin l'action motrice par laquelle le sujet organise l'intégration fonctionnelle des différents aspects de son être, en les explorant de façon de plus en plus différenciée, sur le chemin de la connaissance de soi, dans son rapport au monde. Par « auto-organisation », j'entends le principe intrinsèque à tout organisme vivant qui le rend acteur de son devenir, non pas par intention préprogrammée ni préméditée, ni non plus en réponse prévisible aux stimulations environnementales, mais par une succession de ce qui est encore appelé « phénomènes d'émergence » : selon Francisco Varela *et al.*,

« [C]haque composant opère seulement dans son environnement local, de sorte qu'il n'y a pas d'agent extérieur qui, pour ainsi dire, fasse tourner le système. Mais en raison de la constitution du système en réseau, une coopération globale émerge spontanément quand les états de tous les "neurones" impliqués atteignent un état mutuellement satisfaisant²⁰². »

On assiste alors à un « passage de règles locales à une cohérence globale », constitutive de

« la forme d'intelligence la plus profonde et la plus fondamentale [à savoir celle] d'un bébé qui peut acquérir le langage à partir d'énonciations quotidiennes dispersées et constituer des objets signifiants à partir de ce qui semble être une masse informe de taches lumineuses. »

202. Eleanor ROSCH, Evan THOMPSON et Francisco VARELA, *L'Inscription corporelle de l'esprit. Sciences cognitives et expérience humaine*, traduit de l'anglais par Véronique Havelange, coll. « La couleur des idées », Les Éditions du Seuil, Paris, 1993, p. 135.



La méthode Feldenkrais étudie et révèle par l'expérience comment ces mêmes propriétés émergentes sont à l'œuvre, bien avant l'émergence du langage parlé, dans la coordination pré et proto-verbale : le langage du corps. En effet, à l'instant de la naissance, la soumission brutale du nourrisson à la pesanteur le prive de tous ses schémas de coordination motrice acquis au préalable. Leur rétablissement, en y incluant désormais le vecteur de la gravité, sera soumis à l'effet non seulement de celle-ci, mais aussi des conditions précises sous lesquelles son corps s'y trouvera exposé : or, ces conditions physiques du « *holding* » et « *handling* » sont régulées par les adultes pourvoyeurs de soins, et de ce fait soumises aux conditions des interactions sociales. Si l'expérience du corps propre relève donc de techniques de maternage elles-mêmes imprégnées de symbolique, il n'en reste pas moins que c'est par la voie kinesthésique qu'elles s'impriment dans le vécu du nourrisson, formatant — selon les réponses autoorganisées qu'il créera lui-même dans ce dialogue et dont la subjectivité irréductible reste à découvrir dans la rencontre avec chaque bébé — ses premières expressions destinées à communiquer son état, ses besoins et ses désirs.

Ainsi, sauf croyance spirituelle particulière qui nous placerait à l'opposé d'un penseur matérialiste tel que Wallon (qui fut le directeur de thèse de Jacques Lacan), il semble plutôt probable que le symbolique reste ancré dans sa référence au sens que prend concrètement, pour le bébé, son vécu corporel : à savoir l'ensemble des expériences sensorielles et motrices qui, par leur intégration au fil du temps dans une expérience de vie globale, engage la subjectivité de l'enfant dans l'histoire de sa relation aux personnes sur lesquelles, ou par l'intermédiaire des gestes desquelles, il prend appui — non seulement mentalement et émotionnellement, mais aussi physiquement, par son corps, comme le décrit Winnicott — dans le champ de la gravité.

Gravité

Étonnamment en effet, hormis Wallon ou Winnicott, les psychologues semblent tenir pour une telle évidence notre exposition à cette force qui nous attache à la Terre (« Terre mère », disent certains), que nous parvenons à ériger des échafaudages théoriques impressionnants sur le développement de l'enfant en priorisant l'étayage relationnel, tout en faisant littéralement abstraction de cette base commune et indispensable à toute relation : l'ancrage dans le sol. Il se traduit pourtant par un défi majeur et immédiat que nous observons tous, à savoir la nécessité, pour le bébé arrivant au monde, de composer avec cette

contrainte qui pèse — au sens propre du terme — sur ses capacités motrices, et donc sur les outils mêmes qui conditionnent sa relation à l'entourage, aussi bien physique que social.

Hélène Stork, dont je fus l'étudiante, étudiait déjà les techniques de maternage dans différentes structures et suggérait que nous ferions bien de nous intéresser, en deçà du sens symbolique que nous y prêtons volontiers, à cette réalité psychocorporelle du *holding* et du *handling*, qui en constitue le support dans le vécu du sujet en devenir²⁰³. Une vingtaine d'années après avoir profité de son enseignement, je partage son avis et continue à militer activement pour la prise en compte, dans nos questionnements concernant le vécu d'un enfant, non seulement son vécu relationnel psychique, mais aussi la perception sensorielle, notamment kinesthésique, qui y est indissociablement liée. Nos théories développementales, tout en évoquant l'importance des stimulations sensorielles et motrices, continuent d'éclipser de notre attention observatrice le vécu du corps propre dans sa qualité fondatrice de la construction psychique. Au vu des avancées dans le monde scientifique contemporain — où les psychologues se disent monistes — et où non seulement les neurosciences, mais également les recherches en intelligence artificielle confirment le besoin de corporéité pour offrir à des réseaux neuronaux l'émergence d'une capacité d'apprendre, je pense qu'il est temps d'inclure le corps dans nos conceptions des *processus* de développement, afin que nos propres pratiques à l'intention des tout-petits évoluent dans le sens d'une meilleure adéquation à leur être-en-devenir. La complexité de tels *processus* semble bien liée à cette articulation, nécessairement souple et flexible autant que fiable et solide, pour donner lieu à une quelconque action orientée, entre perceptions d'espaces internes et externes : la gravité constituant alors un (voire *le?*) référentiel fondamental servant de véritable ancrage à tous les autres²⁰⁴.

Relation à soi – relation à l'autre

Dans ma propre pratique de psychologue en crèche, j'ai la chance de pouvoir sensibiliser les professionnelles, éducatrices de jeunes enfants et auxiliaires de puériculture, mais aussi les parents eux-mêmes, à ces questions d'appui et d'étayage, de portage et d'accompagnement par notre toucher et notre gestuelle. Et j'observe

203. Hélène STORK, *Enfances indiennes. Étude de psychologie transculturelle et comparée du jeune enfant*, coll. « Paidos », Le Centurion, Paris, 1986.

204. Pour aller plus loin sur ces questions, voir Alain BERTHOZ, *Le Sens du mouvement*, Odile Jacob, Paris, 1997.

que les bébés entourés et portés par ces réflexions et par la qualité d'attention qui s'ensuit, développent une plus grande aisance et assurance notamment dans leur corps, mais aussi dans leurs relations aux autres, pairs et adultes, comparés à ceux d'autres groupes où les professionnelles et/ou parents y « portent » une moindre attention explicite. Ce constat m'incite à penser que l'attention accordée par les adultes aux besoins de sécurité dans l'équilibre physique occasionne chez ces bébés une meilleure appréhension de leurs expériences d'autoefficacité dans la régulation de la communication de leurs besoins à l'adulte, et de leur propre activité d'ajustement tonique. Ces deux aspects de leur mouvement relationnel (orientation de l'action et régulation de l'équilibre) sont indissociablement liés et participent, comme les deux faces d'une même médaille, à toute rencontre et exploration. La recherche d'équilibre par leurs propres moyens s'inscrit d'emblée dans le dialogue tonique avec cet adulte, et s'affinera à condition que ce dernier se contente d'offrir juste le soutien nécessaire, assurant la plus grande disponibilité aux velléités motrices de l'enfant lui-même : le bébé est acteur, partenaire, dans une véritable situation d'*intersubjectivité*²⁰⁵. Avec Moshe Feldenkrais, nous pouvons appeler cette intersubjectivité une situation d'*intégration fonctionnelle*, ou plus simplement un vrai dialogue, non verbal même s'il est généralement accompagné de paroles, traçant la voie des futures connexions qu'établira l'enfant entre son vécu et les mots qui le désignent, entre le signifié et le signifiant, le réel et le symbolique. En accord avec les observations de Wallon puis celles d'Ajuriaguerra²⁰⁶, l'autorégulation ne se réduit pas à l'aspect tonique dans sa dimension musculo-squelettique en référence à l'espace physique, mais s'étend immédiatement à l'espace social par le contenu émotionnel qui lui est inhérent. Dès les premières interactions de l'enfant avec le monde qui l'entoure et le porte, sa perception de soi en est imprégnée.

Observation d'autrui et expérience propre

Comment sensibiliser les professionnels de crèche à la prise en compte du vécu kinesthésique des bébés qui leur sont confiés ? La sensibilisation des adultes passe évidemment par l'observation ; celle-ci, grand classique dans le

205. Voir Kenneth J. AITKEN et Colwyn TREVARTHEN, « Infant intersubjectivity : research, theory and clinical applications », *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, vol. 42, n° 1, Edmund Sonuga-Barke (Southampton [Angleterre]), 2001, pp. 3-48.

206. Juan de AJURIAGUERRA, « Organisation neuropsychologique de certains fonctionnements : des mouvements spontanés au dialogue tonico-postural et aux modes précoces de communication », *Enfance*, vol. 38, n° 2-3, Presses universitaires de France (Paris), 1985, pp. 265-277.

domaine de la petite enfance, a été pensée et transmise de diverses manières : la méthode Esther Bick prône l'observation sans intervention clinique d'un bébé à domicile, sur une longue période et selon un rythme régulier défini par un protocole précis; les recherches sur la motricité libre d'Emmi Pikler à la pouponnière Lóczy de Budapest ont démontré le bien-fondé du respect du rythme d'un bébé dans la découverte la plus autonome possible de ses possibilités motrices, pour peu qu'un adulte de confiance l'accompagne de son regard bienveillant et de sa parole contenant sur le chemin de ses progressions. Nombre d'approches pédagogiques connues des éducatrices de jeunes enfants sous le nom de méthodes actives observent que l'enfant se découvre lui-même en même temps que sa relation à l'entourage, par sa propre activité. Sous le regard bienveillant de l'adulte qui pose le cadre de sa sécurité, la prise d'initiative appartient à l'enfant. Le cadre théorique qui sous-tend cette vision de l'apprentissage nous renvoie au socioconstructivisme²⁰⁷.

Ce qui est moins répandu, mais que je tiens pour fondamental, est que ces exercices d'observations soient complétés par, et articulés à, l'expérience propre de ces mêmes adultes : en effet, nous savons que l'observation visuelle du mouvement d'autrui se révèle d'autant plus riche qu'elle repose sur une connaissance kinesthésique fine du corps propre dont dispose l'observateur lui-même. Ceci a clairement été démontré par la mise en évidence d'une activation de circuits dans le cortex sensori-moteur considérablement plus riche chez des danseurs que chez des non-danseurs, lorsqu'ils sont spectateurs de mouvements de danse : qui a une expérience différenciée des mouvements qu'il observe en aura une perception visuelle également plus fine car il pourra plus facilement s'identifier au danseur vu sur scène en « se glissant dans sa peau » par le biais du regard.

Les études sur les neurones miroirs nous ont révélé que l'observation par le regard repose en effet sur de tels *processus* d'identification, ancrés dans le cortex sensori-moteur de l'observateur lui-même. Ces neurones participent à l'apprentissage par imitation, à la perception des actions, à l'interprétation des actes, voire à l'anticipation des intentions traduites par la gestuelle d'autrui. Ceci est vrai pour les danseurs ou sportifs de haut niveau, mais aussi pour les bébés — et bien évidemment pour ces autres sportifs que sont toutes les personnes qui consacrent quotidiennement leurs bras au portage des tout-petits, nos futurs concitoyens.

207. Laurence RAMEAU et Josette SERRES, *Les Pratiques pédagogiques des crèches à l'appui de la recherche*, Éditions Philippe Duval, Savigny-sur-Orge, 2016.

Il découle de ces constats qu'une professionnelle de la petite enfance saura d'autant mieux apprécier le confort ou l'inconfort d'un enfant dans telle position, son aisance ou ce qui fait obstacle à son aisance en mouvement, qu'elle disposera dans son propre répertoire sensori-moteur de représentations kinesthésiques clairement différenciées : représentations non seulement du désir de l'enfant qui semble s'exprimer par sa motricité, mais représentations de la trajectoire que tel mouvement pourra emprunter pour être efficace. Il s'agit d'images non seulement visuelles, mais aussi sensorielles et motrices, c'est-à-dire dynamiques, incluant notamment la connaissance des appuis nécessaires à assurer la sécurité de l'équilibre lors des transferts de poids, condition *sine qua non* d'un sentiment de *continuité d'existence* à travers le mouvement (dont témoigne sur le plan végétatif une respiration tranquille, ni accélérée ni suspendue en cours d'action), et conjointement d'une disponibilité de l'attention à l'exploration et à la relation à autrui.

À l'instar de tant de symbolismes²⁰⁸, nos représentations kinesthésiques serviront d'ancrage à de nombreuses métaphores et participeront ainsi à l'accès au symbolique de l'enfant en devenir, mais ne sauraient inversement s'y réduire. Psychologues que nous sommes, n'oublions et ne négligeons pas la réalité physique à la base de notre condition. Incluons-la plutôt dans nos réflexions visant à assurer ce que — autre notion en vogue depuis l'avènement des théories de l'attachement — nous aimons appeler la *sécurité affective* des enfants.

Henri Wallon nous a enseigné les rapports étroits qu'entretient l'émotivité avec le tonus dans la fonction posturale; mais tout comme les émotions qui reviennent avec les neurosciences récentes, la tonicité (à savoir la dynamique du tonus des différentes parties du corps en relation les unes avec les autres et avec le monde extérieur, dans le temps) est trop souvent encore reléguée au second plan de nos observations. Pourtant, comment être en relation et s'intéresser à ce qui est autour de nous, si ce n'est par une disponibilité à porter son attention ailleurs que sur le besoin de sécuriser son propre équilibre?

Autorégulation

Dès le début de la vie, la dynamique émotionnelle se dessine entre les polarités du calme et de l'excitation. Les recherches sur l'attachement, initiées par John Bowlby et Mary Ainsworth en Grande-Bretagne, développées par le couple

208. Voir Rafael NUÑEZ, « Le passé devant soi », *La Recherche*, n° 422, Sophia Publications (Paris), 2008, pp. 46-49, qui montre comment tout symbole trouve son origine dans l'expérience concrète.

des docteurs Klaus et Karin Grossmann, et Karl Heinz Brisch en Allemagne, par Hubert Montagner en France ou plus récemment par Allan Schore aux États-Unis, montrent très clairement comment le jeune enfant incorpore — au sens propre du terme — les stratégies de gestion du stress auxquelles il se trouve régulièrement exposé, selon le style d'interaction des adultes de référence à son égard.

Or, l'apprentissage de cette co, puis autorégulation émotionnelle dans le contexte social²⁰⁹ se fonde nécessairement sur cette autre autorégulation que doit acquérir le bébé dès sa sortie du ventre maternel, qui consiste à recalibrer l'ensemble de son répertoire moteur en ajustant, à tout instant et au fil de tous mouvements, sa tonicité à l'impact de la gravité. Il s'ensuit que la sécurité affective conditionne effectivement le plaisir de l'exploration et les futurs apprentissages de l'enfant, mais qu'elle-même repose sur un sentiment de sécurité dans son rapport au champ de gravité; il nous incombe d'en tenir compte. La corégulation consiste alors dans les *holding* et *handling* dont nos mains accompagnent les mouvements de l'enfant, jusqu'à ce qu'il s'approprie à partir de son expérience les repères constitutifs du lien, souple et fiable, de son organisation motrice aux conditions de l'espace environnant, et soit de ce fait en capacité d'autoréguler le jeu d'équilibre permettant d'orienter son action.

Si, comme l'a montré Mary Ainsworth²¹⁰, la qualité dite « *sécure* » de l'attachement dépend de la promptitude, de la fiabilité et de l'adéquation des réactions de l'adulte en réponse aux besoins exprimés par un nourrisson, la qualité physique du portage et des gestes susceptibles de prévenir la peur de la chute sont très certainement à inclure dans ce que nous appelons l'adéquation de nos soins. Pour être fiable en effet, cette adéquation doit s'adapter en permanence aux progrès que fait le bébé dans sa recherche des coordinations motrices, lui permettant progressivement de subvenir par ses propres moyens à ses besoins d'équilibre dynamique. En effet, comme le précise Moshe Feldenkrais, l'équilibre de l'humain ne saurait être que dynamique : quel que soit le projet d'action en relation avec son entourage physique ou humain, le bébé comme l'adulte ont besoin de transférer leur poids pour aller à la

209. Alan FOGEL, *Developing Through Relationships*, University of Chicago Press, Chicago (États-Unis), 1993.

210. Mary AINSWORTH et Silvia BELL, « Attachment, exploration, and separation illustrated by the behavior of one-year-olds in a strange situation », *Child Development*, vol. 41, n° 1, Wiley-Blackwell, New Jersey (États-Unis), 1970, pp. 49-67.

rencontre l'un de l'autre, ou pour donner suite à un désir d'exploration. Nous soutenons le bébé dans ces transferts, jusqu'au moment où il pourra se prendre en charge — au sens propre du terme, — par ses propres moyens. Cette corégulation se passe, dans l'idéal, à la manière des *zones du développement proximal* décrites par Lev Vygotski²¹¹ : l'adulte observe et perçoit où se situe la marge entre ce que l'enfant parvient déjà à faire tout seul à son niveau actuel de développement, et les compétences encore hors de portée; il propose son aide (soutien, portage) *juste suffisante* pour que l'enfant se découvre capable de réaliser une action, à laquelle il commence déjà à accéder par la représentation (fondée souvent sur l'observation d'un modèle qu'il s'apprête à imiter), mais pas encore par ses compétences d'organisation motrice spontanée. Motivé par cette découverte plaisante dans le partenariat, il sollicitera volontiers l'adulte pour y parvenir à nouveau et parcourt ainsi — dans le contexte d'une attention conjointe et d'un plaisir partagé — un *processus* d'acquisition. Lors d'une prochaine étape, il ne sollicitera plus l'adulte qu'à l'assister de son regard : « C'est moi qui fais, regarde comment je fais! » Cette étape révolue et intégrée à son tour, l'enfant privilégiera le passage à de nouvelles acquisitions, la précédente n'ayant plus besoin désormais d'être secondée — ni effectivement, ni par le regard de l'adulte : l'enfant s'est approprié non seulement la compétence, mais aussi la qualité émotionnelle de sa relation à l'adulte bienveillant. Ce même lien de confiance constituera alors le liant de la confiance que l'enfant portera désormais dans sa relation à lui-même, offrant le socle à son propre sentiment de compétence et d'estime de soi.

Or, le *processus* de la découverte du corps propre et des acquisitions motrices dans le contexte des *holding* et *handling*, ne se passe qu'à une double condition : que nous-mêmes, adultes qui nous occupons d'enfants, ayons une représentation kinesthésique différenciée des ingrédients dont a besoin le bébé pour élaborer les coordinations nécessaires à se mouvoir en accord avec ses intentions (en fonction de ses besoins et désirs); et d'autre part que nous ayons confiance dans sa capacité à apprendre, par un *processus* d'auto-organisation fondé sur l'expérience exploratrice, dont lui-même est à l'initiative et le principal acteur. Dans l'appréciation de cette zone de développement proximal, il est crucial que notre partenariat ne consiste pas à faire à la place de l'enfant, mais à lui servir seulement d'appui à partir duquel il découvre et étend son propre champ des possibles, articulé au champ relationnel que nous lui offrons.

211. Lev VYGOTSKI, *Pensée et Langage*, traduit du russe par Françoise Sève, La Dispute, Paris, 1997 [1934].

Action n'équivaut pas réaction

Ces principes d'auto-organisation à la base de tout apprentissage sensori-moteur (et autre) peuvent paraître évidents à ceux qui s'intéressent aux approches de type « motricité libre » selon Emmi Pikler et la pouponnière Lóczy, ou encore aux diverses méthodes d'éducation somatique qui traversent cet ouvrage ; pourtant, les bébés n'ont pas tous l'opportunité de parcourir ce chemin d'apprentissage précoce à la lumière d'une valorisation de leur autonomie liée aux *processus* d'auto-organisation. Nombreux sont les adultes qui croient utile, voire nécessaire, d'asseoir un bébé pour qu'il apprenne à s'asseoir, ou de le placer debout pour qu'il atterrisse sur ses jambes, suspendu à nos bras pour qu'il s'exerce à marcher en pédalant dans le vide avant de poser ses pieds au sol. Les mots que je viens d'écrire me sembleraient à moi-même relever de la caricature si je ne me trouvais témoin au quotidien de ce genre de représentations, traduites en actes se voulant pédagogiques, voire même en discours, y compris de pédiatres.

Nombreux sont, par conséquent, les enfants qui, à l'instar des bébés que l'on voit figurer dans les publicités de catalogues et de magazines, sont installés en position assise bien avant de savoir s'y installer seuls. Or, dans nos crèches, nous observons que les bébés ne sachant pas comment transférer leur poids, alors qu'ils ont été calés en position assise par les adultes, hésitent à se lancer — au sens propre du terme, une fois de plus — dans l'activité exploratoire ; et nous observons de surcroît que ces mêmes bébés se montrent bien plus craintifs à l'égard des camarades qui bougent avec aisance, s'approchant et s'éloignant à leur guise de celui qui ne sait se déplacer ou se détourner sans peur de chute.

Comme nous le disait déjà Wallon, la régulation de la tonicité entretient effectivement des rapports étroits avec la régulation émotionnelle et s'inscrit à la base des schémas sensori-moteurs qui régulent les interactions sociales.

Cette même réflexion s'applique à d'autres situations concrètes, dans le quotidien des bébés qui nous sont confiés : en voici quelques exemples.

Lever un bébé de la position allongée, c'est montrer à l'enfant un chemin qu'il pourra prendre bientôt par ses propres moyens (toujours en référence à la *zone du développement proximal*). Par quel chemin le levons-nous, donc ? Comment nous y prenons-nous dans notre gestuelle (*handling*) pour soutenir son *processus* d'apprentissage, sans créer d'interférence avec sa perception de lui-même dans son organisation physiologique ? Si par exemple — comme je vois souvent faire — nous le conduisons sur une trajectoire toute droite

depuis l'allongement sur le dos vers la position assise, éventuellement même en l'invitant à nous regarder dans les yeux tout le long de ce chemin, nous interférons avec sa prise de conscience d'une organisation neuro-musculo-squelettique qui le conduirait par un chemin en spirale, esquissant un mouvement de rouler avant de trouver les appuis nécessaires à lever le haut du corps pour ériger la colonne vertébrale à la verticale. Différents chemins existent pour assurer ce passage de l'horizontale à la verticale, et chaque bébé trouve le sien propre. Mais tous les bébés qui effectuent cette recherche par leurs propres moyens trouvent spontanément une organisation en spirale, congruente avec l'organisation des chaînes musculaires le long de l'ossature, et ce mouvement les amène à se représenter eux-mêmes dans les trois dimensions de l'espace. Notre *handling*, lorsqu'il reste respectueux de cette réalité physiologique, soutient cette cohérence dans l'émergence de la perception et de la conscience psychocorporelle de soi. En le conduisant au contraire par des voies qui s'écartent des lois physiologiques, nous l'incitons à privilégier le « plaisir partagé » qu'il prend à nous voir réjouis et admiratifs des « abdominaux » sur lesquels il force en suspendant sa respiration dans ce mouvement de « ho-hisse! » ; ainsi, nous lui transmettons quelques aspects fondamentaux de notre culture, de l'objectif au détriment de l'exploration, de l'approbation par autrui au détriment de l'autoévaluation, de la priorité donnée à la stimulation externe au détriment de l'aisance dans son corps. En faisant l'hypothèse que ces aspects de l'éducation reçue contribuent à poser les bases de certaines difficultés dans l'autorégulation que nous appelons la gestion du stress, de la fatigue ou encore des douleurs, je propose d'y remédier en commençant par inviter les professionnels eux-mêmes à veiller sur leur bien-être en mouvement. Car les éducateurs et auxiliaires de puériculture sont moins souvent victimes de douleurs dorsales ou de tendinites dans les épaules, s'ils accordent leurs gestes de *holding* et de *handling* aux lois physiologiques : effectuer soi-même un mouvement en spirale pour relever le bébé que nous invitons à parcourir cette petite danse avec nous, nous protégera tous deux, tout en donnant accès à des représentations de soi dans l'espace et d'une temporalité respectueuses du principe de réalité. Très tôt dans leur vie, notre *handling* véhicule ainsi des messages en lien avec l'attitude que nous adoptons à l'égard de nous-mêmes et que nous transmettons par la même occasion : prendre soin de soi — ou non.

Offrir un appui aux pieds d'un bébé allongé sur le tapis, c'est l'aider à construire sa verticale subjective alors même qu'il repose encore à l'horizontale. En jouant à pousser par ses pieds, sur nos cuisses par exemple quand nous nous asseyons devant lui, ou sur notre ventre au moment du change, sur nos mains

dont nous proposons le contre-appui dans un jeu de dialogue tactile, nous lui offrons l'occasion de coordonner l'alignement de ses vertèbres en colonne à l'abri de la nécessité de se « tenir » pour se préserver de la chute dans le champ de gravité. Voilà qui se présente comme un prérequis à accorder la souplesse de cet alignement avec sa solidité, une fois érigé : dialectique qui alliera l'assurance posturale (colonne) à la spontanéité des mouvements d'orientation (vertébrale). Au contraire, un bébé que nous incitons à se réjouir d'une position debout qu'il n'a encore pas cherchée de ses propres moyens, sentira certes le contact de ses pieds au sol, mais n'en aura pas intégré la fonction d'appui dans l'organisation des coordinations destinées à assurer le jeu de son équilibre dans la station et les déplacements debout. Ce sont pourtant ces coordinations fines de la tonicité qui le prépareront à répondre sans tarder, que ce soit à une irrégularité du sol, ou au passage quelque peu abrupt d'un camarade qui le frôle. Le plaisir des étapes ainsi brûlées dans la construction de l'image de soi se paie bien souvent par des fragilités qui ne se révèlent que plus tard. Seule une observation fine permettra par exemple de s'apercevoir que tel enfant nerveux qui papillonne, intolérant à la frustration, cache tant bien que mal par sa hâte et son impatience, par sa soif de toucher à tout, un manque d'assurance profond dont les fondements émotionnels, indépendamment de toute dynamique familiale ou éducative, relèvent d'une défaillance dans le jeu des coordinations précoces, par lesquelles il aurait dû établir la communication de ses appuis avec le sol, permettant de « se poser » sans risque de chute. Les psychomotriciens connaissent cette intricatation, mais ils savent aussi combien il est difficile d'aider les enfants qui sont dans cette souffrance et y entraînent leur entourage alors qu'ils sont engagés dans un mouvement émotionnel soucieux d'autres formes de reconnaissance sociale, correspondant à leur âge plus avancé. Les intéresser de nouveau à la simple approbation de leurs découvertes sensorielles et motrices revient à restaurer les fondations d'une maison en pleine construction des étages supérieurs. Prévenir dès la petite enfance, quand ces étapes développementales sont d'actualité dans la maturation, est beaucoup plus facile, plus plaisant et moins coûteux, que de remédier plus tard à ces manquements.

Acquérir *par ses propres moyens* la position assise, se lever et s'accroupir, marcher et s'arrêter, c'est trouver une confiance dans la réversibilité du mouvement qui permet de s'orienter librement vers ce qui attire, de se détourner de ce qui fait peur, ou de suspendre le mouvement en cours d'action pour changer de direction, permettant d'adapter l'action en cours à la situation qui évolue conjointement. Il s'agit de défier la capacité à anticiper en temps réel

dans un environnement lui-même en mouvement — tâche d'une complexité appréciable. Mais encore, il s'agit de cette expérience importante qui ancre dans le corps la liberté de réaliser des choix, y compris celui d'en changer. Autrement dit, ma prise de décision qui se traduit en acte, et donc ma pensée qui l'organise, sont en droit de rester agiles à tout moment. Conscient de cette possibilité de se réorienter, l'enfant craint moins l'engagement « posé » dans une activité, et son attention reste en éveil. Si un autre enfant le frôle en cours d'activité, il ajuste sa position : peut-être en se montrant contrarié, mais sans crainte. *Prendre un enfant par la main...* L'équilibre dans la marche, c'est construire la confiance en soi dans le dialogue, mais non pas dans la dépendance à autrui ; trouver un appui au besoin, en évitant de se sentir suspendu au bon vouloir de l'autre qui nous tient à bout de bras. Une réelle autonomie se construit, consciente de soi en relation avec l'autre.

Regard sur l'enfance

Philosophes, psychologues, pédagogues et autres professionnels réfléchissent aux conditions du grandir et du développement depuis fort longtemps. Selon Marie-France Morel, en retraçant l'histoire des représentations de la petite enfance, se dégagent deux images : celle d'un être fragile qu'il convient de protéger, et celle d'un être inachevé à façonner²¹². Elles reflètent notre ambivalence à l'égard de notre progéniture : prétendument angélique et innocente d'une part, elle nous renvoie d'autre part au diable en puissance — spectre de nombreuses angoisses d'adultes dans leurs rôles divers de parents et d'éducateurs au sens large, ainsi que de certains de nos politiques soucieux d'assurer la sécurité intérieure du pays en détectant parmi les esprits opposants les éventuels délinquants en herbe, et ceci avant l'âge de trois ans, âge d'opposition par excellence. Souvenons-nous de la campagne *Pas de 0 de conduite*, lancée par de nombreux professionnels de la petite enfance depuis 2008 et heureusement soutenue par de très nombreux parents, en réponse à un rapport publié par l'INSERM qui servit de prétexte au gouvernement de l'époque pour un projet de fichage des enfants agités et agressifs en bas âge, en même temps qu'un décret proposait d'abaisser le taux d'encadrement et le niveau de formation des adultes accueillant ces mêmes enfants en crèche.

212. Marie-France MOREL, « Le corps du petit enfant et ses représentations dans l'histoire et dans l'art », dans Michel DUGNAT (dir.), *Bébés et Cultures*, Érès, Toulouse, 2008, pp. 21-34.



En étudiant de plus près nos origines dans le monde du vivant et même dans la matière non vivante, force est pourtant de constater avec Francisco Varela, Humberto Maturana, Ilya Prigogine et les théoriciens contemporains de l'*embodiment* comme Esther Thelen, que nous sommes des organismes foncièrement dotés de capacités d'auto-organisation qui s'expriment dans la vie somatopsychique par la voie de l'autorégulation, dont les schémas personnels sont acquis, c'est-à-dire forgés et consolidés, notamment au cours des premiers mois et des premières années de la petite enfance, en contact avec les adultes qui prennent soin de nous.

Ce principe se décline à tous les niveaux d'existence et du développement : dans les facultés précoces de communication que nous montrent des grands prématurés²¹³, dans le dialogue tonico-émotionnel entre la mère et son enfant²¹⁴ ou encore dans l'acquisition des régulations émotionnelles lors des premières interactions qui constituent l'accordage affectif dans l'intersubjectivité entre un nourrisson et les personnes qui répondent à ses besoins²¹⁵. Grâce à Hubert Montagner et Allan Schore cités plus haut, nous savons aujourd'hui assez précisément comment l'enfant, initié à la vie sociale par ses premiers éducateurs, s'imprègne littéralement de *leurs* flux émotionnels dans la régulation de la polarité calme/excitation, pour acquérir, dès sa deuxième année, ce qui marquera à vie sa propre capacité à réguler lui-même ses émotions en interaction avec autrui : arrivé à l'âge adulte, nous appellerons cette faculté « gestion du stress ».

Je m'attarde ici quelque peu sur ces références de base concernant la régulation de la vie émotionnelle, parce que celle-ci relève d'une actualité préoccupante, au vu des nombreuses pathologies liées au stress précisément, dès la vie scolaire où ses premiers signes s'expriment sous diverses formes d'échec, de troubles attentionnels et de la concentration, mais aussi de troubles relationnels et comportementaux. Or, comme nous l'avons vu avec Wallon, tout ce qui concerne l'émotionalité dans la régulation psychique et relationnelle entretient des liens étroits avec la tonicité, régulation du tonus réparti sur l'ensemble de l'appareil musculo-squelettique. La tonicité représente les variations dans le

213. Heidelise ALS et Samantha BUTLER, « Die Pflege des Neugeborenen : Die frühe Gehirnentwicklung und die Bedeutung von frühen Erfahrungen », dans Karl Heinz BRISCH et Theodor HELLBRÜGGE (dir.), *Der Säugling. Bindung, Neurobiologie und Gene, Grundlagen für Prävention, Beratung und Therapie*, Klett-Cotta, Stuttgart (Allemagne), 2008, pp. 44-87.

214. Juan de AJURIAGUERRA, *op. cit.*

215. Daniel STERN, *Le Monde interpersonnel du nourrisson*, coll. « Le Fil rouge. Section 2, Psychanalyse et psychiatrie de l'enfant », Presses universitaires de France, Paris, 1980 ; Kenneth J. AITKEN et Colwyn TREVARTHEN, « Infant intersubjectivity : research, theory and clinical applications », *op. cit.*



temps des états de tension musculaire, permettant d'ajuster la préservation de notre équilibre aux besoins de nos mouvements d'orientation — c'est dire son importance, puisque nous ne saurions coordonner aucune action tout au long d'une journée de veille, si nous n'étions pas implicitement assurés du bon fonctionnement quasi-automatique de notre équilibre à tout instant, pour passer comme par un flux conduisant d'un quelconque temps t_x à n'importe lequel temps ultérieur, t_y . D'ailleurs, cette problématique se rencontre effectivement chez nombre de ces enfants qui sont en difficulté à l'école, que ce soit sur le plan des apprentissages (graphisme, lecture, calcul, géométrie) ou de leurs relations sociales — d'où le bien-fondé des interventions de psychomotricité, mais aussi d'ateliers de danse et autres activités corporelles destinées à la rééducation de l'équilibre psychocorporel par la coordination des rythmes en mouvement, physiques *et* psychiques.

Éducation de la première enfance

Bien avant de recourir à la rééducation, qu'en est-il de l'éducation tout court, que nous offrons à nos enfants, depuis leur âge le plus tendre? Plus précisément, quelles conditions offrons-nous à ce qu'ils puissent s'auto-organiser, afin de constituer un canevas psychocorporel susceptible de porter et de supporter la construction d'un psychisme à la hauteur de nos exigences sociétales des années à venir?

En effet, la mémoire déclarative (celle dont les acquis, ancrés par le langage, peuvent être évoqués par une déclaration consciente, facile à verbaliser du moment que le souvenir en est suffisamment précis) ne se développant que plus tardivement, l'éducation que nous donnons à nos enfants au cours de leurs premières années s'imprégnera avant tout dans leur mémoire procédurale. Cette dernière, essentiellement implicite, précède la maturation des aires cérébrales spécialisées du langage : les souvenirs du vécu corporel sont inscrits directement dans les schémas sensori-moteurs eux-mêmes qui en gardent la trace. Et ces traces sont révélées par l'organisation motrice constituée sur la base de ces boucles de rétroaction formant le tissage personnel entre cortex sensoriel et moteur, dont certes un certain nombre de schémas sont génétiquement pré-programmés, mais dont la finition se réalise tout au long de l'expérience du corps propre dans l'espace déterminé par l'ensemble des vecteurs appartenant au champ de la gravité aussi bien qu'à l'espace socio-culturel dans lequel évolue l'enfant. La régulation de la tonicité relève certes d'une maturation biologique, mais celle-ci est soumise à l'expérience subjective, c'est-à-dire aux conditions que



nous offrons (que notre société offre par notre biais) à l'expérimentation par le tout-petit de ses propres possibilités d'action. Or, cette action, d'emblée inscrite dans le contexte des relations sociales, est par nature motrice. L'expérience du vécu et les schémas moteurs — qui ont ainsi l'occasion de se former et de se consolider en habitudes précocement automatisées — se traduisent dans le psychisme naissant de l'enfant sous forme de schémas d'action. Sur le plan neurologique, il s'agit de vastes ensembles de boucles sensori-motrices, liées par la qualité émotionnelle qui contextualise ces premières découvertes de l'autoefficacité dans le tissu social. Elles participent d'ores et déjà à l'organisation de l'intentionnalité, dont les circuits d'intégration cortico-sous-corticale ne cesseront de se complexifier jusque bien au-delà de l'adolescence. Comme Wallon nous le fait remarquer, et comme Feldenkrais nous invite à l'explorer, l'activité psychique commence par l'investigation de thèmes à variations : variations qui tiendront lieu d'autant de vecteurs dans le déploiement d'un espace mental que l'enfant habitera alors de sa pensée créatrice, depuis les premiers jeux de mouvements nourrissant et nourris en retour par son imagination, jusqu'aux représentations les plus abstraites.

Il est donc primordial que le bébé puisse faire, dès le début, l'expérience de sa propre capacité à agir, à observer et à différencier pour enrichir son répertoire d'action dans la rencontre avec son entourage : la qualité de nos interactions contribuera largement à lui donner envie de s'ouvrir sur le monde des objets attrayants pour sa curiosité, et d'accepter notre rôle initiatique d'aînés, tout au long de ses années d'apprentissage — autrement dit, tout au long de la vie.

C'est dire que l'éducation dès la première enfance devrait viser à ce que les enfants se vivent comme des êtres doués d'un riche répertoire d'action, et prennent plaisir à expérimenter leur *continuité d'existence* en notre compagnie. Le conditionnel ici recouvre une réalité : dès la vie intra-utérine en effet, les bébés connaissent un répertoire de mouvements tout à fait riche, dont la bonne coordination est simplement mise en péril à leur arrivée sur terre par l'impact de la gravité qui les « plombe ». Cela implique la nécessité de réorganiser tout ce répertoire d'action, de recréer un champ, voire un espace des possibles, en l'intégrant, hors du ventre maternel, dans le référentiel de la gravité. Il s'agit d'une extension du référentiel antérieur (de la perception de soi dans le liquide amniotique) : dépliage de référentiel en réalité puisque, comme je le mentionnais plus haut, l'enfant devra construire les schémas de régulation destinés à assurer son sentiment de sécurité, aussi bien dans son rapport à la terre (équilibre le préservant de la chute par une organisation fine des transferts de poids



en cours de mouvement dans l'espace physique) que dans son rapport à autrui (équilibre le préservant de la peur de l'inconnu par une régulation fine de la juste distance aux figures d'attachement, donnant accès à la découverte par les conduites exploratrices tout en le protégeant d'éventuels dangers).

Transferts dans le jeu des poids et des contrepoids, et jeu de transferts et de contre-transferts relationnels, devront par conséquent s'intégrer dans une organisation psychique, à un âge précoce où, en raison de la maturation du système nerveux, les apprentissages ne peuvent être qu'implicites.

Apprentissage(s)

En raison du point abordé précédemment, certains auteurs et professionnels de la petite enfance se montrent encore réfractaires à la notion d'*apprentissage* dans le contexte de l'éducation de la première enfance. Je pense qu'il s'agit là d'une confusion regrettable : s'il est évident que nous n'enseignons pas aux enfants comment se construire, il n'en est pas moins vrai que l'enfant se construit en apprenant tous les jours et que notre responsabilité y est engagée par le cadre et les conditions que nous offrons à cette construction de soi. En effet, toute auto-organisation, pour autonome qu'elle soit, dépend des conditions spatio-temporelles dans lesquelles elle a lieu. Ces conditions comprennent les conditions relationnelles, puisque — et c'est là un aspect souvent négligé dans l'approche psychologique des théories du développement — nos manières de porter, de manipuler, de toucher et d'installer un enfant influenceront sur la perception qu'il aura de lui-même et de son potentiel d'action, par l'ensemble des appuis que nous offrons à son corps, donc à son propre système de leviers rendant possibles ou pas, aisées ou difficiles, ses propres recherches d'auto-organisation sensorimotrice dans le champ de la gravité. Si ces aspects ont été quelque peu étudiés dans la comparaison des techniques de maternage dans différentes cultures, il est temps d'observer qu'elles participent concrètement à l'expérience subjective de tout enfant, et à sa construction identitaire.

Formation aux métiers de la petite enfance

Qu'en serait-il donc si parents et professionnels de la petite enfance avaient eux-mêmes une représentation des appuis leur permettant d'effectuer le prochain mouvement à venir? Certes, une telle attention portée à leur propre aisance en mouvement serait bienvenue pour prévenir les sciatiques et autres



douleurs, tensions et troubles musculo-squelettiques caractéristiques de leur métier, exigeant tout autant sur les plans physique que relationnel. Il y a de la bienveillance à l'égard de soi-même, dans la relation qu'entretient le professionnel avec son propre corps.

Leur sens kinesthésique reste trop souvent implicite parmi tous ces schémas inconscients de leur propre mémoire procédurale (porteuse, entre autres, de leur culture d'appartenance, et enfouie sous autant de concepts liés aux différentes théories déclaratives de l'enfance et de l'éducation). Mais s'il se révélait à leur conscience sur un mode explicite, les adultes au contact des bébés pourraient savoir intuitivement, mais sciemment aussi, qu'un nourrisson doit être couché à plat sur le dos pour profiter de sa liberté d'orienter la tête porteuse des sens périphériques; ou encore, qu'il est en insécurité installé assis, même entouré de cales, tant qu'il n'a pas appris par ses propres moyens comment s'ériger à la verticale, ou comment basculer en toute sécurité pour retourner à l'horizontale et se déplacer à volonté. De la même façon, ces adultes cesseraient d'encourager un bébé debout à lâcher ses appuis, mais le féliciteraient plutôt de l'attention qu'il porte à la recherche des endroits les plus appropriés pour y poser son pied en toute sécurité. Le *processus* attentionnel dans la relation à soi serait favorisé dans sa construction, plutôt que l'atteinte d'un objectif qui n'est en réalité toujours que passage. Plutôt que de tenir l'enfant suspendu pour le « faire marcher », on lui proposerait les mains devant lui à sa hauteur : au besoin, il saurait alors qu'il y trouvera un appui, au cas où ses jambes ne seraient pas encore suffisamment coordonnées avec l'ensemble du torse pour assurer le transport du buste érigé à la verticale, dans le déplacement parallèle au sol de ce bassin encore si menu, alors que la colonne vertébrale tangué comme un mât sur sa petite coque.

La matrice de tout schéma d'action — et donc des *processus* continus d'interactions créatives dans l'investigation de son environnement — se trouve dans ces premières coordinations sensorimotrices. Elle intègre, pour en former un tout, les composantes sensorielles, motrices, mais aussi émotionnelles et cognitives de l'expérience de soi dans la rencontre avec le monde, social aussi bien que physique. Ce que nous convenons plus communément d'appeler *apprentissages* ne pourra se fonder que sur cette matrice première.

La citoyenneté commence par la relation à soi...

L'éducation à la citoyenneté ne commence pas avec l'éducation civique à l'école. Elle commence par le modèle et la place que notre monde adulte offre aux enfants, et plus précisément par le modelage des corps d'enfants entre



nos mains bienveillantes, formées à l'impact de notre toucher par lequel nous donnons à vivre son propre corps au bébé. Notre gestuelle dans cette relation participe à forger l'image que se fait le bébé de son corps et de ses propres moyens d'action.

Or, apprenons à questionner cette bienveillance à l'égard des tout-petits : comment façonnons-nous leur corps, et donc leur perception d'eux-mêmes? Quel espace-temps offrons-nous pour qu'ils se vivent, dès le départ, comme disposés — et invités, sollicités même! — à l'action? Si nous prétendons aujourd'hui que le bébé est une personne, alors traitons-le en sujet. Cela nécessite de l'empathie, non seulement émotionnelle, mais sensorielle et motrice. Il nous faudrait prendre au sérieux cette part d'*apprentissage implicite* qui se dessine tout au long de ces premiers mois de vie, ensemble d'expériences donnant lieu à la coordination des mouvements avec la volonté de s'exprimer et d'agir, dans le dialogue de soi-même avec l'autre, en respectant ses propres besoins pour être sensible à ceux de l'autre.

À quelle citoyenneté formons-nous les bébés? Dans le respect des valeurs démocratiques, mais aussi dans un souci de prévention autant à l'égard des professionnels que des bébés qui leur sont confiés, je soutiens qu'il conviendrait d'inclure au plus vite, dans les formations non seulement des éducateurs et éducatrices de jeunes enfants, mais aussi des auxiliaires de puériculture, des puériculteurs et puéricultrices, voire des professeuses et professeurs des écoles, des temps d'expérimentations sensori-motrices qui ne soient pas réduites aux cinq sens que nous savons tous décliner. La prise de conscience par le mouvement du sens kinesthésique et de sa valeur structurante pour le développement du psychisme leur permettrait, par l'expérience vécue et amenée à la conscience, de se faire une image beaucoup plus concrète et différenciée du *holding* ou du *handling*, de l'*ancrage*, de l'équilibre dynamique et de sa *régulation*. Ma propre expérience de psychologue mettant mes connaissances de la méthode Feldenkrais au service de mon travail, aussi bien avec les équipes²¹⁶ qu'auprès des enfants et de leurs parents, me confirme au quotidien que conscientiser une partie de l'implicite permet d'en mieux comprendre la *portée* (aux sens propre aussi bien que symbolique). En effet, ces schémas d'action profondément enfouis dans la mémoire procédurale constituent la base des mouvements d'orientation, et donc de la coordination des facultés attentionnelles et des capacités de concentration. Les apprentissages ultérieurs ne pourront se fonder que sur ces acquis de base, mais si cette base reste négligée dans la représenta-

216. Annette ORPHAL, « Feldenkrais, ancrages et connaissance du corps. Prise de conscience par le mouvement », *Le Furet*, n° 81, association Le Furet (Strasbourg), juin 2016, pp. 18-20.

tion que se font les adultes du développement de l'enfant, à commencer par le bébé, ils risquent de ne pas en favoriser le développement dans le cadre éducatif qu'ils mettent en place.

Bienveillance, bienveillance et citoyenneté ne seront efficaces qu'en leur offrant un ancrage, et celui-ci réside dans une perception du corps, véhicule de base pour toute action, toute régulation, tout projet et toute exécution : connaissance de soi, ouverture à l'autre, efficacité de l'action, plaisir de vivre ensemble, attentifs et attentionnés. La citoyenneté se transmet par les occasions que nous créons et offrons à l'autre, bébé ou adulte, destinées à permettre à chacun de percevoir et d'utiliser son propre potentiel d'action, et de création à son tour...

Bibliographie complémentaire

FELDENKRAIS, Moshe, *Body and Mature Behaviour. A Study of Anxiety, Sex, Gravitation and Learning*, Routledge and Kegan, Londres (Angleterre), 1949.

MONTAGNER, Hubert, *L'Enfant et la Communication. Comment des gestes, des attitudes, des vocalisations deviennent des messages*, coll. « Laurence Pernoud », Stock, Paris, 1978.

ORPHAL, Annette, *Bewegung, Lernen und Entwicklung. Ein praxisbezogener Dialog zwischen der Entwicklungspsychologie nach Henri Wallon und der Feldenkrais-Methode*, Lehmanns Media, Berlin (Allemagne), 2013.

ORPHAL, Annette, « Réflexions inspirées de pratique : portage et double ancrage », *Corpus 7*, n° 67, Association Feldenkrais France (Fouchères), avril 2015, pp. 14-20.

SCHORE, Allan N., *La Régulation affective et la Réparation de soi*, traduit de l'anglais (États-Unis) par le groupe NeuROgestalt, Les Éditions du CIG, Montréal (Canada), 2005.

THELEN, Esther, « Grounded in the world : developmental origins of the embodied mind », *Infancy*, vol. 1, 2000, pp. 3-30.

WINNICOTT, Donald W., « La théorie de la relation parent-nourrisson », *De la pédiatrie à la psychanalyse*, coll. « Bibliothèque Scientifique », Payot, Paris, 1969, pp. 358-378.

ISABELLE GINOT

MILIEUX DU GESTE ET GESTE COMME MILIEU : LA SÉANCE FELDENKRAIS

Les pratiques somatiques sont parfois soupçonnées d'un centrage sur l'*ego*, d'une attention à soi, à « son corps » et à ses sensations qui ressembleraient à une extraction du monde, qu'il soit politique, social, ou simplement matériel. Pourtant, ces pratiques mettent un accent fort sur l'activité de la perception : « sentir », un terme omniprésent dans l'oralité des somatiques, désigne de façon globale — et très vague — une diversité de conduites de la perception. En effet, une part très importante des diverses pratiques somatiques est constituée d'une vaste palette de « techniques » qui visent à diversifier, moduler, élaborer notre activité perceptive, les fondateurs et fondatrices de ces pratiques s'accordant au moins sur un point : notre activité perceptive, et en particulier kinesthésique, est (trop) massivement non consciente, automatisée; et cette automatisation perceptive est à la fois la cause première de nombreux troubles et la ressource première de nos apprentissages. Cette voie perceptive fait de la corporéité des somatiques une corporéité infusée d'environnement, poreuse et attentive à des altérités multiples, que ce soit celle de la gravité, exemple de force à la fois extérieure au corps et profondément inscrite en lui, celle du sol, des objets, dont la matérialité est sollicitée pour informer le sentir, celle des autres participants, celle de l'enseignant, sa voix, ses gestes, son discours, parfois son toucher. C'est aussi celle de « la société », laquelle est parfois décrite comme une altérité négative et néanmoins puissamment présente dans toutes les pratiques. Contrairement à une idée répandue, les pratiques somatiques sont donc travaillées par l'altérité, elles produisent une corporéité inscrite dans un réseau complexe de milieux, ou plutôt, construite *par* un réseau complexe de milieux.



Les travaux du groupe Soma & Po, depuis 2010, s'attachent à expliciter cette structuration politique et écologique des somatiques afin d'en dessiner aussi de nouveaux usages et produire des pratiques somatiques explicitement orientées par un projet politique et écologique²¹⁷.

En m'arrêtant une fois encore sur la méthode Feldenkrais, dont je suis praticienne, je voudrais ici prolonger les travaux de Soma & Po sur cette question du « milieu chez Feldenkrais », en décrivant comment cette « fonction du milieu » s'incarne dans la séance, ou plutôt, organise la séance. Je proposerai ainsi de lire les modalités de la séance collective de Feldenkrais, dite « prise de conscience par le mouvement » (P.C.M.)²¹⁸, selon deux axes : tout d'abord, « le milieu de la séance », où il s'agira de comprendre comment la P.C.M. repose sur la construction d'un milieu très spécifique qui fait pleinement partie de la séance. Ensuite, « la séance par le milieu », où j'espère montrer comment s'incarne, dans la pratique, cette idée de Feldenkrais : « [...] depuis la naissance jusqu'à la mort, on a un circuit fermé de quatre éléments : le squelette, les muscles, le système nerveux et l'environnement²¹⁹ », formule qui revient, avec quelques variations, dans tous ses textes importants.

Milieus de Feldenkrais : détour biographique

Je ferai d'abord un détour par la biographie de Feldenkrais pour faire apparaître le contexte historique et personnel qui fonde son histoire et contraste singulièrement avec les milieux sociaux de la pratique telle que nous la connaissons aujourd'hui. Toute recherche sur Feldenkrais et sa méthode se heurte

217. Voir en particulier Isabelle GINOT (dir.), *Penser les somatiques avec Feldenkrais. Politiques et esthétiques d'une pratique corporelle*, coll. « Lignes de corps », L'Entretiens, Lavérune, 2014.

218. On parle de la « méthode Feldenkrais » pour désigner deux pratiques distinctes : l'une consiste en des séances collectives dites de « prise de conscience par le mouvement » durant lesquelles l'essentiel de l'enseignement consiste en des consignes verbales, sans démonstration du mouvement par l'enseignant. L'autre pratique, individuelle, est appelée « intégration fonctionnelle » ; si le guidage verbal n'en est pas absolument exclu, les séances individuelles passent essentiellement par le toucher. J'emploie le terme « pratique » pour désigner la globalité de l'une ou l'autre ; et je réserve le terme « technique », peu utilisé par les praticiens Feldenkrais, pour les éléments pragmatiques qui composent les savoirs de ces pratiques, techniques concernant le guidage de l'attention, la composition — ou grammaire — des séances, les principes pédagogiques, ou encore, pour la pratique individuelle, les manœuvres précises passant par le toucher (y compris les « modifications du milieu » que constitue l'apport d'objets de supports, de suspension, d'auto-contact, etc.).

219. Moshe FELDENKRAIS, « Man and the world » [1979], dans Elizabeth BERINGER (éd.) *Embodied Wisdom. The Collected Papers of Moshe Feldenkrais*, North Atlantic Books, Berkeley (États-Unis), 2010.





à un paradoxe : l'apparent écart entre la majorité de ses textes, très généraux, théoriques, et la pratique elle-même, dont ses textes disent peu, et qui semble même parfois œuvrer en toute indépendance vis-à-vis des concepts les plus visibles de ses écrits. Il n'est facile ni pour la chercheuse ou le chercheur, ni pour la praticienne ou le praticien Feldenkrais, de comprendre comment la « méthode Feldenkrais » dans son double aspect (séances collectives et séances individuelles) s'articule avec les écrits du fondateur. Comment, par exemple, articuler le « contexte » qui apparaît dans les textes comme chaotique, imprévisible, désordonné, et la pratique qui s'exerce dans des studios feutrés, sur des sols préparés, dans un silence quasi parfait? Comment comprendre sa formule « à condition d'avoir pu changer l'environnement [...] le comportement acquis pourra changer²²⁰ », alors que les séances sont de longues déclinaisons de variations d'un même geste qui semblent ne s'intéresser qu'aux mouvements du corps et aux perceptions qu'ils produisent?

Un éclairage sur ces questions est à chercher dans ce que l'on pourrait appeler « les milieux biographiques » de Feldenkrais : les environnements sociaux, familiaux, politiques et scientifiques qui furent les siens et rendirent nécessaires l'émergence de ce que nous connaissons aujourd'hui comme sa méthode, dont l'élaboration s'étend sur plusieurs décennies au cœur des bouleversements de l'histoire occidentale des années vingt à soixante. Jusqu'à aujourd'hui, le parcours biographique de Feldenkrais était surtout connu du grand public à travers quelques anecdotes : premier Européen à être ceinture noire de judo, blessé au genou, contraint de trouver seul la façon de se soigner face à l'impuissance médicale. Dans le cercle plus restreint des praticiens de la méthode, circulaient oralement d'autres fragments : le voyage à pied de Russie jusqu'à la Palestine à l'âge de 14 ans, le football, les sciences, sa participation au laboratoire des Joliot-Curie. La parution en 2015 du premier volume d'une biographie, *Moshe Feldenkrais: A Life in Movement*²²¹, sort Feldenkrais de cette mythologie fragmentaire pour rendre compte d'un parcours singulier et met en lumière d'une façon très nouvelle l'omniprésence du « contexte » dans la pensée de Feldenkrais. L'ouvrage de Mark Reese, élève et assistant de Feldenkrais, fait une place centrale aux multiples aspects soigneusement documentés du contexte politique, social et personnel de la biographie

220. Moshe FELDENKRAIS, *L'Être et la Maturité du comportement*, traduit de l'anglais par Patrice Auquier, Espace du temps présent, Paris, 1993, p. 15.

221. Mark REESE, *Moshe Feldenkrais. A Life in Movement*, Feldenkrais Resources, Berkeley (États-Unis), 2015.



du fondateur. Il souligne l'enjeu de la survie, omniprésent dès l'enfance (la fuite des pogroms, puis les combats de rue à Tel Aviv), de l'auto-apprentissage (Feldenkrais quitte une famille de rabbins érudits pour rejoindre la Palestine où il est ouvrier du bâtiment et s'instruit seul avant d'intégrer le lycée, gagnant sa vie en donnant des leçons particulières à des enfants de familles riches). Son intérêt très précoce pour l'autosuggestion, la pensée positive et l'hypnose, son insistance à interroger les états de conscience modifiés, la puissance du non-conscient, ne sont pas seulement un débat (et une vive critique) avec les théories de la psychanalyse, mais d'abord une observation sur le terrain des effets délétères de la peur sur les capacités de défense des Juifs, malgré leurs entraînements au combat, dans les conflits avec les Palestiniens, lors des combats de rue qui adviennent régulièrement dans la Palestine sous protectorat britannique de l'entre-deux-guerres²²². Dès 1930, il traduit en hébreu un ouvrage consacré à Émile Coué, qu'il augmente d'un chapitre de son cru. De ses études d'ingénieur en sciences physiques à Paris, qui le conduisent au laboratoire des Joliot-Curie, creuset internationaliste, puis de leur fuite commune vers l'Angleterre lors de la Seconde Guerre mondiale, on retient l'omniprésence de l'enseignement du judo (qu'il enseigne tout en l'étudiant); le souci de l'autodéfense, qui ne cesse de ressurgir : dans la Russie de l'enfance, puis en Palestine, à nouveau dans la France de l'entre-deux-guerres où l'antisémitisme et la xénophobie rendent l'espace public toujours plus dangereux, mais surtout, peut-être, l'immersion dans des communautés successives de chercheurs, d'intellectuels de toutes disciplines, des spécialistes du radium jusqu'aux passionnés de psychanalyse, les partages de connaissances transdisciplinaires, et l'approche expérimentale (assortie d'une constante nécessité de survie économique : il enseigne le judo afin de subvenir à ses besoins; les chercheurs sont à la fois ses élèves, ses cobayes, et les discutants de ses découvertes). Et encore, les débats politiques de cette communauté scientifique qui est aussi une communauté de résistants, de communistes, d'internationalistes.

Cette biographie éclaire la façon dont les textes de Feldenkrais articulent apprentissage, mouvement et environnement : entre événements historiques et obsessions personnelles, Feldenkrais semble explorer une double question : celle de la survie dans un milieu profondément imprévisible et hostile — des pogroms à la traversée de toute l'Europe, des conflits en Palestine à la Seconde Guerre mondiale — et celle des moyens individuels de se libérer des emprises de

222. À ce propos, voir aussi l'ouvrage d'Elsa DORLIN, *Se défendre. Une philosophie de la violence*, La Découverte, Paris, 2017, et particulièrement le chapitre « Testaments de l'autodéfense ».



ces contextes aussi bien socio-historiques que personnels et familiaux. Elle met en scène la quête d'une transformation de soi inextricablement liée à l'histoire collective, mais aussi soucieuse du collectif : la valeur de l'autoapprentissage, celui que l'on ferait hors de la dépendance aux autres — le seul valable — n'efface jamais la nécessité de l'enseignement, la transmission et l'exploration avec les autres. On comprend mieux — ou autrement — les critiques acerbes qui traversent les textes de Feldenkrais quant aux modèles éducatifs transmis par la famille, la société, l'école, et que l'on retrouve souvent dans la parole des enseignants de la méthode durant les séances. Comment cette pratique, élaborée pour répondre, dans le réel, à la violence et au chaos de l'époque, a-t-elle évolué vers la pratique que nous connaissons aujourd'hui, aux espaces feutrés, excessivement apaisés, stables qui « conditionnent » la pratique, environnements en tout point contraires à ceux que décrivent ses textes, et ceux qui marquent la biographie de Feldenkrais lui-même ? Cette belle énigme reste entière à mes yeux, mais devrait au moins nous inciter à penser ces espaces adoucis, apaisés, non pas comme coupés de cet autre monde, le réel, auquel ils offrent un temps de suspension, mais dans une relation qu'il s'agit d'habiter. Quoi qu'il en soit, elle nous incite à nous mettre à l'écoute, aujourd'hui, des échos des milieux qui ont vu naître cette pratique, pour mieux comprendre en quoi elle peut encore dialoguer avec les réels qui sont les nôtres.

Médialités

Carla Bottiglieri, dans son importante étude sur la notion de milieu chez Feldenkrais²²³, observe quatre blocs de « milieux » ou d'environnements dans les écrits du fondateur : le milieu physique, essentiellement gravitaire ; les milieux à la fois naturels et culturels, à l'échelle de l'espèce, qu'il présente toujours dans une dialectique évolutionniste entre héritage phylogénétique et développement ontogénétique ; les milieux socio-historiques (linguistiques, familiaux, historiques, éducatifs, etc.), vis-à-vis desquels il est particulièrement critique ; et, enfin, l'espace d'action, où la boucle sensori-motrice *intègre* le corps et l'environnement. Elle repère aussi le tissage de plusieurs théories de l'environnement dans ces textes, allant de la psychologie pavlovienne à la biologie, aux théories de l'évolution ou à la sociologie, tout en repérant un

223. Carla BOTTIGLIERI, « Médialités : quelques hypothèses sur les milieux de Feldenkrais », dans Isabelle GINOT (dir.), *Penser les somatiques avec Feldenkrais. Politiques et esthétiques d'une pratique corporelle*, op. cit., pp. 77-114.





motif central : le corps, le monde et le sujet constituent une seule entité, qui ne peut être fragmentée et dont la perception est le moteur, et l'action, le terrain d'opération. Carla Bottiglieri offre ainsi une lecture des concepts fondateurs de la relation geste-milieu chez Feldenkrais : un « sens de soi émergent²²⁴ », c'est-à-dire produit par les chaînes d'actions et d'interactions avec le milieu qui fait écho à la notion d'affordance de Gibson, et à la réciprocité, la coémergence du sujet et du milieu ; le système nerveux, comme instance « d'adaptation » du sujet au « chaos » de son environnement, ou encore comme instance de « mise en ordre » d'un milieu compris comme profondément chaotique :

« Le hasard est de règle [...]. Parmi tous les phénomènes que nous pouvons choisir pour les étudier, il y en a peu qui soient prévisibles, ordonnés, stables et invariables. [...] Mais les structures nerveuses recherchent l'ordre, et le trouveront là où il peut être affirmé. Il n'y a que les systèmes nerveux [...] qui ont besoin de cohérence et de continuité de l'environnement²²⁵. »

Cette « mise en ordre » du chaos environnemental par le système nerveux est, selon Feldenkrais, la clef des *processus* d'apprentissages moteur. Enfin, Bottiglieri propose une synthèse des moyens mis en œuvre dans la méthode Feldenkrais pour consolider ou soutenir ces apprentissages moteurs souvent défaillants, et que les textes et la pratique formulent en quelques traits : l'insistance sur « comment le mouvement se fait » (ou « prise de conscience ») plutôt que sur son résultat ; l'autoréflexivité ; et la sélection, pour la pratique, de milieux sur lesquels on peut agir, à savoir, le milieu physique et gravitaire. Enfin, elle insiste sur l'importance, pour comprendre la pratique Feldenkrais, d'une formule qui sera aussi notre point de départ : « [...] à condition d'avoir pu changer l'environnement [...] le comportement acquis pourra changer²²⁶. »

Son étude s'achève par une lecture de la pratique individuelle de la méthode Feldenkrais ; analysant une remarquable vidéo de Moshe Feldenkrais donnant une séance individuelle à un jeune garçon dit « infirme cérébro-moteur », elle invite à penser l'intégration fonctionnelle comme un ensemble de techniques de modulations *du milieu* pour affecter l'organisation motrice de l'enfant.

224. Carla BOTTIGLIERI, « Médialités : quelques hypothèses sur les milieux de Feldenkrais », *op. cit.*, p. 96.

225. Moshe FELDENKRAIS, *L'Homme et le Monde*, cité par Carla BOTTIGLIERI, « Médialités : quelques hypothèses sur les milieux de Feldenkrais », *id.*, p. 97.

226. Moshe FELDENKRAIS, *L'Être et la Maturité du comportement*, *op. cit.*, p. 15.



Milieux de la séance

C'est cette analyse que je voudrais prolonger, dans la suite de cet article, en analysant le versant collectif de la méthode Feldenkrais comme technique de variation du milieu. La « leçon de Feldenkrais » (individuelle ou collective) est conçue comme un temps d'expérimentation, très précis, duquel chaque élève devrait ressortir peu ou prou transformé-e c'est-à-dire, en ayant fait un apprentissage basé sur l'expérience et voué à se diffuser dans son quotidien, affectant ainsi, même de façon imperceptible, la nature de ses liens avec son milieu et sa capacité d'y agir. La-le futur-e praticien-ne est formé-e dans cette perspective : enseigner Feldenkrais, c'est faire sentir, expérimenter, agir, bien plus que transmettre des connaissances (quoique cette dimension ne soit pas absente). La construction de cette expérimentation répond à une structuration technique très précise qu'il s'agit de connaître et mettre en œuvre dans toute sa complexité. Durant les formations des praticien-ne-s Feldenkrais, beaucoup d'attention est accordée à la compréhension de la structure (la composition dans le temps) de chaque séance, de l'arsenal pédagogique très singulier de la méthode, et de ses principes généraux (qui concernent notamment les *processus* de l'apprentissage, la construction du mouvement humain, le rôle du système nerveux, des éléments d'anatomie surtout centrés sur la bio-mécanique du squelette humain). En revanche, les conditions matérielles de la séance sont assez peu commentées dans la formation des futur-e-s praticien-ne-s, si ce n'est sur le mode de l'évidence : chacun-e est supposé-e savoir quel type d'espace et d'équipement convient à une séance Feldenkrais et de fait, les lieux accueillant ces séances se ressemblent en bien des points : silencieux, bien chauffés, équipés d'un sol doux et régulier (le plus souvent un plancher, parfois recouvert de lino ou d'un tapis, ou encore d'un tatami) et disposant de petit matériel destiné à améliorer le confort de chacun-e : tapis individuels, couvertures, coussins, supports divers. Pour une grande majorité des « leçons », les élèves sont allongé-e-s sur le sol (sur un tapis qui délimite ainsi, plus ou moins, leur espace individuel), les yeux fermés; elle-il-s écoutent les indications verbales, énoncées d'une voix calme, ponctuées de silence, par l'enseignant-e qui, souvent, se promène à travers la salle, marchant délicatement entre ses élèves allongé-e-s. Ses indications guident des explorations de mouvement simples, répétitives (« Levez le bras... tournez la tête vers la droite... ») que chaque élève répète à son rythme, tandis que les indications s'enrichissent progressivement de guidance de l'attention proprioceptive (« Que sentez-vous dans l'épaule lorsque votre tête tourne... »); la succession des divers mouvements proposés au fil de la séance vise à explorer progressivement divers



« détails » d'un mouvement (ou coordination) global, aisément reconnaissable par tous comme faisant partie de la vie quotidienne (transferts allongé/assis/debout, rotation, extensions, etc.).

Pourtant, ce milieu physique est un vecteur essentiel des enjeux de la séance, et c'est lui, en premier lieu, qui opère et spécifie la nature de l'expérience, telle que la-le praticien-ne Feldenkrais la construit pour ses élèves. Pour implicites qu'ils soient, les caractères du milieu « physique » de la séance Feldenkrais jouent un rôle-clef dans une dimension très importante de l'apprentissage Feldenkrais, elle aussi quelque peu implicite, qui est celle de l'état de conscience recherché, comme condition nécessaire aux changements.

Abaisser le tonus, favoriser la proprioception

Comme le montre Carla Bottiglieri, Feldenkrais choisit d'interagir avec le milieu physique et gravitaire, précisément parce que c'est celui sur lequel on peut agir. Loin de créer un milieu « chaotique et imprévisible », pourtant, qui reproduirait en quelque sorte le milieu naturel des humains, on peut parler au contraire de « neutralisation » de ce milieu physique. Le sol parfaitement plat et horizontal renvoie à la personne allongée un état des lieux précis de ses appuis à travers ses contacts avec le sol et lui permet d'expérimenter les fines variations de ces contacts qui évoluent durant la séance. L'homogénéité du sol focalise l'attention sur la proprioception et les variations de tonus et de qualité du mouvement, plutôt que d'alimenter un foisonnement d'informations perceptives, comme le ferait une évolution sur un sol varié ou inégal plus proche des sols offerts par la nature. Le sol plat, à la texture douce, tout comme la vocalité apaisante de l'enseignant-e, favorise l'abaissement progressif du tonus, condition à une perception affinée des variations du geste. En effet, tout l'enjeu de la pratique Feldenkrais est de faire percevoir des variations fines, des changements subtils qui soutiennent la réorganisation de l'amorce des mouvements. Cette amorce conditionne l'ensemble du geste, et détermine la qualité et l'efficacité de nos mouvements (y compris de grande amplitude) ; elle échappe cependant à notre conscience la plupart du temps, en particulier dans le contexte de la vie ordinaire, où notre attention est submergée par la diversité des événements perceptifs continus et hétérogènes (« chaotiques », dirait Feldenkrais). Le milieu « neutralisé » d'une séance Feldenkrais, son silence, la raréfaction de tout ce qui n'a pas trait à la leçon en cours, est donc une condition nécessaire à l'expérience que la séance cherche à faire traverser.





Affecter les états « de conscience » pour soutenir le lâcher prise

Plus proche d'une séance de méditation ou d'hypnose que d'une pratique dansée, la séance Feldenkrais se joue dans un espace sonore idéalement silencieux, d'un silence feutré occupé principalement par la voix de l'enseignant-e, qui égrène indications de position et de mouvement, conseils qualitatifs, guidage de l'attention vers des détails perceptifs, et distribution d'informations que l'on pourrait qualifier de « conceptuelles²²⁷ ». Si tous les guidages Feldenkrais se rejoignent dans leur rythme tranquille, les intonations apaisantes ainsi qu'une alternance régulière de parole et de silence, c'est pourtant aussi dans cette nature « verbale » que se jouent le plus de singularités d'un-e praticien-ne à l'autre : singularité des timbres de voix, bien sûr, mais aussi prosodie, organisation du phrasé, tissage entre suspension des fins de phrases, silences, ponctuations, etc. Il y a ainsi une sorte de musicalité très singulière à chaque praticien-ne, qui compose le bain principal de la séance; certain-e-s plus monocordes dont la vocalité semble chercher surtout à encourager l'abaissement du tonus et l'état plus ou moins hypnotique que suscite souvent la séance; d'autres plus « narratif-ive-s », guidant l'attention à travers les sensations comme à travers une enquête policière, ménageant suspens, impasses et succès, soutenant plutôt par là l'attitude d'exploration, de curiosité et de découverte qui est un autre versant de l'attitude attentionnelle requise par la prise de conscience par le mouvement²²⁸.

La vocalité (ou musicalité) singulière de chaque praticien-ne est donc l'un des vecteurs souterrains de l'émergence de cette attitude attentionnelle particulière; un autre de ses vecteurs est le contenu des indications verbales, qui alternent attention large (« Quelle est votre sensation de vous-même aujourd'hui? ») et attention très focalisée (« Que fait votre clavicule droite lorsque vous soulevez votre épaule? »), et, surtout, mise en relation entre ces « focales » attentionnelles (« Que se passe-t-il dans l'ensemble de votre buste

227. Pour une description plus complète des différents types d'indications verbales d'une séance de prise de conscience par le mouvement, voir Isabelle GINOT, « Que faisons-nous et à quoi ça sert », dans Isabelle GINOT (dir.), *Penser les somatiques avec Feldenkrais. Politiques et esthétiques d'une pratique corporelle*, op. cit., pp. 45-57.

228. Pour une analyse de la place de la vocalité dans la conduite d'une séance, voir aussi Violeta SALVATIERRA GARCÍA DE QUIRÓS, « Micropolitiques des affects somatiques », dans Isabelle GINOT (dir.), *Penser les somatiques avec Feldenkrais. Politiques et esthétiques d'une pratique corporelle*, op. cit., pp. 115-161.





lorsque vous soulevez votre épaule? »). Tissé avec un état tonique apaisé, une vigilance plus ou moins relâchée par la fermeture des yeux et le dépôt du poids sur le sol, l'élève de prise de conscience par le mouvement peut fréquemment évoluer dans un état de conscience assez flou, où l'intention de son propre mouvement se confond parfois avec la voix du praticien, au point de ne plus savoir vraiment qui bouge, qui a l'intention de bouger, entre soi et l'autre. Cet état, bien proche de l'état hypnotique, reconfigure radicalement la partition entre soi et l'environnement, sujet et milieu. Cependant, ces états de conscience modifiée ne sont pas, ici encore, un objectif de la séance, mais plutôt l'un de ses outils. De fait, la tradition « narrative » de la conduite d'une P.C.M. fait alterner de tels moments avec d'autres, qui réveillent l'activité cognitive et la conscience vigile : rébus bio-mécaniques imposant une construction quasi théorique du mouvement (« Tournez votre tête à droite pendant que vos yeux et votre bassin s'orientent vers la gauche... »), récits d'anecdotes, blagues, mini-conférence sur des données scientifiques en rapport avec la séance en cours, ou encore intervention verbale ou tactile directe en direction d'un-e élève en particulier : tout cela fait de la séance Feldenkrais classique un parcours « en dents de scie » où l'élève plonge, ou émerge, d'états de conscience variés, et où tout est fait pour explorer différents états du contrôle volontaire du mouvement et de l'attention. Ces variations toniques et attentionnelles font souvent l'objet de malentendus : lorsque nos élèves, invité-e-s en fin de séances à verbaliser leurs ressentis, témoignent d'une sensation de détente ou de décontraction, les praticien-e-s Feldenkrais tiennent souvent à préciser que tel n'est pas le but de la méthode, qui ne doit pas être confondue avec une méthode de relaxation. Cependant, l'abaissement du niveau tonique (ou relaxation) fait partie des conditions que le milieu de la séance « invite » ; tout comme l'exploration d'états de conscience variés, dont Feldenkrais a fait, à travers ses recherches sur l'autosuggestion et l'hypnose, une composante centrale de son travail²²⁹. Induire un état de conscience modifiée, et surtout induire la possibilité de faire varier les états de conscience, plutôt que d'en privilégier un en particulier, fait partie des *conditions nécessaires* à l'apprentissage selon Feldenkrais, et le milieu physique de la séance est conçu pour favoriser ces variations.

229. Voir à ce propos Mark REESE, « Approche verbale de Moshe Feldenkrais dans l'Éducation somatique : parallèles avec l'utilisation du langage par Milton Erickson », Bulletin de l'association des praticiens de la méthode Feldenkrais, 1996, <<http://www.feldenkrais-france.org/wp-content/uploads/2012/06/M.Erickson-M.Feldenkrais-3.pdf>>, consulté le 5 décembre 2018 ; et surtout Mark REESE, *Moshe Feldenkrais. A Life in Movement*, op. cit.



Le contexte de la séance est aussi fait de distribution d'informations; durant les pauses, alors que les élèves sont invité·e·s à observer l'évolution de leurs sensations, des contacts avec le sol, l'enseignant·e peut profiter de ces répit·s pour distribuer des informations « théoriques » : données scientifiques en rapport avec la séance (souvent sur les *processus* neurologiques de l'apprentissage, la formation des coordinations) autant que jugements sur les modes de vie contemporains, nos milieux matériels (commentaires sur le mobilier et leurs effets sur notre mouvement, ou encore sur les rythmes du travail, l'augmentation du temps passé sur les écrans...), l'éducation, la famille, et le conformisme que celles-ci encouragent. Ce tissage entre transmission d'information ou de savoirs constitués, et expérimentation par l'action, sans être propre à Feldenkrais, constitue l'une des caractéristiques de la pratique. On s'arrête rarement sur le contexte particulier de cette « transmission de savoirs », de ces connaissances, parfois normatives, parfois en forte opposition avec les représentations des élèves, mais qui sont données dans un contexte de réception très particulier, où l'activité vigile et critique est souvent diminuée au profit d'un état d'écoute et de réception aiguisé.

Être-ensemble

Enfin, le « milieu de la séance » de P.C.M. configure une façon bien singulière d'être ensemble. Les tapis individuels adoucissent le contact avec un sol souvent dur mais délimitent aussi un espace individualisé — un territoire où l'on est seul, malgré la présence des autres. Les yeux le plus souvent fermés encouragent à un dialogue avec soi-même, médiatisé par la voix de l'enseignant·e, qui exclut la relation avec les autres participant·e·s, à la fois invisibles puisque les yeux sont fermés, et inaudibles puisque, sauf rare exception, la seule voix présente durant la séance est celle de l'enseignant·e. Cependant, les élèves peuvent entretenir une légère activité sonore (frottements sur le sol, bâillements, soupirs, etc.) qui rend sensible leur présence. Par ailleurs, tout·e élève de P.C.M. a eu l'expérience d'entrouvrir un œil pour « voir » ce que font les autres, peut-être avec le diffus et coupable sentiment de faire quelque chose d'interdit, puisqu'il est régulièrement conseillé de « faire ce que l'on comprend » sans chercher à imiter à ce que font les autres. Ainsi, la « communauté » de la séance Feldenkrais est invitée à partager un jugement négatif sur le conformisme, longuement critiqué par Feldenkrais dans ses écrits, chacun·e cherchant à débusquer en soi-même ses propres tendances à vouloir



imiter l'autre, tandis que le mode pédagogique principal de la méthode bannit le recours à la démonstration et à l'imitation²³⁰. Les autres ainsi sont à la fois théoriquement invisibles et potentiellement imitables.

Chacun-e peut avoir l'impression que la voix de l'enseignant-e lui est adressée personnellement ; mais elle se tisse avec une spatialisation souvent autonome, se déplace, change d'orientation, et peut parfois s'adresser explicitement à une seule personne. La configuration spatiale définit ainsi un « être-ensemble » bien particulier à la séance Feldenkrais, seul-e avec soi-même mais baigné-e dans la voix de l'enseignant-e, isolé-e sur un tapis mais parmi d'autres, qui sont parfois très nombreux²³¹. L'expérience d'être en groupe en Feldenkrais est ainsi à la fois solitaire et collective, la voix de la-du praticien-ne est à la fois, ce qui forme le groupe et ce qui isole chacun-e.

La séance par le milieu

Un premier plan de composition de la séance de P.C.M. est donc celui que l'on pourrait appeler son « contexte », transmis par imprégnation de praticien-ne en praticien-ne, et qui joue un rôle crucial dans l'élaboration de l'expérience singulière recherchée par la méthode. L'analyse de ces conditions évidentes, communes avec nombre d'autres pratiques, permet, je l'espère, de comprendre comment ces conditions « évidentes » sont aussi nécessaires et constituent un dispositif indispensable à la production du sentir, propre à l'expérience Feldenkrais²³². L'accueil matériel de la séance, relativement codifié, constitue une première façon de « changer l'environnement » : s'extraire, le temps de la séance, du chaos « naturel » du monde, pour créer un environnement radicalement simplifié sur lequel la séance elle-même va produire des variations simples et ordonnées.

230. Cependant, comme Violeta Salvatierra García de Quirós l'a montré dans « Micropolitique des affects somatiques », *op. cit.*, il faut relativiser cette absence de démonstration, la vocalité de l'enseignant-e, sa musicalité, et la façon dont elle-il occupe l'espace, sont autant de voies détournées pour induire certaines qualités du geste.

231. La dernière formation professionnelle dirigée par Moshe Feldenkrais lui-même, à Amherst (États-Unis), ouvrit en 1980 avec un groupe de plus de 200 personnes.

232. Toutes les pratiques somatiques composent un milieu, comme la méthode Feldenkrais ; cependant, si l'on retrouve presque partout le parquet, les tapis, l'ambiance feutrée, l'observation de certaines différences montrent à quel point chaque pratique cherche, à travers cette composition de son milieu, à produire une expérience spécifique. L'on trouvera ainsi parfois de la musique, et la voix de l'enseignant-e devra se faire entendre par-dessus. Ailleurs, la transmission d'informations passera par la démonstration d'images, la lecture de planches anatomiques, ou la démonstration sur un squelette, et ne cherchera pas à s'appuyer sur un état de conscience modifiée...





Cette « simplification » du milieu physique est nécessaire aux changements fins et précis de l'environnement afin que quelque chose du « comportement acquis » puisse changer. Au-delà de cette composition préalable d'un milieu général, propice à la séance Feldenkrais et qui devient aussi le milieu familier de celles-ceux qui y viennent régulièrement, je voudrais ici entrer dans le fonctionnement de la séance elle-même et observer comment, à l'intérieur de ses techniques, se rejouent deux principes fondamentaux développés dans les écrits du fondateur : d'une part, l'impossibilité de séparer le sujet, le corps et son milieu; d'autre part, la nécessité, pour « changer quelque chose dans le comportement acquis », d'agir non pas sur le sujet, mais sur son environnement. Autrement dit, je voudrais inviter à observer le fonctionnement de la séance Feldenkrais non pas comme une partition pour le corps et le mouvement des élèves, mais comme une partition pour le-s milieu-x de ces corps et de ces mouvements. Autrement dit encore, *renverser radicalement la compréhension de cette pratique, en la pensant non pas comme une technique de corps, mais comme une technique des milieux.*

Rapprocher le sol

La méthode Feldenkrais s'attache, comme toutes les pratiques somatiques, à développer un *sentir* toujours plus affiné, en particulier dans la sphère du kinesthésique et du proprioceptif. Proche des théories de l'énaction de Francisco Varela, Feldenkrais pense la sensation en termes d'action : sentir, c'est activer une relation, c'est une action à part entière²³³. De même, toutes les variations autour de ce que l'on appelle « posture » (terme auquel Feldenkrais préférait celui « d'acture ») sont comprises non pas comme une forme corporelle (plus ou moins penchée, symétrique, verticale, courbée), mais comme un ensemble d'actions. Autrement dit, la pratique Feldenkrais regarde la posture non pas comme une marque identitaire, mais comme une activité; non pas comme une essence, mais comme une construction. La première figure du renversement geste/milieu propre aux techniques Feldenkrais se trouve dans l'usage des supports. La plupart des séances se font dans une posture de référence horizontale : allongé-e sur le sol sur le dos, sur le ventre, sur un côté;

233. Sur la notion d'énaction, ou la perception comme activité émergente, voir Eleanor ROSCH, Evan THOMPSON et Francisco VARELA, *L'Inscription corporelle de l'esprit. Sciences cognitives et expérience humaine*, traduit de l'anglais par Véronique Havelange, coll. « La couleur des idées », Les Éditions du Seuil, Paris, 1993,



l'une des premières tâches confiées à l'attention de l'élève consiste à repérer les zones confortablement déposées dans le sol (en contact avec le sol, déposées dans le sol, étalées sur le sol, etc.), ainsi que les zones qui en sont éloignées (qui ne touchent pas le sol, qui sont suspendues, décollées, à distance, etc.). Contrairement à des techniques correctives qui inciteront à rapprocher activement ces régions du sol (les lombaires et la nuque, par exemple), la pratique Feldenkrais *rapproche le sol du corps* : à l'aide de divers supports mous (coussins, couvertures, tapis) ou durs (briques, livres, rouleaux de polystyrène, etc.), glissés sous les zones en tension, la-le praticien-ne (puis l'élève, lorsqu'elle-il est suffisamment expérimenté-e) vient offrir un sol à ces régions corporelles suspendues — invitant ainsi l'action en cours (maintenir une région soulevée loin du sol) à s'arrêter progressivement, et transformant ainsi, à partir du sentir (je perçois un support différent auquel je peux confier mon poids), la *relation entre l'élève et la force de la gravité*. On verra ainsi souvent, dans un cours collectif, diverses adaptations personnelles, constructions parfois anodines (un rouleau sous les genoux ou les poignets qui ne touchent pas le sol) et parfois spectaculaires (des épaules et une tête soutenues par un amoncellement de supports hauts de plusieurs dizaines de centimètres).

Geste gigogne

C'est peut-être dans « le corps » lui-même que le renversement sujet/milieu est le plus singulier. Au fil des variations guidées de l'attention, de ses focalisations extrêmes alternant, ou se superposant, à des focales très larges, incluant « l'ensemble de vous-même », voire, l'espace du studio en entier, « sa hauteur, l'espace entre vous et les autres, la distance qui vous sépare des murs et du plafond... », les participant-e-s en viennent à expérimenter leur sensation au-delà des limites visibles de leur propre corps, mais aussi, à percevoir ces limites corporelles comme le milieu d'un mouvement, d'une partie du corps, de leur attention elle-même. Incessantes sont les invitations à sentir un petit mouvement (par exemple, un mouvement d'une épaule, voire, d'une partie de l'épaule), puis à percevoir *les effets de ce mouvement dans le reste de vous-même* : les échos dans les régions proches (la nuque, le haut du dos, le sternum, etc.) et moins proches (les lombaires, les contacts des jambes avec le sol, etc.). De fait, le mouvement recherché en Feldenkrais est toujours, dans son idéal, un mouvement global où tout micromouvement se transmet, selon les enchaînements biomécaniques, à travers l'ensemble du squelette conçu comme une chaîne de transmission. Les techniques explicites — celles que



la·le praticien·ne élabore verbalement à l'intention de ses élèves — reposent sur une exploration détaillée des logiques biomécaniques du mouvement : leviers, directions, ancrages, trajectoires spatiales, souvent assorties de précisions anatomiques surtout focalisées sur l'organisation squelettique, d'une part; et le fonctionnement du système nerveux, d'autre part. On apprend, au cours d'une séance, à situer divers détails d'un même mouvement, au sein de son contexte plus large. Autrement dit, à se sentir *milieu de soi-même*, le guidage de l'attention étant le premier instrument de cet apprentissage²³⁴. Pourtant, il ne faut jamais oublier que cette construction explicite, biomécanique et concrète du mouvement est sous-tendue par tout le travail de variation des états de conscience, bien moins audible dans le contenu des indications verbales, mais omniprésent dans le milieu de la séance.

Un second instrument technique est à chercher dans la construction précise des variations elles-mêmes. Les allers-retours de l'attention entre un détail d'un mouvement, et le contexte plus large de l'ensemble du geste sont régulièrement enrichis; par exemple, une première série d'indications va insister sur la perception des échos d'un détail (le mouvement de l'épaule) dans un ensemble (une rotation du tronc, plus ou moins prononcée, en écho et prolongement de ce mouvement de l'épaule). Une seconde série d'indications pourra toutefois inverser cette relation détail/global : l'indication pourrait être, par exemple, d'engager l'ensemble de la rotation du tronc, puis de fixer cette rotation et de ramener l'épaule à son point de départ, alors que l'ensemble reste contraint dans sa rotation. On pourra encore inverser les points fixes et mobiles d'un mouvement, la main habituellement mobile posée sur le sol ou un mur tandis que l'épaule est invitée à se déplacer par rapport à l'extrémité ainsi stabilisée.

Ces jeux sur les inversions entre ce qui est stable et ce qui bouge, entre ce qui est « contexte » et ce qui est « action », construit progressivement un vécu de soi et du mouvement où tout geste peut devenir le milieu d'un autre, où les relations entre la « figure du geste » (l'action conduite volontairement) et la toile de fond posturale (l'ensemble des actions et des états qui s'activent de façon non volontaire) ne cessent de se recomposer à l'intérieur des limites corporelles comme dans l'expérience de soi, inscrite dans le milieu gravitaire élargi au tapis, à l'espace, à l'autre (et notamment la·le praticien·ne), au groupe.

234. Sur les liens entre pensée des somatiques et pensée écologique, voir Joanne CLAVEL et Isabelle GINOT, « L'écologie du geste est-elle écologique? », *Revista Brasileira de Estudos da Presença*, vol. 5, n° 1, Universidade Federal do Rio Grande do Sul (Porto Alegre [Brésil]), janvier-avril 2015, pp. 85-100.





Renverser les milieux spatiaux et gravitaires

Nombre de séances sont ainsi construites sur un même mouvement, longuement répété mais dans un contexte « positionnel » changeant : une coordination est considérée comme acquise, selon Feldenkrais, lorsqu'elle est accessible dans n'importe quelle orientation spatiale et gravitaire. À l'intérieur d'une même séance, ou encore au fil d'une série de séances, on explorera ainsi le même mouvement dans des configurations gravitaires variées : allongé sur le dos, puis sur le côté ou sur le ventre, assis sur le sol, sur une chaise, à quatre pattes, debout, etc. Inversions, changements d'axes, renversements des appuis : la « simplification » du milieu physique de la séance permet la complexification à l'extrême des *relations* entre soi et ce milieu qui peut aller jusqu'au renversement des rapports stabilité/mobilité avec l'introduction de supports instables tels que des rouleaux qui amènent à expérimenter un sol mouvant. À travers ces variations, ce qui se construit, c'est un savoir relatif, où soi et le monde entretiennent des relations changeantes, où les attributs (stable/mobile, contraint/libre, permanent/impermanent) permutent et s'échangent et où, donc, les limites corporelles peuvent être perçues alternativement comme frontières à l'intérieur desquelles, ou à travers lesquelles, les échanges se produisent.

Milieux de la série

Ce réseau relationnel entre « détails » et « ensemble » s'exerce dans la dimension spatiale, mais aussi temporelle. La pratique Feldenkrais fonctionne par séries : série d'un mouvement, détaillé ou global, répété de nombreuses fois afin d'en explorer les variations possibles ; séries de séances, qui déclinent un même thème dans des conditions chaque fois différentes. Le cœur de la pratique se trouve dans l'expérimentation des « différences » : revenir au même mouvement et observer comment il se situe dans l'ensemble de la série qu'on a expérimentée, en quoi il est singulier, ou au contraire semblable à d'autres ; observer « les traces » que ce mouvement laisse, à chaque pause, dans les contacts avec le sol. Tout mouvement n'existe ainsi qu'« au milieu » d'une série plus grande, et est voué à devenir « le milieu » d'un autre mouvement, d'un autre détail, d'une autre série ; l'observation de ce retour au « même » mouvement est l'une des clefs de l'apprentissage : à chaque retour à une variation qui sert de point de référence, l'élève expérimente surtout les changements de ce « même » mouvement, qui ne cesse de se recomposer au fil des changements perceptifs et coordinatifs induits par la série : appuis différents, diminution de la sensation d'effort pour effectuer





le mouvement, conceptualisation différente des trajectoires spatiales les plus adéquates, sont autant de découvertes qui ne cessent de resituer différemment l'ancrage d'un « même mouvement » dans son ensemble plus large.

Milieux de la voix

Enfin, ce paysage des milieux composés par la séance Feldenkrais ne serait pas complet sans considérer la multiplicité encore incluse dans le flux verbal et sémantique distillé par l'enseignant·e; Violeta Salvatierra García de Quirós a montré à quel point la vocalité et les paroles de la·du praticien·ne, durant la séance, constituent une forme de bain ou de milieu à la fois tonique, affectif, symbolique, pour le geste de chaque élève. À cela s'ajoutent ses déplacements dans l'espace, physique lors de ses trajectoires, mais aussi sonores selon la façon dont elle·il dirige sa voix; et encore, les modalités de son regard, lequel navigue également entre un·e élève particulier·ère et l'ensemble du groupe, un détail du mouvement et sa globalité. Tandis qu'une part des consignes sont des énoncés précis et détaillés (bouger une partie précise du corps dans une direction précise), dans un premier temps l'enseignant·e peut vérifier du regard si la consigne a été comprise (l'ensemble des élèves effectue bien le mouvement décrit), mais va surtout suivre du regard la façon dont le mouvement énoncé trouve écho, se généralise ou au contraire rencontre des freins dans la globalité de chacun·e, et dans l'ensemble du groupe. Son regard suit ainsi les mêmes alternances focal/global, individuel/général, précis/flottant, que l'attention perceptive des participant·e·s à la séance.

Mais le discours qui porte les séances de Feldenkrais ne concerne pas seulement le mouvement, la sensation, l'espace, les appuis. Fréquemment, l'enseignant·e suspend le fil du mouvement en cours pour raconter une anecdote, relier le mouvement étudié avec une situation concrète du quotidien, souvent par le biais d'une critique des normes sociales ou éducatives. Je ne reviendrai pas ici sur la dimension normative et dogmatique contradictoire avec l'ensemble du projet Feldenkrais que prennent parfois ces commentaires²³⁵; mais par le biais de ces messages, qui varient de l'anecdote personnelle à la transmission d'information scientifique ou encore au jugement moral, c'est un autre genre d'espace, de milieu, qui s'infiltré dans la séance. Conçu comme une bulle

235. Isabelle GINOT, « Discours, techniques du corps et techno-corps », dans Paule GIOFFREDI (dir.), *À l'ar/encontre de la danse contemporaine. Porosités et résistances*, coll. « Le corps en question », L'Harmattan, 2009, pp. 265-293.





à l'écart du chaos quotidien, inventant les conditions d'une nouvelle traversée des apprentissages du geste, le studio de Feldenkrais se fait, par le biais de ces messages, poreux à ce monde dont il extrait les participant·e·s pour le temps de la séance²³⁶. Les sensations intimes et singulières d'un moment, d'une situation gestuelle — possiblement expérimentée dans un état proche de l'hypnose par certains des participant·e·s — seront parfois aspirées dans une situation générale et mondaine, comme lors de séances autour de la position assise sur une chaise au sein de laquelle des remarques sur les usages du mobilier, les activités professionnelles de chacun·e, notre culture assise pourront être entendues. La conduite intime que chaque participant·e engage vis-à-vis des consignes, pourra être rapportée, voire catapultée, dans le cadre plus large de nos conformismes actuels ou anciens vis-à-vis de notre entourage social (famille, école, figures d'autorité). Ces excursions du discours de la séance dans un ailleurs du studio, et dans des temporalités échappant au présent de la séance, ne sont pas seulement des idiosyncrasies d'un·e praticien·ne qui, par distraction ou goût du spectacle, sortirait de son rôle et perdrait le fil de la séance. Au contraire, ces excursions dans le monde général — qui peuvent aussi apparaître comme des intrusions de ce monde général dans l'intimité de la séance — font partie des techniques propres à la méthode. Elles sont l'un des moyens de tresser ensemble, au sein de la séance, les différents milieux humains qui importent à Feldenkrais²³⁷ et de le faire par le biais de l'expérimentation, de l'action, de la sensation et de la cognition. Très peu travaillées au sein des formations des futur·e·s professionnel·le·s, elles cristallisent parfois ce fameux conformisme qu'elles sont censées désamorcer, par la répétition d'une rhétorique de la généralisation ou du récit anecdotique où la·le praticien·ne hérite d'une tradition peu interrogée; mais elles sont surtout, me semble-t-il, l'un des espaces à cultiver, l'un des espaces dans lesquels peuvent se réélaborer les porosités entre les milieux de la séance et ceux du monde social, et l'un des leviers d'un usage politique des pratiques somatiques à réinventer à l'aune de notre contemporain et des projets d'émancipation que nous nourrissons au sein de nos pratiques.

236. La question du « transfert des apprentissages » est d'ailleurs un souci permanent des praticien·ne·s : à quelles conditions les apprentissages (re)faits dans le milieu protégé de la séance, peuvent-ils se maintenir, se prolonger, laisser des traces lorsque l'on revient aux habitudes du milieu ordinaire?

237. Joanne Clavel a montré que malgré nombre de convergences de la pensée de Feldenkrais avec les perspectives écologiques d'aujourd'hui, sa pensée du vivant demeure profondément anthropocentrée et hiérarchisée. Voir Joanne CLAVEL, « Les sciences dans les écrits de Feldenkrais », dans Isabelle GINOT (dir.), *Penser les somatiques avec Feldenkrais. Politiques et esthétiques d'une pratique corporelle*, op. cit., pp. 27-43.





SYLVIE FORTIN

REPÈRES POUR UNE APPROCHE ÉCOSOMATIQUE DE L'ÉDUCATION SOMATIQUE

L'université du Québec à Montréal offre, par le biais de son service aux collectivités, un soutien aux groupes de femmes issus du milieu communautaire²³⁸ pour réaliser des projets en partenariat conjuguant savoirs universitaires et citoyens. Les nouvelles connaissances qui résultent de cette coopération université-milieu visent à répondre aux impératifs de changements des collectivités concernées. C'est dans ce contexte que, dans les dernières années, j'ai dirigé trois recherches-actions afin d'offrir à des groupes de femmes en situation de fragilité l'occasion de faire l'expérience de la méthode Feldenkrais. Ces projets constituent pour moi un positionnement politique, que le colloque m'a amenée à qualifier d'« écosomatiques ». Dans cet article, plutôt que de présenter les résultats des trois recherches comme tels²³⁹, j'offrirai quelques repères me permettant de soutenir ces affirmations. Autrement dit, de mon expérience de terrain, je dégagerai quelques pistes de réflexions pour répondre à une question à la base de cet ouvrage : comment les pratiques somatiques peuvent-elles constituer un positionnement politique qui s'insère dans un paradigme écologique de la santé? Ceci m'amènera à toucher aux enjeux éthiques qui se posent avec acuité dans cette approche méthodologique basée sur la reconnaissance et l'intégration d'un savoir fondé sur l'action, la construction d'un *processus* démocratique et l'engagement des chercheurs par rapport à la cause des participants à la recherche.

238. Par « milieu communautaire », nous entendons des groupes sociaux non traditionnellement desservis par les universités.

239. Je remercie grandement les comités d'encadrement et les participantes aux trois recherches-actions. Les rapports de recherche sont disponibles sur demande en écrivant à : fortin.sylvie@uqam.ca.





La première recherche-action a été réalisée en 2009-2010 avec l'association Anorexie boulimie Québec²⁴⁰. Le but était d'offrir à une quinzaine de femmes souffrant de troubles de comportement alimentaire l'occasion de pratiquer la méthode Feldenkrais et de recueillir leurs perceptions des impacts possibles sur leur vie. Une deuxième recherche-action s'est déroulée à la maison d'hébergement l'Entre-Deux en 2011-2012²⁴¹. Un but similaire était poursuivi, soit celui de faire vivre à une dizaine de femmes diagnostiquées « en état de dépression » des ateliers en éducation somatique et d'en cerner des impacts possibles sur leur vie. Quant à la troisième recherche-action, elle a pris place en 2013-2014 avec une trentaine de membres de l'association de la fibromyalgie, région Montérégie²⁴². Certaines de ces femmes pratiquaient la méthode Feldenkrais depuis quelques années et elles désiraient améliorer leurs capacités à transposer au quotidien les apprentissages issus de leurs cours hebdomadaires. Le but de la recherche-action était donc le développement de stratégies de transfert des apprentissages à leur vie quotidienne.

Les trois projets de recherche-action, d'une durée variant de 18 à 20 semaines, ont été réalisés dans la région montréalaise (Québec, Canada) suite à la demande des groupes de femmes qui, par la suite, ont participé à toutes les étapes décisionnelles de la recherche-action. Ce type de recherche-action se distingue d'autres formes de recherche par sa nature collaborative et « son objectif premier de produire un changement dans une situation concrète²⁴³ ». Pour ce faire est mis en place un *processus* cyclique comprenant des allers-retours constants entre la réflexion et l'action, avec une grande importance accordée aux perceptions données aux actions par les partenaires communautaires et universitaires impliqués en coconstruction du savoir. Les participantes sont considérées détentrices de connaissances dont il s'agit justement de permettre l'expression, ce qui participe d'un déplacement épistémologique des rapports traditionnels entre la pratique et la théorie.

Dans les trois recherches-actions, les participantes ont en effet eu l'occasion de s'exprimer sur leurs vécus en prenant une distance avec les discours dominants médicaux et psychologiques qui balisent souvent les propositions

240. Voir <<http://www.anequebec.com/html/fr/accueil/accueil.html>>. Consulté le 30 novembre 2018.

241. Voir <<http://tcgfm.qc.ca/membres>>. Consulté le 13 décembre 2018.

242. Voir <http://www.fibromyalgiemonteregie.ca/_home>. Consulté le 30 novembre 2018.

243. Jacques CLÉMENT et André DOLBEC, « La recherche-action », dans Thierry KARSENTI et Lorraine SAVOIE-ZAJC (dir.), *La Recherche en éducation. Étapes et approches*, coll. « Enseigner et apprendre », Les presses de l'université de Montréal, Sherbrooke (Canada), 2004, pp. 181-208.



théoriques des troubles du comportement alimentaire, de la dépression et de la fibromyalgie. Cela n'équivaut pas à dire qu'aucune théorie n'inspirait nos actions, au contraire. Susan Bordo²⁴⁴ a mis en évidence comment, à différentes époques, les femmes ont été touchées par différentes maladies sociétales. Elle a fait une genèse sociale de l'hystérie, l'agoraphobie et l'anorexie qui ont marqué successivement le XX^e siècle, et présente ces pathologies comme une cristallisation complexe de culture. Ses idées ont fécondé nos travaux qui appréhendent le corps comme expérience phénoménologique autant que comme lieu incarné de la vie sociale. Il nous importait de saisir ces « maladies sociétales féminines » par l'expérience du corps sujet. D'entrée de jeu, nous révoquons l'idée d'une subjectivité anorexique, dépressive ou fibromyalgique unifiée. Nos travaux visaient à mettre en lumière la variété des expériences, subjectives, intimes, incarnées, uniques et inséparables du contexte qui leur donne sens.

La méthode Feldenkrais d'éducation somatique se prêtait bien à nos objectifs car, au nombre des principes de cette pratique de conscience corporelle, se retrouvent l'utilisation de stratégies de changement axées sur l'exploration de soi par le mouvement (si minime soit-il), le désir d'expression subjective à la première personne (le mot « soma » signifiant « le corps perçu de l'intérieur ») et une visée d'autorégulation et d'autonomisation des individus (*empowerment*). Initialement intéressé·e·s par l'expérience phénoménologique au service du mieux-être individuel, les adeptes de l'éducation somatique élargissent de plus en plus leurs interventions à des préoccupations sociales, car les inscriptions corporelles de l'oppression peuvent être abordées par un travail d'acuité sensorielle qui résulte en une optimisation de l'action.

Dans les trois recherches-actions réalisées, les femmes étaient guidées par nos consignes verbales et elles exploraient, à leur rythme et à leur façon, des mouvements simples et doux. Un sentiment de bien-être est généralement ressenti dans un cours d'éducation somatique, mais il nous fallait vérifier si cela était ou non le cas avant de porter notre attention sur les possibles impacts de l'éducation somatique dans la vie quotidienne. Pour connaître leur vécu, dans les cours et hors les cours, une grande variété d'instruments de collecte de données qualitatives a donc été utilisée : questionnaire, entrevue individuelle, enregistrement audio des séances, notes d'observation des professeurs, *verbatim* des discussions de groupe en classe, journal de bord et témoignage

244. Suzan BORDO, *Unbearable Weight: Feminism, Western Culture, and the Body*, University of California Press, Berkeley (États-Unis), 1993.

poétique. Ceci m'amène à identifier un premier repère pour une approche écosomatique : l'importance de faire un usage critique et créatif de nos méthodes de travail.

Premier repère : faire un usage critique et créatif de nos méthodes de travail

Une particularité du projet avec l'association Anorexie boulimie Québec a été de convier les participantes à s'exprimer sur un forum en ligne accessible en tout temps. Elles pouvaient échanger entre elles et échanger avec les professeurs. Pour certaines participantes, ce forum informatique s'est révélé étonnamment éloquent car écrire seule à la maison, à trois heures du matin tourmentée par une insomnie, comparé au fait d'écrire à la fin d'un cours de Feldenkrais, dans le climat sécurisant du cours de groupe hebdomadaire, révèle des propos fort différents. Ceci dit, la plupart des messages écrits sur le forum étaient le plus souvent courts, concis et formels. Les participantes s'appliquaient à répondre à une question hebdomadaire posée par les professeurs sans s'exprimer davantage. Ce n'est qu'à la treizième semaine que les échanges entre les participantes ont vraiment débuté, ce qui donne à penser que les participantes ressentaient le besoin de se connaître davantage entre elles avant de s'avancer à partager des propos plus libres et plus intimes sur le forum. Si ce dernier offrait une possibilité de partage, il avait aussi potentiellement comme inconvénient d'amener les participantes à se comparer. Quelques-unes ont témoigné à quelques reprises de la crainte de ne pas avoir une expérience semblable à celle des autres, ce qui les freinait à témoigner ouvertement de leurs expériences. La plate-forme électronique a donc été une source de données valable mais présentant des limites, ce qui nous a motivées à tenir une série d'entrevues individuelles. D'une durée moyenne d'une heure, ces entrevues étaient basées sur un guide d'entrevue uniforme pour chaque participante et d'une section individualisée pour permettre aux chercheuses de recueillir des témoignages plus précis et complémentaires à ceux recueillis sur le forum.

Par contre, les femmes souffrant de dépression, en séjour interne pour 15 semaines à la maison d'hébergement l'Entre-Deux, étaient incapables d'utiliser un tel outil informatique du fait des exigences cognitives que cela demandait. Leurs expériences ont donc été principalement recueillies par le journal de bord et des discussions avant ou après les cours. Ici encore, nous avons

constaté l'importance d'une diversité de données pour arriver à bien cerner les dynamiques en action et leur portée expérientielle aux différents moments du parcours des participantes. Leurs états dépressifs et anxieux étaient plus présents dans le journal de bord, et souvent accompagnés de souvenirs de comportements obsessifs alors qu'en discussion de groupe, les femmes parlaient surtout d'expériences corporelles positives et bienfaitantes.

Une approche écosomatique de la pratique somatique invite à mettre en place une multiplicité de sources de rétroaction pour tenter de tenir compte de l'ensemble des expériences des personnes. Dans plusieurs pratiques somatiques, la fin des cours comporte un temps de verbalisation plus ou moins long. Nos études ont mis en lumière à quel point une prise de parole limitée au contexte de fin de classe était réductrice de la gamme de sentiments vécus par les participantes. De plus, favoriser chez les participantes une multiplicité de paroles nous amène, comme professeures, à élargir le regard réflexif et critique que nous posons sur nos actions. Cette possible reconfiguration professionnelle peut nourrir nos rapports avec les autres intervenant-e-s du milieu du soin ou de santé dans lequel nous travaillons. Ceci n'est pas anodin puisqu'une approche écologique de la santé se définit par la prise en compte de la complexité des liens entre l'individu et son milieu. Il devient dès lors impératif que les différent-e-s partenaires impliqué-e-s dans un projet se soucient et s'adaptent aux réalités des un-e-s et des autres.

Deuxième repère : s'adapter aux environnements des différent-e-s partenaires

En recherche partenariale avec des groupes communautaires vivant des problèmes de santé, les principaux défis d'adaptation que nous avons rencontrés ont été d'ordre culturel, temporel et financier. La première adaptation a été de s'assurer d'une communication claire entre les partenaires grâce à un référent langagier partagé. Un exemple tiré du projet avec l'Association de la fibromyalgie servira à illustrer l'importance d'une terminologie commune. Comme éducatrices somatiques, nous abordions les personnes qui souffraient de troubles de comportement alimentaire, de dépression ou de fibromyalgie non pas comme des « malades » à guérir mais plutôt comme des personnes avec des potentiels à développer. Tout en adhérant complètement à cette prémisse, les membres de l'Association de la fibromyalgie préféraient présenter la fibromyalgie en termes de maladie du fait de la bataille ardue qu'elles mènent pour revendiquer leur douleur comme légitime au regard du corps médical, position



à laquelle nous nous sommes ralliées. Il est fréquent en recherche-action que les partenaires se trouvent confronté-e-s à des différences de vocabulaire liées à un capital culturel distinct. Isabelle Ginot²⁴⁵ mentionne d'ailleurs l'importance de franchir cet écueil dans son travail avec des personnes touchées par le V.I.H. en contexte hospitalier et associatif.

Une seconde adaptation entre les partenaires a été motivée par des différences de temporalité. Avec les femmes souffrant de trouble du comportement alimentaire, nous avons prévu de terminer la recherche-action en décembre mais, à l'approche de Noël, les femmes nous ont exprimé leur crainte face aux repas festifs à venir et nous avons ensemble décidé de terminer le projet à la mi-février. Elles avaient besoin de plus de temps pour reconquérir un certain contrôle sur leur vie. Du côté universitaire, il a été relativement facile de demander une prolongation du certificat éthique, l'université au Québec étant structurée sur des sessions de 15 semaines.

Enfin, la situation financière des partenaires communautaires nous a amenées à des actions concrètes pour un traitement équitable lors d'activités de diffusion des résultats de la recherche. Nous avons dû militer fermement car les frais d'inscription aux colloques scientifiques étaient trop considérables pour les organismes communautaires qui œuvrent dans des milieux vulnérables marqués par la pauvreté et qui vivent en partie de levées de fonds publics et de soutiens gouvernementaux. Une approche écosomatique exige de mettre en place des procédures pour que l'ensemble des personnes ait voix au chapitre. Il nous paraissait important que les partenaires soient présent-e-s aux activités de diffusion. Après de nombreuses demandes, un tarif réduit a été mis en place pour faciliter leur participation.

Troisième repère : adopter une posture de travail claire et inclusive

Le prochain repère pour actualiser une approche écosomatique de la pratique somatique consiste à adopter une posture de travail claire et inclusive. Une approche écosomatique en milieu de soin et de santé implique non seulement de travailler à l'intersection de l'éducatif et du thérapeutique mais aussi de

245. Isabelle GINOT, « Body schema and body image. At the crossroad of somatics and social work », *Journal of Dance and Somatic Practices*, vol. 3, n° 1-2, Intellect (Bristol [Angleterre]), 2011, pp. 151-165.



tenir compte des possibilités et des contraintes de transfert d'apprentissage des personnes dans leur quotidien. Pour les éducateur-riche-s somatiques, le mouvement est un lieu d'intervention concret et privilégié car nous croyons que l'amélioration d'une fonction motrice, quelle qu'elle soit, affectera fort probablement la personne dans ses dimensions physiques autant que psychologiques, sociales ou spirituelles. Par exemple, diverses activités de mouvements peuvent être présentées à une personne montrant une respiration déficiente pour qu'elle chemine vers un mouvement diaphragmatique plus fonctionnel, parce qu'un diaphragme apaisé sera accompagné de cognitions moins anxieuses. Ceci dit, une femme peut faire l'expérience d'une respiration profonde, d'un changement postural ou d'une variation tonique dans le contexte sécurisant d'un cours de groupe, mais de retour dans son milieu familial avec un-e partenaire violent-e, ou de retour dans son milieu de travail avec des collègues hostiles à des changements de l'identité professionnelle, cette femme se retrouvera peut-être privée de l'espace émotionnel requis pour intégrer les expériences vécues lors des cours d'éducation somatique. Dans les trois recherches-actions, nous avons pu constater que le rapport au corps des femmes s'inscrivait dans une complexité de relations sociales et, de ce fait, les changements devaient se faire au diapason de ce que la personne et son milieu étaient capables d'intégrer. Une approche écosomatique de l'éducation somatique doit tenir compte de la capacité à transposer ses apprentissages dans son milieu de vie.

Quatrième repère : miser sur les expertises complémentaires des partenaires

En recherche-action, les partenaires ont souvent des expertises complémentaires, ce qui permet d'apprendre et de bénéficier des compétences des un-e-s et des autres. Le prochain repère consiste à miser sur les expertises complémentaires des partenaires tout en affirmant la singularité de chaque contribution. À titre d'illustration, mentionnons qu'avant le début de la recherche-action avec l'association Anorexie boulimie Québec, l'étudiante universitaire et moi-même, qui enseignions les cours hebdomadaires, avons reçu une formation pour mieux connaître les troubles de comportement alimentaire. Au tiers du projet, nous avons consulté la coordonnatrice clinique de l'association Anorexie boulimie Québec afin d'obtenir des conseils pour accompagner une participante qui vivait, comme problème concomitant à son trouble alimentaire, des épisodes de dissociation. Leur expertise en santé mentale fut des plus aidantes.



Ceci dit, il est souhaitable de cultiver un sens aiguisé des singularités de sa propre expertise. Lors de la formation donnée par l'association Anorexie boulimie Québec, il nous avait été recommandé d'éviter tout contact tactile avec les femmes car plusieurs d'entre elles avaient subi des abus sexuels. Cependant, une compétence de l'éducateur-riche somatique est justement la maîtrise de différents types de toucher pour aider l'apprentissage somatique. Après avoir demandé la permission aux participantes, nous avons ajouté cette modalité à nos échanges. Toutes ont dit apprécier grandement. Évidemment, les membres du comité d'encadrement ont été mis-es au courant de ce changement car la transparence du *processus* est primordiale. De cette expérience, nous retenons l'importance de s'appuyer sur les acquis de nos formations et de reconnaître les spécificités de nos savoirs du geste.

Cinquième repère : reconnaître les spécificités de nos savoirs du geste

Selon nos formations artistiques ou somatiques, nous avons développé le potentiel d'être nous-mêmes un outil méthodologique d'un grand raffinement. Nous avons cultivé, entre autres, notre sens de l'écoute, de l'observation et du *timing*. Deirdre Sklar en parle en termes d'« empathie kinesthésique (*“kinesthetic empathy”*²⁴⁶) » alors que Thomas J. Csordas parle de « modes d'attention somatiques²⁴⁷ ». Les artistes et les éducateur-riche-s somatiques me semblent donc avantagé-e-s lorsque vient le temps de faire de la recherche-action durant lequel les sens jouent un grand rôle dans la collecte de données. Évidemment, nous ne sommes pas à l'abri d'un faux pas. À une occasion, j'ai heurté une participante en lui faisant une proposition qui ne lui convenait pas. La proposition d'ouvrir les bras, anodine pour plusieurs femmes, avait éveillé chez elle une grande charge émotive car cela correspondait à sentir et dévoiler sa poitrine, expérience qu'elle détestait. Parfois, de nouvelles perceptions de soi entraînent chez les participantes des questionnements identitaires qui nécessitent, de la part des professeures, de doser prudemment les expériences proposées lors des cours afin de ne pas déstructurer la personne corporellement autant que psychiquement. Suite à cet événement, nous avons été fort vigi-

246. Deidre SKLAR, « Can bodylore be brought to its senses? », *Journal of American Folklore*, vol. 107, n° 423, American Folklore Society (Texas [États-Unis]), 1994, pp. 9-22.

247. Thomas J. CSORDAS, « Somatic modes of attention », *Cultural Anthropology*, vol. 8, n° 2, American Anthropological Association (Arlington [États-Unis]), 1993, pp. 135-156.





lantes à aller vérifier auprès des femmes la valeur positive, négative, neutre ou autre qu'elles attribuaient aux différents états de corps dans lesquels la pratique somatique les menait. Adopter une perspective écosomatique en situation de recherche partenariale lors de cours de groupe en éducation somatique avec une population fragilisée interpelle la capacité de tous-tes les acteur-ric-e-s de tolérer l'ambiguïté. Nos formations artistiques ou somatiques nous ont probablement appris à gérer l'incertitude et préparé-e-s à soutenir les *processus* imprévus de la recherche partenariale.

Sixième repère : ne pas prédire les résultats

J'emprunte le sixième repère à Moshe Feldenkrais qui suggère, dans un document publié en 1981 intitulé *Apprendre à apprendre*²⁴⁸, de ne pas prédire les résultats de l'enseignement parce qu'en les prédisant, les apprenants atteindront peut-être un niveau inférieur à leur potentiel. Dans les trois recherches-actions, nous avons eu l'occasion de vérifier la pertinence de ce repère. Nous avons rencontré des femmes qui se coupaient de leur corps parce qu'il n'offrait aucun ressenti. D'autres se coupaient de leur corps parce qu'il gardait les horreurs du passé, les marques de parents abuseurs ou du mari harceleur pour ne citer que ces deux cas de figure. Malgré cela, ces femmes se sont inscrites volontairement à la recherche-action car elles comprenaient qu'un *processus* vers la vie impliquait de se reconnecter à son corps, d'être capable d'y toucher, d'être capable d'en prendre soin, de le nourrir sainement et de le mouvoir consciemment. Dans les cours hebdomadaires, ce n'était pas toujours facile.

Au début du projet, plusieurs participantes expérimentaient des sensations désagréables de douleur. Les sensations déplaisantes ressenties s'atténuaient toutefois et, au fil des semaines, ce sont davantage des sensations agréables de détente et de douceur qui ont été exprimées. Hors des cours, l'impact des rencontres hebdomadaires était étonnamment multidimensionnel. Par exemple, pour atténuer les états dépressifs, certaines femmes ont repris à la maison des mouvements faits en classe, ce qui a eu pour effet de diminuer les ruminations négatives. Dans les trois groupes, les femmes répétaient rarement à la maison le cours hebdomadaire comme tel.

248. Moshe FELDENKRAIS, *Learn to Learn*, 1980 [1975]. Voir : <<https://www.feldenkraisresources.com/Learn-to-Learn-Feldenkrais-Booklet-p/1160.htm>>. Consulté le 30 avril 2017.





De façon remarquable, le groupe de femmes vivant avec la fibromyalgie s'est distingué par sa capacité à transposer les métathèmes pédagogiques des cours hebdomadaires. Elles se souvenaient de faire leurs activités quotidiennes plus lentement, de réduire l'effort déployé en toutes choses, de prendre des pauses fréquentes, etc. Les métathèmes, définis comme des indications spécifiques sur la manière d'exécuter les mouvements, et par ricochet sur la manière de gérer diverses situations de la vie, sont devenus une sorte « de philosophie de vie » ou d'« art de vivre ». Ils prenaient place dans les déplacements de la personne, dans l'exécution de ses tâches domestiques, dans ses relations interpersonnelles, dans la gestion de sa vie privée et professionnelle ou encore dans ses prises de décision — pour ne citer que ces exemples. Ce transfert des apprentissages dans la vie quotidienne, non pas des mouvements Feldenkrais comme tels mais plutôt des métathèmes, mérite que l'on s'y attarde.

Les métathèmes ne doivent pas devenir une nouvelle norme imposée en toutes circonstances ou un dogme arbitraire pour tous. Isabelle Ginot²⁴⁹ explique très bien comment les conditions d'apprentissage de la pratique somatique peuvent porter des injonctions normatives inappropriées au contexte de vie quotidien des apprenant-e-s. Considérer les métathèmes comme un « bon art de vivre » par rapport à un « mauvais art de vivre », pour tous et en toutes circonstances, serait contradictoire avec la méthode Feldenkrais qui fait la promotion de l'écoute de soi pour choisir ce qui convient le mieux à chaque individu.

Comment expliquer que les femmes de l'Association de fibromyalgie se soient ainsi distinguées des autres femmes de l'association Anorexie boulimie Québec ou de la maison d'hébergement l'Entre-Deux? Est-ce relié au fait qu'elles pratiquaient la méthode Feldenkrais depuis plusieurs années? Aux caractéristiques de l'enseignement de leurs professeures pendant ces années? À une incitation inopinée de la recherche-action? Aux caractéristiques de leur maladie? Cette dernière supposition est plausible car les métathèmes de la méthode Feldenkrais offrent peut-être aux personnes souffrant de fibromyalgie ce dont elles ont besoin, du fait justement de leur condition fibromyalgique. Les divers écrits scientifiques, autant que nos données de recherche provenant des entrevues, journaux de bord et discussions de groupe, s'accordent à dire que pour éviter les crises fibromyalgiques il faut s'en tenir à une activité motrice modérée. Or, il semblerait que de nombreuses personnes atteintes de

249. Isabelle GINOT (dir.), *Penser les somatiques avec Feldenkrais. Politiques et esthétiques d'une pratique corporelle*, coll. « Lignes de corps », L'Entretemps, L'Avignon, 2014.



fibromyalgie ont à faire l'apprentissage de la mesure²⁵⁰. La pédagogie promue dans la méthode Feldenkrais coïnciderait en quelque sorte à ce besoin, et aiderait celles-ci à soulager les symptômes de la fibromyalgie.

Septième repère : distinguer la fin et les moyens

Le septième repère, distinguer la fin et les moyens, poursuit avec l'idée de ne pas ériger les conditions d'apprentissage de la méthode au rang de dogme. L'apprenant·e en éducation somatique fait d'abord des apprentissages dans le contexte sécurisant du cours hebdomadaire. La·le professeur·e encourage à de multiples contextualisations de façon à ce que l'apprenant·e re-contextualise son apprentissage dans diverses situations de sa vie quotidienne. Progressivement, l'apprenant·e en arrive à une dé-contextualisation car elle·il comprend de plus en plus la portée des métathèmes qui se retrouvent autant dans nos mouvements que dans notre manière d'être en relation avec nous-même, avec les autres et dans la façon de nous comporter en général. Si l'on entend que l'une des finalités de l'éducation somatique est une amélioration de la qualité de vie de la personne dans la spécificité de son contexte de vie et dans les sphères de la vie qui lui importent, le défi de la·du professeur·e est de s'assurer d'une dé-contextualisation, et non d'une application dogmatique des conditions d'apprentissage, ce qui serait le contraire d'une approche écosomatique, où l'on s'efforce d'éviter l'écueil d'une certaine glorification des méthodes d'éducation somatique : ce sont les multiples *processus d'empowerment* des personnes qu'il est bon d'acclamer, non les méthodes ou les outils qu'elles utilisent. Cette distinction n'est pas toujours faite chez les éducateur·rice·s somatiques.

Avant de commencer le projet avec l'association de la fibromyalgie, nous avons fait une recension des écrits et une recension des pratiques sur les transferts d'apprentissage. Pour alimenter cette dernière, nous avons réuni les membres de l'association Feldenkrais Québec pour savoir ce qu'elle·il·s pensaient de la question du transfert des apprentissages et comment elle·il·s en tenaient compte, ou non, dans leur enseignement. Plusieurs ont exprimé une résistance à développer un enseignement ciblant spécifiquement le transfert des apprentissages parce qu'elle·il·s adhèrent à la croyance répandue chez les praticien·ne·s Feldenkrais que la méthode possède en soi une telle

250. Mélanie BLAIS, « Bienveillance envers soi », dans Paule MONGEAU (dir.), *Fibromyalgie, quand tu nous tiens!*, Éditions du Grand Ruisseau, Saint-Sauveur des Monts (Canada), 2014, pp. 64-92.



puissance de transformation que les transferts des apprentissages vont se faire spontanément par l'imprégnation de l'expérience dans le système nerveux de la personne. « *Inch Allah* », « si Dieu le veut », ai-je parfois entendu dire. À la fin de la recherche-action, nous avons rencontré de nouveau les membres de l'association Feldenkrais Québec. Elle-il-s se sont rallié-e-s à la possibilité de la-du professeur-e de stimuler les transferts des apprentissages en développant des outils qui tiennent compte des caractéristiques des personnes aux prises avec des défis de santé, tout en conservant la spécificité de la méthode Feldenkrais basée sur l'exploration et la découverte par soi-même. Ne pas être conscient de la multiplicité des enjeux liés au transfert des apprentissages hors du contexte sécurisé des séances hebdomadaires, c'est se situer dans une approche que je qualifierais d'*ego*-somatique et non d'écosomatique.

Huitième repère : faire confiance au *processus* collectif de construction de la recherche

Pour faciliter la compréhension du dernier repère, je rappelle que les trois recherches-actions ont été encadrées par le service aux collectivités de l'université du Québec à Montréal²⁵¹. Un délégué de ce service assistait à toutes les réunions, de la formulation des objectifs jusqu'à la diffusion des résultats. Outre ce délégué, l'équipe d'encadrement de la recherche comprenait, du côté communautaire, le directeur de l'organisme, un représentant du conseil d'administration et une membre active du groupe communautaire. Du côté universitaire, il y avait une assistante de recherche et moi-même, qui étions à la fois chercheuses et professeures des pratiques somatiques lors des ateliers hebdomadaires²⁵². Nous faisions aussi un premier traitement des données qui nous amenait à un modèle de compréhension conceptuelle, lequel était soumis au comité d'encadrement pour ajustement, et le cycle se répétait. Pour illustrer comment la participation des partenaires du début à la fin de la recherche est l'un des éléments-clefs d'une approche écosomatique, je m'attarderai quelques instants sur la recherche-action avec les femmes souffrant de fibromyalgie.

251. Pour chacune des recherches-actions, le service aux collectivités a offert un modeste soutien financier (environ le quart de ce que donnerait un organisme subventionnaire provincial ou fédéral). Ceci illustre à quel point ce type de recherche se situe en marge du courant dominant de recherche, probablement parce que les grands organismes subventionneurs ont du mal à reconnaître le caractère émergent et évolutif de la recherche-action.

252. Deux groupes ont été formés lors de la recherche-action avec l'Association de fibromyalgie, dont un encadré par la professeure habituelle Nicole Aubry que je remercie vivement.



Celles-ci pratiquaient la méthode Feldenkrais depuis plusieurs années avec la même professeure, et elles voulaient développer des stratégies pour « mettre plus de Feldenkrais dans leur vie quotidienne ». Pour faciliter les transferts d'apprentissage, nous avons donc développé, de concert avec cette professeure, un certain nombre d'outils qui tenaient compte des spécificités de la fibromyalgie, dont la faiblesse de la mémoire²⁵³. Ces outils étaient offerts à la fin du cours hebdomadaire traditionnel dispensé par leur professeure. Bien que les objectifs aient été énoncés au début du projet, il est devenu apparent que, pour une membre active du groupe communautaire, un objectif non exprimé était de recevoir sous forme audio ou écrite des cours spécifiques pour gérer des douleurs spécifiques du type : « Quand j'ai de la difficulté à laver ma baignoire, je fais les exercices que les professeurs m'ont préconisés. » Nos résultats n'allaient cependant pas dans la direction de prescriptions de mouvements spécifiques que les participantes devaient suivre. Les données montraient que les femmes reproduisaient somme toute peu les mouvements appris lors des cours, malgré le fait que nous leur fournissions des fiches aide-mémoire. Ce qui leur importait, c'était plutôt, de s'approprier les métathèmes de la méthode Feldenkrais pour en faire, dans leurs propres mots, une sorte « d'art de vivre », comme expliqué précédemment. Ce n'est que vers la fin de la recherche-action qu'il est apparu pour cette femme que des outils de transfert des apprentissages de type « prescription de mouvements » iraient à l'encontre des résultats de la recherche et ne seraient pas cohérents avec la pédagogie des cours hebdomadaires, qui reposait sur une exploration créative de soi. Sa prise de conscience n'est pas étrangère au *processus* cyclique d'action et de réflexion qui permet d'ajuster ses perceptions à la lumière du partage avec les autres acteur·rice·s impliqué·e·s dans la recherche-action. C'est l'une des raisons pour lesquelles il faut collectivement consacrer assez de temps à la clarification de l'action. Autant avec l'association Anorexie Boulimie Québec, l'Association de la fibromyalgie, région Montérégie que la maison d'hébergement l'Entre-Deux, les projets ont duré plus ou moins deux ans.

253. Mary-Ann FITZCHARLES *et al.*, *Canadian Guidelines for the Diagnosis and Management of Fibromyalgia Syndrome*, Canadian Rheumatology Association (Canada), 2012. Voir : <https://rheumca/wp-content/uploads/2017/11/2012CanadianFMGuidelines_17August2012.pdf>. Consulté le 30 novembre 2018.



Conclusion

Le positionnement politique de notre travail réside dans le choix de nous investir auprès de femmes en situation de fragilité mais aussi et surtout dans la manière de nous engager dans des recherches-actions partenariales qui impliquent tous les partenaires du début à la fin du projet. En présentant certains repères tirés de trois recherches-actions, j'ai essayé de montrer comment l'éducation somatique peut être écosomatique, ce qui n'est pas toujours le cas. Elle peut malheureusement se vivre comme un repliement sur soi ou sur les *diktats* de la méthode. Déjà en 1999, lors du colloque « Autre pas²⁵⁴ », j'avais intitulé une présentation « L'éducation somatique : pour une appropriation de son action dans une perspective d'écoaction ». J'argumentais qu'étaient révolues les premières générations d'éducateur-ric-e-s somatiques dominées par l'égocentrisme. Je soutenais l'idée d'un passage d'une *ego*-action, c'est-à-dire une action qui a pour source et finalité soi-même, à une écoaction, c'est-à-dire une action marquée par la volonté d'aller vers les autres.

Je souligne en terminant, qu'en amont de ces repères pour guider l'éducateur-ric-e somatique vers une approche écosomatique, ce sont les paroles d'Arthur Ellis et Caroline Bochner (des spécialistes américains en méthodologie de recherche postmoderne) qui me guident en termes d'axiologie. Pour ces derniers, il est certes important de se questionner sur des aspects ontologiques et épistémologiques que sous-tend toute recherche, à savoir : « Qu'est-ce qui peut être regardé comme un savoir? Quelle est la bonne méthode et quels sont les bons critères à utiliser²⁵⁵? », mais il est plus fondamental d'aborder des dimensions politiques et éthiques, à savoir : « Quelles sont nos responsabilités envers d'autres personnes? Quelles sont nos responsabilités envers nous-mêmes? Quelle sorte d'humanité souhaitons-nous? Comment pouvons-nous devenir plus attentifs, plus engagés, plus aidants? Comment pourrions-nous vivre nos vies²⁵⁶? » Ce type de questionnement a inspiré mes travaux des dernières années mais, comme le disent si justement Marie Bardet et ses collègues²⁵⁷, un usage politique des somatiques ne peut être généralisé pour en faire l'orientation suprême, *la* vérité des somatiques.

254. Sylvie FORTIN, « L'éducation somatique : nouveaux espaces d'interaction pour une appropriation de son action dans une perspective d'écoaction », communication présentée lors du colloque « Autres pas », Centre d'études et de recherches en danse contemporaine, Fontvieille, novembre 1999.

255. Arthur P. BOCHNER et Carolyn S. ELLIS, « Which way to turn? », *Journal of Contemporary Ethnography*, vol 28, n° 5, Sage Publications, Thousand Oaks (États-Unis), octobre 1999, p. 493.

256. *Ibid.*

257. Marie BARDET *et al.*, « Somatiques, esthétiques, politiques », dans Isabelle GINOT (dir.), *Penser les somatiques avec Feldenkrais. Politiques et esthétiques d'une pratique corporelle*, op. cit., pp. 17-26.



VALÉRIE MARANGE

RÉVOLUTIONS DU SENS : « TU ME FAIS TOURNER LA TÊTE »

Ce texte a été écrit à la suite d'une séance de la méthode Feldenkrais, enseignée par Valérie Marange lors du colloque « Écosomatiques », le 8 décembre 2014. Cette séance, qu'elle avait pour l'occasion intitulée « Oikos logos, l'oreille interne comme lieu de l'autre », se fait pour la plus grande partie en position assise, en tailleur, avec de longues pauses allongé sur le sol dont la praticienne profite pour introduire des fragments de présentation générale de la méthode Feldenkrais. À partir de cette position assise, la praticienne guide des explorations de micro-mouvements centrés sur l'articulation des premières cervicales avec le crâne (axis/atlas/occiput). Tout d'abord, les participant-e-s sont invité-e-s à imaginer une feuille de papier, ou même une horloge, placée face à leur visage, puis, à tracer un trait imaginaire sur cette feuille, avec le bout de leur nez, selon un tracé qui irait « de 12 heures à 6 heures », soit de haut en bas, ou encore dans un mouvement de flexion-extension, en choisissant une amplitude suffisamment petite pour ne mobiliser que les premières vertèbres cervicales. Au fil de la séance, d'autres directions seront explorées : d'abord celle de la rotation (« de 9 heures à 3 heures »), puis du cercle (« tout le tour du cadran »), et enfin, un dessin en forme de 8. Mais surtout, parallèlement à cette succession de directions spatiales, la séance suit une autre trame : chaque tracé exploré d'abord « comme si » on dessinait avec la pointe de son nez, sera ensuite décliné « comme si » on dessinait avec d'autres parties du crâne : l'arrière du crâne, le sommet, ou encore, « comme si » on avait un crayon dans une oreille, ou dans l'autre. Au fil de ces variations à la fois subtiles et complexes, où il est souvent difficile de distinguer une différence « motrice » (ma tête fait-elle un mouvement vraiment différent ou non si j'imagine que le crayon est placé à l'avant, à l'arrière, sur le côté, de l'ensemble de mon crâne ?) d'une différence imaginaire (est-ce



que je sens le mouvement est différent, alors qu'en « réalité » il est le même?). Cette séance est un exemple magistral de la façon dont la méthode Feldenkrais met l'espace en mouvement pour mobiliser le sujet, et construit des expérimentations sensibles de cette incorporation de l'espace dans le geste.

En 2014, nombreuses sont les figures tutélaires qui nous ont laissé·e·s, parmi lesquelles Myriam Pfeiffer (formatrice à la méthode Feldenkrais), Jean Oury (psychiatre et psychanalyste fondateur de la clinique de la Borde) et aussi Claude Espinassier — kinésithérapeute à Clermont-l'Hérault à l'époque où j'y développais une scoliose adolescente — introducteur de la méthode Feldenkrais parmi les danseur·euse·s de Montpellier. Peu de temps avant sa mort, il m'avait raconté comment Feldenkrais, observant les déformations rachidiennes d'une jeune fille, faisait remarquer comment elle était toujours tournée vers son père, à table. Et comment tous, parents et fille, étaient toujours à la même place, autour de cette table. Il aurait fallu, disait-il, faire tourner ces places pour guérir le dos... Une petite révolution familiale. Réflexion rare chez les thérapeutes somatiques aujourd'hui, les racines « psy » de la discipline se perdent dans la mémoire, et la question du désir avec elles.

Oury, lui, n'aimait pas beaucoup la systémique, craignant son intégration excessive dans le système dominant... Mais il n'arrêtait pas de parler de la kinesthèse, du tonus postural comme indicateur diagnostique et comme élément du contact, de la poignée de main ; il disait comment la voix aimée redresse le corps, comment le regard le rassemble, comment parler des éprouvés corporels les soigne. Il racontait comment, petit, on lui disait : « Tiens-toi droit. », « Je me tiens comme je peux ! » On lui mettait une canne dans le dos pour le redresser, et ça n'a pas marché... mais ça lui a appris que l'on *pense avec son dos*. Il nous disait également qu'un psychiatre phénoménologue, D^r Zutt, dans les années quarante, appelait cette attention au geste « l'esthético-pathognomonie²⁵⁸ ». Ne pas chercher le grand Autre ailleurs que dans le corps, disait Lacan... C'est dans le corps que résonnent les mots et les affects qui nous portent à l'existence ou nous font basculer dans les limbes.

Il y a quelques jours, j'ai rêvé que Jean Oury me portait sur son dos, qu'il me regardait par-dessus son épaule et son dos courbé, dans une torsion...

258. Jean OURY, « La fabrique du corps », *Psypropops*, Journée de Blois, 2006. Voir : <<http://bibliothequeopa.blogspot.com/2009/05/jean-oury-psypropops-2006-la-fabrique-du.html>>. Consulté le 30 novembre 2018.



Il suffit parfois d'un geste, comme le dit si joliment François Roustang, pour habiter autrement le monde et sa vie. Pourvu que ce geste ne soit pas seulement fonctionnellement dans ses relations gravitationnelles, mais aussi affectivement, dans ses implications passionnelles.

Il m'est arrivé — avec une patiente qu'un seul geste paternel avait laissée clouée pour longtemps, et qui supportait mal le contact physique avec sa mère — d'avoir bien involontairement, lors de notre première rencontre, eu un geste d'accueil particulièrement juste, geste qu'elle évoqua ensuite comme celui qu'il fallait. Il m'est aussi arrivé de vivre kinesthésiquement, en rêve, le geste traumatique évoqué par un patient, non sans en être affectée intensément... Il fallut, à ce moment, un analyste superviseur courageux pour me permettre d'assumer cette traversée affective qui fut le début d'un voyage analytique riche.

Si la psychanalyse est réputée pour avoir peur du corps, se méfier des techniques corporelles parce que susceptibles d'une érotisation déplacée, les praticien·ne·s somatiques ne sont pas en reste, puisqu'à l'inverse elle·il·s tendent à le ramener au seul régime du besoin et de la fonctionnalité, et donc tendent à le dévitaliser et à faire comme si la relation, thérapeutique ou éducative, se réduisait à un échange d'informations ou d'énergie. Or, si nos disciplines ont à se garder de la séduction, qu'elles touchent ou non au corps, la neutralisation excessive, ou plutôt entendue sur un mode censurant, l'est également — susceptible des retours de la pulsion d'emprise dont la charité est coutumière. À la vulgate de la « bonne distance » préférons l'idée d'un « élan retenu », formulée par Oury également — *être au plus proche du lointain de l'autre* — ou la neutralité bienveillante revisitée par Barthes — Agape (l'amour d'empathie et de soin) tendue par Éros (l'amour amoureux et désirant) et retenue par Tao (le vide). Il s'agit de ne pas censurer l'élan, de le laisser vivifier la relation, mais de le retenir²⁵⁹.

C'est à Myriam Pfeiffer, enfin, que je dois la leçon « les crayons autour de la tête », donnée au Centre national de la danse en décembre 2014 dans le cadre du colloque « Écosomatiques », et que j'avais envie d'intituler « L'oreille interne comme lieu de l'autre », ou encore « Les révolutions du sens ». D'après elle, cette leçon avait été une révolution dans sa vie, au sens de la révolution des planètes, d'abord, de cette étoile à laquelle elle nous propose de suspendre le haut du crâne pour tourner autour d'elle, pour mieux nous orienter et nous équilibrer, en passant par des phases de désorientation et de déséquilibre.

259. Roland BARTHES, *Le Neutre. Notes de cours au Collège de France 1977-1978*, coll. « Traces écrites », Les Éditions du Seuil / IMEC, Paris, 2002.



De cette leçon, qui chavire beaucoup l'oreille interne tout en nous reliant au cosmos, nous pouvons déduire bien sûr que la méthode Feldenkrais ne se cantonne pas à l'autoréférence subjective, mais inclut de l'écoréférence, et qu'elle ne sépare pas l'individu du dehors, pas plus que ne le fait la psychanalyse, pour laquelle la subjectivation inclut toujours de l'autre. Il s'agit d'habiter, il s'agit d'entendre et donc de laisser l'autre se glisser dans les labyrinthes de l'oreille interne, ce lieu du corps et de l'espace particulièrement plissé, labyrinthique et révolutionnaire qui pourrait figurer le « pli » cher à nos philosophes, le sujet comme « pli du dehors », selon les mots de Michel Foucault.

Au fond, cette leçon de Myriam nous laissa parfois un peu égaré·e·s. Que se passait-il exactement à l'arrière de nous tandis que l'avant tournait d'une certaine façon? Pense-t-on pareil avec son dos qu'avec ses yeux? Myriam, comme Jean Oury, s'exprimait souvent de façon un peu mystérieuse, ce qui disait sans doute la difficulté de traduction du plan sensible au plan représentatif; c'est-à-dire que la psychanalyse comme la technique Feldenkrais, ou un certain mode d'exercice de l'une et de l'autre, se passent dans la zone du « pré », du « pré-prédictif », « pré-représentatif », de l'endroit où le sens émerge, et où entre l'organe de l'équilibre et celui qui permet d'entendre et donc d'émettre des sons articulés, il y a superposition, feuilletage de sens. La tête doit pouvoir s'orienter dans tous les sens même celui de son arrière-plan, non contrôlable visuellement. Il y a toujours plusieurs possibilités, plusieurs sens et directions possibles tant des mots que des gestes. Il y a de l'Oouvert.

Rendons hommage, donc, à Myriam comme à Jean qui jamais n'ont cherché à enfermer l'autre dans un sens et nous laissent libres de nos explorations, voire de nos errements; et à cette leçon qui se termine par un beau ruban de Moëbius, ce tracé infini entre les deux oreilles dont Lacan fit aussi le symbole de la non-séparabilité du dehors et du dedans.

L'on peut également admirer, dans l'oreille interne, un organe typiquement psychosomatique, en ce sens qu'elle régule simultanément l'audition et l'équilibre, la verticalité et le langage, et plus spécifiquement la capacité de recevoir le langage. On peut dire qu'elle est la maison du langage, *oikos logos*.

Ce qui permet de tenir en équilibre sur ses jambes, et donc de se tourner vers l'autre, de lui adresser la parole, est aussi ce qui nous permet d'entendre. Il y a une concomitance très forte, phylogénétique, entre la station verticale — qui libère la main pour un usage de préhension ouvrant le développement de la technique — et la bouche, libérée partiellement de cette fonction, d'où le





lien fondamental entre parole, station debout et rapport aux objets²⁶⁰. Les trois sont d'ailleurs atteints dans les maladies psychiques. J'ai envie d'ajouter que la fonction archaïque de la bouche n'est pas seulement celle de la préhension au sens perceptif et actif, mais aussi celle de succion-dévoration au sens affectif émotionnel, et que cette dimension ne saurait évidemment être absente de cette articulation complexe. L'organe de la parole est l'organe le plus puissamment vital, et l'un des plus fortement affectifs et érogènes. Si la tradition anthropologique est de présenter la parole comme prenant la place et niant les fonctions vitales sur un mode dialectique — « on ne parle pas la bouche pleine », « là où je jouis je ne pense pas » et réciproquement — force est de constater que la pensée en mots se nourrit des problèmes que lui posent les pulsions. La pulsion orale, le somatique et le psychique-langagier s'articulent sans nécessairement se nier. Je parle pour me nourrir et aussi je te parle pour que tu me nourrisses ou m'embrasses. La tradition anthropologique, qui unit geste et parole, doit aussi repenser l'articulation du vital et du psychique, de l'animalité et du langage, en intégrant le niveau affectif comme médiation, comme le suggère Muriel Combes prolongeant l'ontogénèse simondienne²⁶¹.

Pour revenir à l'oreille, Marc-Alain Ouaknin nous apprend que l'hébreu, bien avant la physiologie moderne, est au courant de sa double fonctionnalité, le mot « *osen*; אוזן » signifiant à la fois « oreille » et « équilibre ». « Être en équilibre dans sa verticalité dans le monde est être à l'écoute²⁶² », dit Ouaknin. Moïse Maimonide relie cela à la règle fondamentale de l'interprétation, règle qui implique un double sens (au moins) à un mot. S'il n'y a en effet qu'un sens à un mot et que je le mets dans une main, je suis donc en déséquilibre. Je tiens ma capacité à tenir debout de ma capacité à faire résonner le mot dans deux sens au moins, un sens dans la main droite, l'autre dans la main gauche... C'est l'amphibologie du sens dont parle Barthes, qui ne cherche pas de synthèse mais reste dans une « tension hyperdialectique », laisse « frissonner le sens », fait des ponts et des liens. C'est ce qui *interleget*, se tient *entre* sens littéral, sens allusif, sens analogique, sens secret, etc. Nous pourrions y ajouter les sens sensibles, sens tonal ou affectif non prédicatif, passant par le corps, le regard et la voix, le tonus, le souffle, les traits de visageité, la gestuelle, le mode de présence, etc., et non par la signification explicite des mots, ni par la seule chaîne des signifiants.

260. André LEROI-GOURHAN, *Le Geste et la Parole*, Albin Michel, Paris, 1964-1965.

261. Voir à ce sujet, sur les rapports du vital et du psychique *via* l'affectivité, Muriel COMBES, *La Vie inséparée. Vie et sujet au temps de la biopolitique*, Dittmar, Paris, 2011.

262. Voir <http://www.akadem.org/sommaire/cours/targoum-traduction-et-commentaire-de-la-genese/premiers-pas-vers-le-pardes-22-07-2008-7374_4254.php>. Consulté le 30 novembre 2018.



Il y a une « indécence » du sens unique. Enfermer le sens dans une définition c'est le trahir (traduction/trahison), d'où l'impossibilité pour un thérapeute qui se respecte de fournir une interprétation univoque d'un symptôme. C'est seulement si je suis entendu-e dans le double sens de mes mots et de mes gestes que je vais pouvoir me redresser et marcher. Réciproquement, je peux avancer et changer parce que je reçois les signes et interprétations de l'autre dans leur amphibologie, parce que le sens m'a échappé et qu'il a été entendu au-delà de mon intention ; je me risque dans la diagonale de l'entre-deux-sens, le sentier se fait en marchant, c'est une traversée.

C'est également une danse qui se danse à deux. Alors, cette leçon de Myriam, nous pourrions l'intituler encore : « Tu me fais tourner la tête. » Il faut bien sûr entendre son sens littéral fonctionnel, la réorganisation du porter de la tête par les rotations qui lui sont proposées (tout comme l'ensemble de ces retournements auxquels nous sommes convié-e-s sur le tapis, passer du dos au ventre et tourner sur son axe pour se sentir autrement d'un côté comme de l'autre) ; mais aussi son sens attractif-gravitationnel (du « se retourner sur le passage de l'autre », se tourner vers elle-lui et lui tourner autour — « Je ferais le tour du monde, je ne tournerais pas plus que ça... ») et bien sûr son sens affectif (tu m'affectes et donc je ne saurais réduire ta rencontre, dansée et/ou parlée, à la réception d'une information, alors que je suis dépassé-e par les problèmes que me posent les signes que tu émetts et ce qu'ils mettent en mouvement en moi, me traversant et me forçant à penser)²⁶³. On notera que cet ensemble de changements est rendu possible parce que de plus en plus de confort et de plus en plus de solidité dans un sentir davantage sont trouvés. Les traversées se solidifient et restent agréables, même si les meilleur-e-s, comme Myriam, aiment à y introduire une dose d'inconfort et d'incertitude. Le neutre les pondère, l'élan est retenu. La méthode Feldenkrais n'est pas tout à fait un tango, elle y prépare...

Cependant, le continent noir de la psychanalyse comme des disciplines somatiques et de la philosophie reste l'affect — potentiel de transindividuation, puissance révolutionnaire qui en bousculant la clôture du sujet nous conduit vers le lieu « toujours plus qu'un²⁶⁴ » du psychosomatique et de la rencontre pathique.

263. Muriel COMBES, *La Vie inséparée. Vie et sujet au temps de la biopolitique*, op. cit., p. 176.

264. *Id.*, chap. III, « D'un sujet du bio-pouvoir à un sujet éthique? », pp. 49-74.





MICROPOLITIQUES ÉCOSOMATIQUES





MARIE BARDET

FAIRE FRONT AVEC NOS DOS

Je voudrais dans ce texte revenir sur une expérience d'atelier proposée à Buenos Aires lors d'une rencontre réunissant des personnes venant d'horizons différents : certaines du monde des pratiques somatiques, de la danse, et des arts scéniques en général, d'autres des mouvements féministes²⁶⁵ et/ou L.G.B.T.I. de Buenos Aires (un certain nombre venaient des deux!). Cette rencontre, intitulée autour du thème « Corps, puissances et résistances » a eu lieu le dimanche 3 décembre 2017 et fut coordonnée par le metteur en scène et activiste Silvio Lang, à la Cazona de Flores, une maison associative qui héberge plusieurs collectifs, dont la Casa de Bajos Estudios (la Maison des basses études). Elle combinait un premier temps de pratique — menées par la danseuse Amparo González et moi-même — et un second moment de conversation où nous ont rejoint les chercheur-euse-s et activistes Nicolás Cuello, Verónica Gago et Alejandra Rodríguez.

Je présente ci-dessous des notes prises en amont et en aval de cette expérience afin de penser les rapports entre pratiques du geste, milieux et résistance politique. Nous venions de vivre en Argentine une période de violence exacerbée : Santiago Maldonado avait disparu au mois d'août lors d'un barrage sur une route alors qu'une répression féroce de la gendarmerie nationale s'opérait en territoire mapuche²⁶⁶. Son corps a finalement été retrouvé plusieurs semaines

265. En particulier liées au mouvement Ni Una Menos (Pas une en moins) qui lutte contre les féminicides et toutes les formes de violence (physique, économiques, sociales, etc.) ou encore Yo no Fui (C'était pas moi) qui travaillent avec des femmes incarcérées ou en sortie de prison.

266. La nation Mapuche vit dans la pointe sud du continent, sur le territoire appelé Wallmapu, réparti de chaque côté de la cordillère des Andes, maintenant connus comme l'Argentine et le Chili, suite à la colonisation et aux *processus* de constitution des États nations. Largement ignorés, massacrés,



après, dans une rivière, sans que la lumière n'ait été faite sur les circonstances de sa mort. Fin novembre 2017, Rafael Nahuel avait été tué d'une balle dans le dos lors d'une répression d'une extrême violence menée par le groupe Albatros de la Préfecture, sur un territoire récupéré par une communauté, dans le même sud mapuche argentin.

L'expérience et la conversation recueillies ce jour-là ont donné lieu, en continuité avec l'expérience du colloque « Écosomatiques », à l'entretien avec Suely Rolnik publié dans le présent ouvrage.

Parce que nous savons que les attaques viennent de toutes parts ;
que nous focaliser les yeux sur un écran, en faisant de la tragique (et annoncée) disparition d'un sous-marin²⁶⁷ une série télévisée, est une stratégie d'anesthésie médiatique ;

parce que nous savons aussi que nous pouvons regarder sur les bords, laisser différents passages de seuil d'intensités lumineuse venir toucher nos globes oculaires, laisser glisser les paupières sur les yeux comme des caresses graduant les luminosités/obscurités, et rendre ainsi nos regards tangibles et tangents ;

et faire ainsi de nos dos, des fronts.

Ils l'ont tué de dos. Rafael Nahuel a été tué par le groupe de l'armée Albatros, d'un tir dans le dos, alors qu'il s'échappait en courant, des balles bien réelles tirées par des représentants des forces armées étatiques, entrés sur un territoire mapuche, dans le sud de l'Argentine.

Cela aussi nous le savons et le sentons. Nous ne savons pas très clairement que faire avec ce savoir-sentir. Que faire avec ce savoir et ce sentir qui nous interpellent de manière limpide et confuse à la fois ?

Ce que, en revanche, nous savons, c'est que cette donnée constituera une preuve le jour où justice sera faite, lorsqu'il y aura une justice, et non l'empêchement du *processus* juridique par le pouvoir gouvernemental, comme c'est le cas actuellement. Preuve que Nahuel est mort non pas de l'exercice de la « légitime défense » mais dans une chasse à l'homme, à l'adolescent venu

déplacés de leurs lieux de vie, leurs langues et pratiques culturelles interdites par les gouvernements successifs et les grands propriétaires terriens, les Mapuches luttent pour récupérer leur terre et leurs modes de vies. Ainsi l'exprime Moira Millán, l'une de leurs porte-paroles : « Le peuple Mapuche ne lutte pas pour la propriété de la terre, mais pour un autre mode de vie sur la terre. » Voir : <<http://www.rebelion.org/noticia.php?id=234846>>. Consulté le 1^{er} décembre 2018.

267. Le sous-marin de l'armée argentine *Ara San Juan* a disparu en grande mer à l'automne 2017.



de la banlieue de Bariloche rendre visite à sa grand-mère qui vit en territoire mapuche. Une chasse raciste qui est politique d'État(s) et a mis un terme à sa vie.

C'est également une donnée qui fait courir jusqu'à nous la vulnérabilité absolue de ce garçon qui fuyait sous les balles, vulnérabilité qui se glisse sous notre peau, et distille en nous un peu plus de peur. Que faire avec une peau hérissée par l'horreur et tout ce que nous savons trop bien de cette terreur?

Depuis une exploration de la peau qui recouvre nos corps, de sa puissance d'écouter et de mettre en relation dans toutes les directions, nous nous demandons si un appel à la vibratilité et à la vulnérabilité qui accompagnent souvent cette connexion avec notre peau est d'actualité, comme stratégie politique, micropolitique (la voix de Suely Rolnik, dans « Géopolitique du Maquereau²⁶⁸ », en dialogue avec celle d'Hubert Godard autour du concept de « corps vibratile », résonne ici fortement). Cette époque n'est-elle pas arrivée à sa fin avec un passage de seuil dramatique, que nous vivons en ce moment en termes de violence et répression? La question revient obstinément : ne serait-ce pas le moment de nous demander comment nous faire une carapace face aux avancées néolibérales et néofascistes un peu partout dans le monde? Dans quelle mesure nos vulnérabilités, du dos et du derrière par excellence²⁶⁹,

268. Suely ROLNIK, « Géopolitique du Maquereau », dans Félix GUATTARI et Suely ROLNIK, *Micropolitiques*, traduit du portugais (Brésil) par Renaud Barbaras, Les Empêcheurs de penser en rond, Paris, 2007.

269. Nous pouvons repenser depuis la danse cet enjeu de la vulnérabilité du dos comme stratégie esthétique-politique, de déconstruction de la frontalité conjointement à celle de la verticalité et d'une certaine redistribution des lieux et des directions de la danse. Ainsi, on pourrait rapidement citer ici comment Trisha Brown dit s'être « sentie extrêmement vulnérable » (Sally BANES, *Terpsichore en baskets. Post-modern dance*, traduit de l'anglais [États-Unis] par Denise Luccioni, Centre national de la danse, Chiron et Paris, 2002, p. 131) lorsqu'elle commençait à danser *Primary Accumulation*, allongée sur le dos, et le mettre en lien avec ce qu'elle annonce être sa « philosophie », dans un entretien avec Isabelle Ginot en 1999 : « Non seulement utiliser des parties du corps rarement mises en valeur, mais aussi des directions inhabituelles pour ces différentes parties, et des directions inhabituelles dans l'espace. [...] Sur scène, j'ai aussi beaucoup exploré d'autres façons de placer la face : danser face au lointain, ou aux coulisses, par exemple. Il s'agissait de vraiment détruire la frontalité de la danse. Ce qui fait que quand Rauschenberg a proposé que je danse dos au public, pour mon *solo If You Couldn't See Me*, je ne pouvais pas dire non : dans ma philosophie, j'aurais dû avoir déjà exploré cela. » (Dominique BAGOUET, Trisha BROWN, Jean CÉBRON *et al.*, *Mobiles n° 1. Danse et Utopie*, coll. « Collection Arts 8 », département Danse – université Paris 8, L'Harmattan, Paris, 1999, p. 107) en référence à son *solo* créé en 1994. On pourrait également citer, bien plus récemment, en Argentine, la performance de l'artiste cubain Carlos Martiel, *Encomienda*, au Centre culturel Néstor-Kirchner (C.C.K.) en février 2018, où il était agenouillé, nu, de dos, contre un mur sur lequel était retracée la carte des Amériques : le Nord vertical sur le mur, le Sud étalé au sol.





sont-elles à même de devenir des forces? Peut-être dans la mesure où la vulnérabilité doit s'envisager hors du cadre binaire qui opposerait porosité à force, membrane à carapace, et ouvre d'autres modes d'instituer certaines forces et puissances de nos gestes.

Si nous prenons la question à bras-le-corps, depuis des *savoirs-sentirs* qui circulent dans des pratiques corporelles, en particulier somatiques, la question se déplace et se précise : comment nous adosser sur nos musculatures profondes pour nous permettre de trouver d'autres forces d'être debout²⁷⁰? Comment une exploration sensible menée tout au long de cette dorsalité qui échappe à notre champ visuel peut-elle créer d'autres rapports entre voir et ne pas voir, frontalité, faire front et depuis le derrière? Comment alors redistribuer les répartitions entre avant et arrière, faire front et tourner le dos?

Lorsque le regard focal en un point se décentre tout au long de la peau, se dissémine sur les bords; lorsque toucher et regard sont contagieux l'un de l'autre en une *percep-action* haptique; quand la peau et les yeux font alliance, ensemble avec les oreilles (celles des tympanes qui écoutent et celles, internes, des vestibules, de l'équilibre dynamique [ou « métastable » pour reprendre Gilbert Simondon]); lorsque l'attention circule sur les côtes, les côtés, et le derrière, désorganisant la frontalité et la focalisation claire et distincte comme modalité unique de perception et comme mode privilégié de connaissance; lorsque nous nous autorisons à connaître clair-obscurément, à partir de nos dos hérissés... peut-on inventer des manières de faire front avec nos dos?

Cela implique en premier lieu de repenser ce que nous entendons par vulnérabilité, mais aussi par force ou puissance. La vulnérabilité n'est pas une apologie d'une position de fragilité, ni un appel inexorable à l'acceptation des choses telles qu'elles sont. Et nos positions de force, nos gestes d'affirmation, nos modes de faire front, ne passent pas obligatoirement par le répertoire sensible et gestuel de la carapace invincible, de l'affrontement en ligne et de face, de la toute-puissance qui devrait extirper toute vulnérabilité. Il s'agit bien plutôt de forcer à une autre répartition qui défait l'opposition entre force et faiblesse comme alternatives absolues. Il s'agit bien plutôt d'assumer la vulnérabilité liée à la vie elle-même, au fait même d'exister (Silvio Lang), et de ce fait, la vulnérabilité peut faire alliance avec l'insistance de la persistance à vivre.

270. Séminaire d'Hubert Godard au département Danse de l'université Paris 8 en 2010.



Creuser cette question de la vulnérabilité à travers une exploration de la puissance singulière des tissus mous, des muscles et *fascias*, permet d'ouvrir des pistes d'expériences sensibles et de pensées. Se défait alors l'alternative entre grande force de l'hyper-contraction, du blindage et de l'hypertrophie musculaire opposée au grand relâché, à une attitude ouverte d'écoute qui renverrait une soi-disant pure passivité, à la porosité comme totale absorption. Dans les expériences orientant l'attention vers le corps/espace volumineux, par des vibrations myofasciales, le long de chaînes musculaires mobilisées en excentricité plutôt qu'en contraction, tel qu'Amparo Gonzalez le propose dans sa pratique basée sur le principe de tenségrité et d'élongation de chaînes myofasciales en excentricité, il ne s'agit « ni de tout relâcher, ni de tout tenir, mais de vibrer » pour trouver une « force qui ne bloque pas ». Si nous pouvons continuer à parler de vulnérabilité comme « marquant » des stratégies de résistance, c'est dans la mesure où elle nous permet d'activer d'autres imaginaires que la porosité et la grande ouverture béate *versus* la solidité du blindage musculaire et de l'assurance de la clarté programmatique. L'expérience de nos vulnérabilités comme lieux d'une micropolitique permet de défaire l'idéal d'une grande force solide bien active s'opposant à nos vulnérabilités considérées comme fragilités d'une grande passivité. L'affirmation de la vulnérabilité comme lieu d'expériences et de possibles transformations sociales et politiques rejoint tous les savoirs du geste qui affirment, depuis longtemps déjà, la non-pertinence de l'opposition activité-passivité (le fait de considérer la sensation comme un geste, parler de perceptaction, sont quelques-uns des indices de ces savoirs). S'érode dans chacun de nos gestes, de nos regards, de nos voix, l'impératif de la question obligatoire « et alors? actif-ive ou passif-ive? », qui constitue les modèles dominants et majeurs de construction des subjectivités. Cet impératif catégorique de l'opposition actif/passif comme mode hégémonique de production de nos subjectivités joue par exemple autant au niveau de l'opposition de genre masculin/féminin, que sur les figures régulatrices de la modalité auto-entrepreneuriale de la construction de soi, se déclinant en « *winner* ou *loser*? ». Cette puissance, qui reconnaît l'expérience de vulnérabilité comme une force, redistribue les rôles et les modes de prise de l'espace public; ni seulement actif-ive ni purement passif-ive; ni repli sur soi absolu, ni avancée obnubilée par la revanche finale ou le retour d'un paradis perdu.

Dérives dorsales

Silvia Rivera Cusicanqui racontait, lors des assemblées de l'École des pratiques collectives en avril 2017²⁷¹, comment ce qu'elle appelle sa boussole éthico-esthétique du *chi'xi*²⁷², qu'elle continue d'élaborer dans ses recherches et ses interventions, s'est tissée non pas sous le regard de Rosa, sa nourrice, mais dans son dos, au rythme du bercement de ses pas, dans les frottements et les éclats du tissu coloré de portage, l'*aguayo*. Rosa, nourrice à plein-temps, employée domestique d'origine indigène par la famille de classe moyenne de Silvia en Bolivie, famille qui s'est efforcée d'apprendre à Sylvia à se séparer affectivement de Rosa, donnant lieu à ce qu'elle appelle aujourd'hui « le complexe de l'*aguayo* » qui marque les subjectivités du colonialisme en Bolivie.

La danseuse et chorégraphe Mathilde Monnier, à l'occasion de la création du spectacle *El Baile* à Buenos Aires, a participé à ces mêmes assemblées. Elle y a raconté comment son expérience de danse à Bali, danse qui se transmet aux enfants dos à dos, sans se regarder, lui a permis de construire une tout autre relation de sa colonne vertébrale à l'espace postérieur, non visuel.

La puissance politique des réinventions subjectives des mouvements homosexuels, puis L.G.B.T.I.Q., etc., telle que la pensent Hocquenghem, puis, à sa suite, Preciado dans son prologue à la traduction en espagnol du *Désir Homosexuel*, se tisserait dans ces pensées-pratiques d'une irruption d'autres corps sexualités. Une « terreur anale²⁷³ » qui redistribue les places et légitimités dans la société en même temps que les zones érogènes autour et dans les corps.

Les *abrazos* (embrassades) et les vagues successives appelant à *#acuerparnos* (néologisme que l'on pourrait rendre par *#corporonsnous*) au cours des assemblées, des grèves et des manifestations organisées par le groupe Ni Una Menos

271. Assemblées publiques de l'École de techniques collectives organisées en avril 2017 à Buenos Aires par Veronica Gago et Silvio Lang dans le cadre des colloques « Pasados de revoluciones » et « Cerca de la Revolucion » à la UNSAM et la UNTREF. Sa conférence « Palabras mágicas : Reflexiones sobre la crisis » (Mots magiques : réflexions au sujet de la crise), est consultable sur : <<https://www.youtube.com/watch?v=p2JTXy3Oyms>>. Consulté le 1^{er} décembre 2018.

272. « *Chi'xi* » est un concept aymara qui permet de penser un mélange bigarré, un métissage qui ne fond pas, un tissage de couleurs différentes qui ne se confondent pas, et produisent pourtant une autre couleur par juxtaposition, par contraste. Voir Silvia RIVERA CUSICANQUI, *Chixinakax utxiwa. Una reflexión sobre prácticas y discursos descolonizadores*, Tinta Limón, Buenos Aires (Argentine), 2010.

273. Paul B. PRECIADO, « Terror anal : apuntes sobre los primeros días de la revolución anal », dans Guy HOCQUENGHEM, *El deseo homosexual*, Melusina, Barcelone (Espagne), 2009.

depuis juin 2003 en Argentine²⁷⁴; mais aussi les ateliers de pratiques corporelles et scéniques qui s'affirment comme mode de connaissance et de construction d'alliances depuis nos gestes et nos savoirs-sensibles (comme Escena Política²⁷⁵), sont autant de pistes actuelles d'une recherche depuis ces savoirs du corps qui font de nos dos des territoires d'apprentissage et d'autorisation qui redistribuent les légitimités à penser et à faire, en entrant, s'ancrant, laissant fuir par les bords, les côtés et les derrières.

Si l'on reconnaît dans ces recherches pratiques, théoriques, esthétiques et politiques des « savoirs du corps », ce n'est pas dans le sens d'un savoir qui proviendrait du « corps » telle une super-source de vérité révélée par de bonnes pratiques, ni d'un savoir qui saurait parfaitement tout *sur* le corps en le présupposant substantialisé, unifié, objet de connaissance abstraite et universalisée en surplomb. On pourrait alors les penser comme des modes de connaissance situés, par-derrière ou sur les bords; des expériences processuelles d'être avec, par et vers derrière, qui, en laissant courir le regard sur les côtés, en lâchant la focalisation et frontalité comme unique modalité du regard, tâcheraient de détisser en même temps la clarté et la distinction comme idéal de connaissance et l'objectif clair projeté en avant et la promesse limpide et assurée comme seul mode de transformation.

Si nous nous retrouvons à marcher en arrière, ou en crabe, bien autant (ou plus) qu'en avant, à parcourir avec les mains les bords de notre champ visuel, se défait quelque chose de ce que nous pensions savoir de la conquête de la verticalité par la frontalité, de la correcte droiture et du bon axe de repères d'orientation; on assumerait alors pouvoir regarder en biais, depuis les marges du champ visuel, sans pour autant être complètement relâché-e ou absolument poreux-euse. En entrant par ces autres relations de corporéité/spatialité, on peut faire varier les tonalités musculaires, accompagnant cette écoute vers et depuis l'arrière d'une certaine sensation de force. En défaisant patiemment les pouvoirs rassurants de la clarté et de la distinction comme seule sensation de pleine force, on assumerait conjointement le fait de sentir, connaître et agir avec une certaine opacité, (ou une claire-obscurité), propre à une pensée-sentir située qui (s')autorise à travailler avec ce qui apparaît à des yeux entrouvrant les paupières, juste avant qu'une image ne prenne forme, en alliance avec tout

274. Voir Marie BARDET, « Les féminismes et la grève », *Contretemps*, Syllepse (Paris), 8 mars 2018. Voir : <<https://www.contretemps.eu/feminismes-greve/>>. Consulté le 1^{er} décembre 2018.

275. Voir Escena Política, « Comment on a fait le congrès Scène Politique », *Divague*, n° 2, Le Quai (Angers), 2017.



le champ sensible multidimensionnel qui apparaît sur les côtés et derrière. Retentissent au loin, tout proche, les appels à un « droit à l'opacité » du *Traité du Tout-Monde* du poète de la relation et de la créolisation Édouard Glissant. Une extension du domaine du pe(n)ser au-delà des limites du champ visuel focal et net, qui organise le clair et le distinct, le tout éclairci et non f(l)ou comme uniques modes de connaître et de faire.

Nous chercherons alors à faire de nos dos des fronts, plein de fronts un peu tordus et déviants, sans projeter de convertir nos situations vulnérables en une carapace toute puissance, pas plus qu'en un grand abandon à l'acceptation des choses telles qu'elles sont; nous saurons et ferons circuler tout ce que nous savons et qu'il nous reste à savoir. Ainsi, en septembre 2017 à Buenos Aires, lors d'une réunion avec les personnels soignants de l'Hôpital Alvear autour de pratiques somatiques et de l'Arachnéen chez Fernand Deligny, a surgi l'idée d'en savoir un peu plus sur les « réseaux alternatifs de soin » qui échappent aux urgences psychiatriques. Défocaliser le regard de la seule propre pratique à l'hôpital, pour commencer à voir apparaître ces « lignes d'erre » (selon Deligny) et imaginer comment les équipes de soin pourraient penser leurs pratiques en rapport avec les quartiers d'où viennent les « patient-e-s » et les toiles *ad hoc* que chacun-e y a tissées.

S'ouvriraient alors des pistes dans les différentes conversations de désirs de penser toutes ces toiles de soin qui ne soient ni un repli sur soi, ni un nouveau contrôle bien-pensant sur nos pratiques, parfois orientées largement par une paranoïa ou une déprime face aux agonies institutionnelles en cours. Inventer une manière de s'impliquer dans ces situations, en affirmant que quelque chose de leur vulnérabilité peut constituer leur force de transformation.

Repenser les temporalités des projets et des actions lorsque l'on ne sait pas bien comment mettre un pied devant l'autre; se demander « comment est-ce que l'on continue? »; semblent être les questions qui nous réunissaient lors de cette rencontre de décembre 2018. Et pourtant lorsque, lors de bilan ou réunions, on fait la liste de tout ce que l'on a fait ensemble, la longue énumération apporte une sensation qui contredit celle d'une impuissance absolue, ainsi que le remarque Alejandra Rodriguez. La question se transforme ainsi : « Quels sont nos rythmes? Combien de temps cela dure-t-il? Combien de temps est-ce que l'on insiste et persiste? » Un moment s'ouvre alors pour ces temporalités inconnues qui exigent de tisser ensemble les gestes de mémoires des expériences passées dans le sens d'un à-venir et des imaginations futures lancées depuis et vers



l'arrière. Il s'agit, insiste Nicolas Cuello, de s'ancrer dans une certaine relation concrète avec le « maintenant », comme une manière de suspendre l'anxiété ou la promesse de résultats.

Ainsi, ces actions, interventions, prises de places, de gestes et de paroles, peuvent échapper au grand récit de la victoire, et être autre chose que des actes répétitifs dont le rituel dans l'espace public nous replongerait dans une sensation d'impuissance. Ici, elles s'inscrivent avant tout dans les longues « pratiques de cuisine », selon les termes de Verónica Gago, de maturation, de re-spiration, de con-spiration, de conversation, dans des espaces ; leur opacité éclatante échappe à l'alternative visible ou invisible, transparence affichée ou obscurité du repli et des modalités d'invention d'actions ; elles ne présupposent aucune différence hiérarchique entre une recherche et une action directe, une occupation et une zone à défendre.

S'il s'agit d'un « avenir qui dure longtemps », nous savons que ce n'est pas en figeant notre regard sur un point fixe du paradis perdu promis dans le futur de lendemains parfaits, ou sur le résultat promis de nos pratiques²⁷⁶, mais en cherchant de côté, en s'adossant, en s'ancrant par-derrrière, car c'est « en regardant en arrière et en avant en même temps (au futur-passé), que nous pouvons marcher dans le présent-futur²⁷⁷ ».

Pratiquer, connaître, tisser, faire fronts avec nos dos, ensemble.

276. Marie BARDET et Isabelle GINOT, « Du changement à la variabilité. L'invention du temps dans la séance Feldenkrais », dans Isabelle GINOT (dir.), *Penser les somatiques avec Feldenkrais. Politiques et esthétiques d'une pratique corporelle*, coll. « Lignes de corps », L'Entretemps, Lavérune, 2014, pp. 59-76.

277. Traduction approximative de l'aphorisme aymara « *Qhipnayra uñtasis sarnaqapxañani* », voir Silvia RIVERA CUSICANQUI, *Sociología de la imagen*, Tinta Limón, Buenos Aires (Argentine), 2015, p. 11.

SUELY ROLNIK

**SAVOIRS-DU-CORPS, SAVOIRS ÉTHO-ÉCOLOGIQUES
ET RÉSISTANCES MICROPOLITIQUES
ENTRETIEN AVEC MARIE BARDET**

Suely Rolnik travaille et enseigne à Sao Paulo, où elle vit actuellement. Ses interventions se situent au croisement des champs critique et clinique, une alliance propre au domaine micropolitique qu'elle pense avec force depuis longtemps. Elle participa au colloque « Ecosomatique » avec sa conférence « Micropolitiques du corps dans la pensée/création. Suggestions pour ceux qui cherchent à déjouer l'inconscient colonial. » Nous avons décidé pour ce livre de réaliser un entretien avec elle.

La conversation commence par une présentation de deux palmiers pindó que Suely voit depuis les fenêtres de son appartement. Chamanes de son quotidien, ces deux arbres seront les interlocuteurs non humains de notre conversation qui passera de l'évocation du territoire précolonial appelé justement Pindorama à la « transverbération » de Sainte Thérèse d'Avila, en passant par les sorcières, et la résurgence du fleuve Rio Doce dans la région de Minas Gerais, qui savent trouver d'autres manières de vivre face aux forces qui détruisent leur forme d'existence actuelle, provoquant leur « presque » mort. Dans ses interventions, Suely Rolnik parle de la nécessité de mobiliser les « savoirs du corps » contre l'inconscient colonial-capitalistique. Marie Bardet lui demande ce qu'elle entend par là.

Cela fait un certain temps que je sais que ma maladie, mes crises de colite chronique, sont déclenchées par des situations de violence qui convoquent dans mon corps la mémoire du trauma de la violence qu'il a vécue sous la dictature. Mais, au retour de ma dernière hospitalisation suite à une crise aiguë, en parlant avec mon *pindó* le plus proche — parce que je parle beaucoup avec

lui, c'est une sorte de chaman pour moi — je me suis rendu compte que dans ces moments, mon intensité s'accélère, je suis saisie d'une espèce de vitesse insupportable dans tout mon corps. J'ai compris alors que c'était la réponse de mon corps face à la violence qui, comme toute stratégie défensive, me protégeait tout en consommant une grande partie de ma puissance vitale. En parlant avec mon palmier, j'ai réalisé que la vitesse de ma pensée faisait partie de cette réponse au trauma, enregistrée dans la mémoire de mon corps. Ces situations me mettent dans un état d'urgence et me font entrer dans une précipitation folle, qui ne cesse pas tant que je ne trouve pas les mots pour les dire. C'est une espèce d'agitation incessante qui n'a pas de limites ; je peux être extrêmement fatiguée et pourtant passer trois nuits blanches à écrire... Je me suis alors rendu compte que ma pensée n'avait pas de rythme et que le rythme de la pensée vient du rythme vital, une cadence du corps qui accompagne son inspiration et son expiration avec toute la biosphère, qui se modulent selon l'effet des forces qu'il inspire, selon comment ces forces l'affectent ; le corps danse avec la biosphère, en s'orientant selon les affects qui résultent de cette rencontre. Je me suis encore rendu compte que cette capacité, qui est un élément essentiel de ce savoir-du-corps, venait... du corps même ! Et que j'étais complètement dissociée de mon corps du point de vue du rythme ; j'ai compris à ce moment-là que cette dissociation était une conséquence de la mémoire du corps dans sa réponse au trauma, qui lui a imposé un certain rythme, ou plutôt une perte de rythme, l'empêchant depuis lors de trouver d'autres réponses, moins néfastes pour la vie. Bien sûr, je parle depuis longtemps déjà des affects, mais j'ignorais tout ou presque des rythmes. Je me suis dit :

« Je passe ma vie à travailler sur la nécessité de se reconnecter avec les affects et de développer son propre savoir depuis cette expérience, mais je n'avais pas la moindre idée de cette dimension rythmique cruciale à ce savoir ! Mon "esprit", que je cherche depuis toujours à amener à l'immanence, était encore largement situé dans une certaine transcendance, comme s'il s'agissait d'une chose abstraite, qui n'aurait rien à voir avec mon corps, une espèce d'objet qui m'appartiendrait au service de mon expérience comme sujet... »

Voilà ce que je suis en train d'essayer de conquérir. Attention, habituellement, je n'utilise pas le mot « esprit », parce qu'il est trop chargé de traditions religieuses monothéistes, des Églises et leurs systèmes moraux qui nous ont séparés de l'esprit pour l'élever à un niveau soi-disant supérieur et inaccessible, ôtant de nos mains la gestion de notre destin, par une opération de *maque-reautage*. Cela inclut également tous ces trucs *new age*, ou d'un hippisme

réchauffé, qui sont autant de versions contemporaines de cette séparation. Si j'utilise ici le terme « esprit », c'est une décision stratégique pour le ramener au corps; l'esprit, c'est le vivant en nous, le savoir propre à l'expérience subjective du vivant. Or, c'est le corps qui donne à l'esprit un rythme, une *batida*, une cadence, n'est-ce pas? Son savoir consiste à trouver à chaque fois le rythme de la relation avec la singularité des affects et des forces, pour permettre au mieux l'affirmation de la vie, au maximum possible de sa puissance. En ce sens, le rythme n'est-il pas un élément essentiel de ce savoir-du-corps?

Toutes les forces de tous les corps vivants sont en relation les unes avec les autres, et ces relations, qui sont variées et variables, produisent des effets sur chaque corps. « Affect » est le terme par lequel je désigne la spécificité des effets, sur le corps humain, des forces de la biosphère, ce grand corps vivant aux multiples éléments, dont les êtres humains parmi tant d'autres. Le savoir-du-corps, c'est notre expérience du monde non pas selon ses formes, que nous déchiffrons grâce à notre perception, mais à travers ses forces, que nous déchiffrons grâce aux affects.

En ce sens, quand je parlais de savoir-du-corps, ce qui m'intéressait c'était de le considérer comme notre boussole de base — tout à fait distincte de notre boussole morale qui sert à notre existence sociale. Ce qui m'intéresse, c'est comment la résistance, aujourd'hui, consiste de plus en plus à se reconnecter le plus possible avec notre condition de vivant, à activer nos savoirs-de-vivants, nos savoirs-du-corps, et à faire de ces savoirs notre première boussole. C'est une boussole éthique et non morale, parce que son nord — ou plutôt son sud —, c'est-à-dire ce qui nous sert de point de repère, c'est ce que la vie exige pour continuer à se battre quand elle se trouve suffoquée dans ses formes actuelles. Cette exigence se fait présente dans notre corps par les affects, qui n'ont pas d'images, de gestes ou de mots; il faudra les créer pour que ce que la vie demande se fasse sa place, transfigurant les formes du présent là où elle se trouve asphyxiée. C'est là que la boussole éthique se distingue de la boussole morale, dont le nord est un système de valeurs, exprimées par des images, des mots, etc., qui fonctionne avec le sujet et son maniement des formes et codes sociaux — une fonction tout aussi importante car elle nous permet de nous situer dans le monde selon sa configuration actuelle. Mais on ne peut pas oublier que ces formes sont toujours provisoires; il faut transfigurer ces figures et en transvaloriser les valeurs, pour reprendre les termes de Nietzsche, chaque fois que la vie nous indique que nous ne pouvons pas continuer à exister de la même manière. Et cela va de l'État à notre sexualité. Ce *processus* de création ne devient possible que si nous nous laissons orienter par la boussole éthique.

Destin éthique de la pulsion

Je vais en donner un bel exemple que m'a raconté Ailtón Krenak, un *leader* activiste intellectuel indigène brésilien qui appartient à la communauté Krenak. Dans la municipalité de l'Esplendor, dans la région de Minas Gerais, coule un fleuve appelé Rio Doce (fleuve doux). Sur une portion de sa rive gauche, vivent les Krenak. Comme on le sait, les communautés indigènes ont un rapport très fort de conversation continue avec les fleuves et tous les autres éléments de l'écosystème, qui fait pleinement partie de leur manière de vivre et de ses transformations. Dans cette même région, se trouve une très grosse entreprise minière appelée Vale, qui appartenait à l'État puis a été privatisée il y a quelques années. Cette entreprise a été responsable d'une catastrophe écologique dans la région de Minas Gerais en 2015, lorsqu'une installation a explosé et que plusieurs villes, où vivaient des milliers de personnes, ont été complètement détruites. Rien n'a été fait jusqu'à aujourd'hui pour aider les gens à se réinstaller. Cette entreprise minière a tellement pollué le fleuve que les eaux du Rio Doce n'ont pas été seulement souillées : le fleuve paraissait définitivement asséché. En regardant cette situation avec notre seule notre perception, on aurait dit que le fleuve était mort. Mais deux ans plus tard, les habitant-e-s de cette communauté indigène ont découvert que la rivière avait trouvé une façon de survivre de manière propre et avec force : elle coulait sous terre. Que s'était-il passé? Le fleuve, affecté par les forces d'agression de la mine, s'assèche, et ne va pas réagir comme nous dans une situation similaire. Chez nous, la partie « sujet » dirait : « Je suis détruite! Qu'est-ce que je vais faire? Je ne peux pas vivre autrement. Qu'est-ce qu'on va dire de moi? Je ne suis plus rien! Je n'appartiens plus à rien! Je n'arriverai plus à vivre! C'est la mort, c'est la fin... » Ou encore, nous projetons la cause de notre malaise sur l'autre : « Regarde ce qu'ils ont fait! », en l'accusant de tous les maux avec virulence. On en reste à « À bas Lula! À bas Dilma²⁷⁸. » Le fleuve, lui, n'a pas de sujet. Quand la vie se voit menacée, quand le fleuve sent les effets de ces forces destructrices sur sa vitalité, il invente immédiatement sa manière à lui de continuer sous une autre forme, en se transfigurant, en créant un autre lieu, d'une autre manière, en reprenant le rythme de son flux. Le fleuve accomplit ainsi le destin de la vie, qui est essentiellement un *processus* continu de transfiguration pour continuer à persévérer. C'est cette force de persévération qui définit la vie, ce que Spinoza appelle « conatus ».

278. Lula fut le président du Brésil entre 2003 et 2010, et Dilma Rouseff la présidente entre 2011 et 2016; tous les deux appartiennent au Parti des travailleurs.



Suely Rolnik propose de penser cette transfiguration au niveau de la subjectivité humaine. Les savoirs-du-corps qu'elle appelle également savoirs-éco-éthologiques sont ceux qui permettent d'aller de l'avant lorsque deux versants de notre expérience subjective entrent en conflit : le versant du sujet, qui déchiffre le monde à travers la perception, et celui du vivant que nous sommes, un parmi tant d'autres dans la biosphère, que nous appréhendons à partir des affects. « Affect », « non dans le sens de tendresse, mais dans le sens d'être affecté-e, perturbé-e, touché-e », précise Rolnik, c'est-à-dire les effets des forces de la biosphère sur nos corps. C'est ce que Rolnik appelle, depuis son livre *Cartografia Sentimental*²⁷⁹, « corps vibratile » et reprend dans nombre de ses textes, dont « Géopolitique du Maquereautage²⁸⁰ », mais aussi dans son dialogue avec le danseur et chercheur en danse, Hubert Godard²⁸¹.

Ces deux expériences subjectives, celle du sujet qui perçoit pour exister socialement et celle du corps vivant qui est affecté, sont différentes mais pas opposées : leur relation est de l'ordre du paradoxe. Lorsqu'elles entrent en tension l'une avec l'autre, la subjectivité se trouve déstabilisée, déterritorisée. La boussole morale cesse de fonctionner, nos références, nos images du monde et de nous-mêmes, notre mode de vie ne nous servent plus. Du point de vue de notre expérience subjective comme sujet, cet état est interprété comme un vide de sens. Alors que du point de vue de l'expérience subjective de notre condition de vivant, cet état n'est en rien un vide, mais bien plutôt la présence pulsante d'un embryon de futur dans l'attente des conditions adéquates et de la temporalité nécessaire pour germer, afin que la vie prenne une nouvelle forme, un nouveau mode d'existence. Et si le sujet l'interprète comme un vide, c'est parce que ces corps embryonnaires n'ont pas de mots, pas d'images, ni de gestes qui lui permettent de les situer. Si la subjectivité parvient à supporter ce moment de soi-disant vide, elle prend le chemin du destin éthique de la pulsion (qui est le terme que Freud a choisi pour désigner la spécificité de la force vitale chez les humains), qui consiste à convoquer le désir pour créer quelque chose qui parvienne à donner forme et matérialiser ce que la vie exige de nous lorsqu'elle

279. Suely ROLNIK, *Cartografia Sentimental. Transformações contemporâneas do desejo*, Estação Liberdade, Sao Paulo (Brésil), 1989. Réédition avec nouvelle préface, Sulina, Porto Alegre (Brésil), 2016.

280. Suely ROLNIK, « Géopolitique du Maquereau », dans Félix GUATTARI et Suely ROLNIK, *Micropolitiques*, traduit du portugais (Brésil) par Renaud Barbaras, Les Empêcheurs de penser en rond, Paris, 2007.

281. Hubert GODARD et Suely ROLNIK, « Le regard aveugle », dans Suely ROLNIK *et al.*, *Lygia Clark, de l'œuvre à l'événement. Nous sommes le moule, à vous de donner le souffle*, catalogue d'exposition, musée des Beaux-Arts, Nantes, 2005.



se trouve menacée, pour retrouver un équilibre. Ce peut être une œuvre d'art, une autre manière de vivre, une autre manière de se nourrir, faire éclater la notion de genre ou inventer d'autres sexualités, etc. En revanche, lorsque la subjectivité se réduit à son expérience de sujet, et se confond entièrement avec lui, le monde dans la forme actuelle qui le structure est vécu comme éternel et absolu, et son désagrègement est interprété comme le signal de la fin « du monde » et « de soi-même », plutôt que comme la fin « d'un monde » et d'une certaine forme de soi-même. On se sent alors complètement menacé.e, angoissé.e. Ce qui n'était qu'un malaise face à la déstabilisation provoquée par le mouvement vital de germination devient angoisse du moi, et le désir se trouve obligé à recouvrer un équilibre immédiat, en consommant des éléments appartenant à une forme préexistante, afin de recomposer une image de soi-même et du monde : un discours, un langage, un mode de vie, etc. C'est une politique réactive du désir qui produit un réarrangement d'un certain *statu quo*. Cette action réactive peut être très créative mais pas créatrice, car complètement stérile. La micropolitique réactive est antiéthique parce qu'elle implique le blocage d'un *processus* de germination de mondes, *processus* essentiel pour que la vie puisse persévérer. Au lieu de créer de nouveaux modes d'existence pour ce que la vie demande, ce que le désir crée de manière « créative » ce sont des nouveautés, des scènes pour investir du capital et alimenter la voracité de la consommation. Cet abus de la pulsion vitale qui la dévie de son destin éthique est le principe micropolitique du régime colonial-capitalistique. Et c'est précisément la dissociation de la subjectivité de notre condition de vivants qui permet que le désir s'abandonne à cet abus.

Politique des mots : de l'empathie à la transverbération

De la même manière que le sujet appréhende à travers la *perception*, notre corps vivant appréhende à travers les *affects*; et tandis que le sujet entre en relation avec l'autre par la *communication*, notre corps vivant entre en relation avec l'autre au travers de quelque chose dont je cherche encore le nom pour un nouveau texte²⁸². Je l'appelais jusqu'ici « empathie », mais le terme ne convient pas, parce que la publicité l'a énormément utilisé, les trucs *new age* ou les livres de développement

282. L'essai intitulé « Esferas da insurreição » (Sphères de l'insurrection) a été inclus dans l'ouvrage du même titre, *Esferas da Insurreição. Notas para uma vida não cafetinada* (Sphères de l'insurrection. Notes pour une vie non maquereauté), N-1 éditions, Sao Paulo (Brésil), 2018. Prochainement publié en espagnol aux éditions Tinta Limón.

personnel aussi. En même temps, des militant·e·s, noir·e·s nous disent « Merci bien, mais nous en avons marre de votre empathie ! » et elle·il·s ont bien raison, car l'empathie est une manière de dénier la tension propre à la relation racialisée et la présence inconsciente de cette racialisation dans la subjectivité blanche. Le mot que je crois que je vais utiliser, j'y travaille ce moment, c'est « transverbération ». Transverbérer renvoie à réverbérer, à disséminer, mais aussi au translucide... c'est un terme que l'on trouve chez sainte Thérèse d'Avila. Je vais expliquer d'abord la description qu'elle fait de cette expérience dans sa langue catholique, et on enlèvera ensuite l'Église, Dieu, etc., pour retranscrire son expérience dans notre langue, à partir de ce que cette expérience nous apporte. Selon sainte Thérèse, il y a six étapes pour devenir sainte, et la sixième est celle de la transverbération. Elle décrit un rêve dans lequel un ange s'est approché d'elle et lui a transpercé le cœur. Elle a ressenti une douleur gigantesque dans son corps, elle sentait que tout son corps brûlait, mais que cette douleur n'était pas purement corporelle, elle était également spirituelle. Elle habitait alors totalement l'esprit, explique-t-elle, c'est-à-dire, dans sa langue catholique « Dieu ». Si je traduis cela dans ma langue, ce qu'elle sentait qu'elle habitait pleinement, c'était son savoir-du-corps, notre condition de vivant, ce que nous pourrions appeler « esprit » — si on le libérait de son *maquereautage* par le pouvoir colonial de l'Église, fondamental et inséparable du pouvoir que l'Europe a exercé sur le reste du monde, et du pouvoir colonial du capitalisme globalisé, car ce *maquereautage* est la base politique de subjectivation qui donne sa consistance existentielle à ce régime. Nous pourrions dire alors que l'éthique d'une vie consiste précisément à habiter toujours davantage notre condition de vivant. Dans cette perspective, la sixième étape, dans notre langue, ce n'est pas devenir sainte, mais accomplir le destin éthique d'une vie, en l'honorant ; la vie c'est le « sacré », si on décide de conserver ce mot. Honorer la vie c'est l'habiter le plus pleinement possible. Voilà en quoi consiste la transverbération. Le « trans » renvoie à trans-versalité, à trans-sexuel aussi, et bien sûr à trans-cendance — si on n'entend pas par là un au-delà du monde, mais son immanence même. C'est aussi une espèce de « réverbération » mais une réverbération d'« esprit » à « esprit », de vivant à vivant, et non pas une communication entre des identités ou des systèmes moraux. Il s'agit d'une sorte de résonance intensive, ou de résonance entre affects. Dans ce cas, la connaissance n'est plus une connaissance par cognition, mais une connaissance des savoirs-du-corps, du vivant, des savoirs-écoéthologiques. Nous pouvons penser la résistance à partir de cela, en particulier à partir du mouvement des femmes.

Je crois que nous vivons un moment très intéressant : les forces brutes, ignorantes, propres à l'inconscient colonial-capitalistique sont au pouvoir partout. Elles n'ont plus de honte, elles ne se déguisent plus, elles se manifestent comme elles veulent, elles font ce qu'elles veulent. Au Brésil, ce qu'elles sont en train de faire est terrifiant à tous les niveaux, y compris avec l'art, avec la culture, avec tout ! La vie se sent très menacée, et c'est toujours dans ces moments-là que des insurrections éclatent. Je sens qu'il y a en ce moment une insurrection qui se dissémine partout, dans tous les domaines de la vie sociale, un *processus* irréversible... Bon, en général, je suis optimiste... ce qui est aussi idiot qu'être pessimiste... parce que dans les deux cas on s'en remet à l'image d'une fin figée et définitive, que ce soit une fin heureuse ou malheureuse, que ce soit l'image d'un avenir merveilleux comme la révolution, héritée de l'idée de paradis ; ou son opposé, l'image d'une catastrophe totale, héritée de l'idée d'apocalypse. Être optimiste et avoir de l'espoir, c'est très différent de croire en la vie et sa puissance de persévérance, qui exige un *processus* continu de création d'autres formes dans lesquelles se réalise ce que la vie demande et annonce.

Jusqu'à présent, on comprenait et pratiquait l'insurrection essentiellement dans un sens macropolitique, même si, en 1968, on a commencé à voir des insurrections micropolitiques. On pourrait même dire que ça avait commencé avant, avec les avant-gardes de la fin du XIX^e et début du XX^e siècles ; en tant que mouvements politiques, ça a commencé dans les années soixante-dix, un peu partout, même si de différentes manières... Je pense que Paris à cette époque a été le seul endroit où les sphères micro et macro se sont rejointes dans une même insurrection. Ce qui n'était pas le cas ailleurs, autour de 1968, ni en Amérique latine, ni en Tchécoslovaquie, ni en Italie, où les insurrections opéraient dans ces deux sphères non seulement de manière séparée, mais même dans une certaine opposition entre celles. ceux qui agissaient dans une sphère et dans l'autre : les activistes « micro » considéraient que les activistes « macro » étaient des charlatans, parce que leur subjectivité était la même que celle des bourgeois-e-s. En même temps, les activistes « macro » considéraient que la lutte dans le champ de la subjectivité et de la culture (au sens large) relevait de l'individualisme bourgeois, parce qu'elle-il-s avaient une image de la subjectivité qui se réduisait au sujet (ce qui était le cas pour elles-eux). Elle-il-s les considéraient comme bourgeois-e-s et les méprisaient d'autant plus qu'ils percevaient une certaine tendance à la dépolitisation (au sens macro du terme) chez les agents de l'insurrection micropolitique. Je crois que ce qui est nouveau et qui représente un défi pour nous tous-tes, c'est que la lutte micropolitique est beaucoup plus présente actuellement. Et qu'elle ne s'accompagne plus, comme c'était encore le cas en 1968, d'une croyance dans un avenir

merveilleux ou une société faite de communautés fraternelles, vivant en éternelle harmonie et sans conflit. Il s'agit aujourd'hui plutôt de voir comment la vie est une lutte constante entre forces actives et réactives, entre des forces qui veulent détruire la vie et des forces qui veulent que le *conatus* transverbère — des forces qui traversent autant la société que notre subjectivité ainsi que les réseaux de relations dans lesquels elle se loge. Cela est de plus en plus clair et présente en particulier dans les luttes des noir·e·s, des indigènes, des femmes, et des L.G.B.T.Q.I. La nouveauté est aussi la tendance à ne plus opposer micro et macropolitique, et consiste à agir dans les sphères en les articulant l'une à l'autre, en sachant que les deux sont nécessaires pour changer réellement les choses.

Les deux luttes, micro et macro, ont lieu sur le plan des relations de pouvoir, ce qui ne se réduit pas, dans la perspective de ces mouvements, aux relations de classe, mais inclut également les relations de genre, de race, etc. S'il est vrai que les gauches traditionnelles reconnaissent que l'ouvrier·ère n'est pas le seul agent de lutte contre l'exploitation et l'oppression, et peuvent reconnaître d'autres agents qui occupent d'autres places de subalternité (ce qui constitue sans aucun doute une avancée), elles continuent de penser les relations de pouvoir dans une perspective uniquement macropolitique. Les luttes macro et micro se donnent dans différentes sphères des relations de pouvoir, et ont donc des objectifs différents, des modes d'opération et de coopération distincts, différents agents d'insurrection, etc. La lutte macropolitique a comme objectif la distribution plus égalitaire, notamment des droits civils. Par exemple, la lutte des femmes contre le machisme dans cette sphère macro est une lutte contre le pouvoir des hommes dans laquelle nous sommes unies par une même position identitaire. À ce niveau-là, la notion d'identité fait sens et est utile à une lutte macropolitique contre l'oppression. Ce peut être une identité de femme, de noir·e, de L.G.B.T.Q.I... mais aussi d'ouvrier·ère. Dans cette sphère-là, le mode de coopération est basé sur un programme et un but prédéfinis. Autrement dit, il s'agit d'un mouvement programmatique qui dépend de la construction de mouvements organisés, de partis, parce que l'objectif est de redistribuer des droits de manière plus égalitaire, ce qui implique de changer les lois de l'État, et donc d'exercer une certaine pression sur la société pour (éventuellement) y parvenir. Alors que dans la lutte micropolitique, on intervient également sur le plan des rapports de pouvoir, mais non plus dans le but de combattre le pouvoir de la·du dominant·e — l'homme (« le masculin »), si nous continuons avec l'exemple de la lutte des femmes contre le machisme. Le but est plutôt ici de comprendre toujours mieux quel est notre personnage de femme dans la scène machiste, et quel est le personnage de l'homme dans cette même scène. Parce que, d'un point de vue micropolitique,

cette scène n'est pas faite seulement par les hommes ; elle est construite et vécue par deux personnages, la femme et l'homme, dans une dynamique qui les engage tous les deux. Le personnage de la femme, qui se sent mal si elle « n'a » pas d'homme, comme si elle n'existait pas vraiment (alors même qu'elle peut être extrêmement « puissante » dans d'autres aspects de son existence) fait partie de cette scène. Elle accepte alors, pour sortir de son état, une relation avec n'importe quel homme, et surtout une relation d'abus avec des hommes de merde parce qu'elle ne se reconnaît qu'au travers de son désir pour un homme, chose toujours en vigueur aujourd'hui. Comment, alors, une insurrection peut-elle se produire dans les rapports de pouvoir, de ce point de vue-là ? Ce n'est pas une lutte par opposition. Alors que la lutte macro est une lutte par opposition, dialectique, parce que nous avons des intérêts opposés, dans la sphère micropolitique, il s'agit de nous reconnecter avec les affects pour nous rendre compte de notre asphyxie dans le rôle de femme que nous performons sur la scène machiste, et de tirer de cette sensation la force nécessaire à accéder aux embryons de personnages qui nous habitent, pour les laisser germer. C'est ainsi que l'on défait notre personnage sur la scène des rapports de pouvoir, en créant un autre personnage, ou d'autres personnages, à partir des affects dans notre corps à chaque moment de notre existence. Dans ce *processus*, nous nous réapproprions la pulsion pour qu'elle accomplisse son destin éthique de transfiguration des figures dans lesquelles la vie se voit corporisée pour s'affirmer à nouveau. C'est un travail sans fin, la lutte de toute une vie. Au cours de ce *processus*, au fur et à mesure que d'autres personnages prennent corps, le personnage du macho se retrouve sans personne à qui s'adresser dans cette scène théâtrale, et c'est toute la scène qui s'écroule. Dans l'impossibilité de continuer de performer son personnage, l'homme a deux possibilités : soit il se connectera également avec ses affects, se rendant compte de ce qu'il y a de terrible d'être soumis à un modèle de masculinité. Il tirera alors de cette expérience la force de commencer, lui aussi, à inventer un autre personnage, d'autres personnages, mille autres personnages, reprenant les rênes de la pulsion. Soit il restera pris dans une fantaisie selon laquelle hors de cette scène et de ce personnage il n'y a rien, sinon l'écroulement de son monde et de lui-même. Dans ce cas, sa réponse sera réactive pour conserver la scène coûte que coûte ; c'est ce que l'on voit avec l'augmentation exponentielle des féminicides, comme c'est le cas en Argentine actuellement, mais aussi au Brésil.

Il s'agit donc d'inventer d'autres personnages, en détissant en nous les personnages qui sous-tendent ces rapports de pouvoir, dans ce cas-ci, les rapports machistes. Je vais reprendre ici l'idée de Pedro Team, l'un de mes étudiant-e-s, qui a écrit un texte à partir de mon essai « Sphères de l'insurrection », dans lequel il soutient que l'on pense habituellement deux figures de femme dans notre culture :



la femme « réservée et au foyer », et « la pute ou la vagabonde ». « Réservee et au foyer », c'est ainsi que Michel Temer²⁸³, le président du Brésil, parle de sa femme. Elle était Miss de l'une des villes de la région de San Pablo et a rencontré Temer lors d'un *meeting* de son parti, le Partido do Movimento Democrático Brasileiro (P.M.D.B., en français, Mouvement démocratique brésilien [M.D.B.]) où elle travaillait comme « femme-décor » (rôle fréquent dans ce genre d'événement). Non seulement Temer la présente publiquement comme étant « réservée et au foyer », mais ses conseillers en *marketing* ont changé son *look* de « Miss sexy » ou « femme-décor » pour des vêtements de femme « pure » et asexuée. Petro Team dit une chose que nous savons parfaitement mais qu'il est bon de rappeler : il existe une troisième figure, celle de la sorcière. La femme qui ne supportait d'être ni la pure, réservée, au foyer, ni la vagabonde, a commencé à se construire un autre personnage. Un personnage fortement connecté aux savoirs-du-corps, à la boussole éthique orientée par leurs pratiques de soin, d'alimentation, etc. C'est cette figure de femme qui a été particulièrement démonisée, appelé péjorativement « sorcière », car porteuse de ce qui pouvait être le plus subversif pour l'inconscient colonial-capitaliste. Le fait de se reconnecter avec les affects, et de se réapproprier la pulsion pour qu'elle accomplisse son destin éthique constitue une véritable révolution de la subjectivité soumise à ce régime d'inconscient, et vient menacer tout le reste. Ainsi, outre la figure de la vagabonde et de la sainte, il y a toujours eu des *processus* de résistance micropolitique de femmes qui défaisaient ces personnages en elles. Aujourd'hui, quand on me dit que je suis une sorcière, y compris dans le meilleur sens possible, je réponds toujours :

« Je suis ce que l'Occident colonial-capitaliste a appelé "sorcière" pour le démoniser, et justifier le fait de les enfermer, les torturer et les brûler vives dans des bûchers sur la place publique. »

Résistance et insurrection

La création d'autres formes de vie qui s'écartent des scènes dominantes, de leurs personnages et de leurs valeurs, tel est l'objectif de la lutte micropolitique qui cherche autre chose que la redistribution des droits comme le fait la lutte macropolitique. Un personnage est un mode d'existence qu'il s'agit de transfigurer ou de transvaloriser : se construire autrement, établir de nouveaux rapports à l'autre. Dans cette sphère de l'insurrection, micropolitique, la

283. Michel Temer fut président du Brésil de 2016 à 2018, suite à la destitution de Dilma Rouseff.



stratégie de lutte n'est pas programmatique, comme dans la lutte macropolitique où le but est défini au préalable. Elle est plutôt une résultante de la lutte et elle se définit tout au long d'un *processus* de création. Son mode de coopération ne consiste pas à construire un mouvement organisé ou un parti sur la base d'une identification entre des places subalternes, comme c'est le cas dans la résistance macropolitique, mais plutôt de composer des collectifs éphémères par transverbération d'une même fréquence d'affects; ces effets des forces qui agitent un certain monde chez chacun des corps qui se réunissent là, et se trouvent habités par les mêmes embryons de monde, fécondés par la rencontre avec ces forces. Les assemblées de l'École de technique collective en Argentine en avril 2017 sont un exemple de ce type de coopération micropolitique²⁸⁴. De tels embryons cherchent à germer et exigent de nous, pour cela, des actions qui leur donnent forme. De telles actions sont impossibles à mener seul-e, il faut toujours se trouver dans un certain champ relationnel, car c'est dans une expérimentation collective qu'une telle germination peut se produire. Or, on est toujours connecté à plusieurs collectifs, donc quand c'est fini, il ne faut pas pleurer en disant « oh c'est devenu une merde », « on a échoué »! Non, ce collectif a accompli son but, qui était de produire une pratique dans laquelle la germination est devenue possible et dont l'effet est la transfiguration de la réalité. Comme je le disais plus tôt, ce qui est nouveau aujourd'hui, ce ne sont pas seulement les pratiques indispensables de résistance micropolitique, c'est surtout le fait que ces nouveaux mouvements trouvent les moyens de s'articuler avec la lutte au niveau macropolitique. Il ne saurait y avoir de décolonisation effective sans transformation de la politique de subjectivation et de désir issue de l'inconscient colonial-capitalistique, objectif de la résistance dans la sphère micropolitique. Mais la décolonisation de la subjectivité et, plus fondamentalement, de la pulsion, dépend de son articulation avec la décolonisation dans la sphère macropolitique. D'un côté, la lutte des militant-e-s des différentes gauches tend à être limitée sur le plan micropolitique, du fait de leur mode de subjectivation et de leur politique de désir — qui sont toujours soumis à l'inconscient colonial-capitalistique et par là même dissociés de leurs savoirs en tant que vivants. Mais d'un autre côté, il reste que la position des gauches dans la sphère macropolitique qui consiste à résister à l'intérieur même de la démocratie bourgeoise pour plus de justice, est encore la meilleure position dans le cadre de ce régime — qui est celui de toute l'histoire moderne occidentale. La lutte micropolitique

284. Assemblées de l'École de technique collective à Buenos Aires en avril 2017 dans le cadre du colloque « Pasados de Revoluciones », organisé par la UNSAM et la UNTREF, par Verónica Gago, Silvio Lang et Marie Bardet.

ne se positionne donc pas contre la militance macropolitique; elle l'élargit et la complexifie. Quand nous disons que les politiques de gauche n'ont pas fait telle ou telle chose, y compris Lula ou les président-e-s d'Amérique latine dans la période post-dictatoriale, nous sommes comme des enfants qui disputent leurs parents pour ne pas avoir fait telle ou telle chose. Avec toutes leurs erreurs et leurs limitations, ces gouvernements ont fait beaucoup plus dans la sphère macropolitique que ce qui avait été fait dans toute l'histoire de la République de ces pays. Il est de notre responsabilité de mener cette insurrection au-delà de la sphère macropolitique, ce qui peut probablement élargir l'envergure de ces actions dans cette sphère même.

À ce moment de la conversation, surgit une inquiétude : dans les contextes actuels de violence néolibérale et d'avancée ultraconservatrice, la « vulnérabilité²⁸⁵ » continue-t-elle d'être un chemin pour nous reconnecter avec ces savoirs-du-corps comme le suggérait Suely dans « Géopolitique du Maquereau » ? Est-ce que les temps politiques et sociaux actuels ne nous demandent pas autre chose qu'une grande vulnérabilité, une porosité de la peau ? Comment penser non plus une « empathie » mais cette « transverbération » à partir de ce que Marie appellerait un « faire en écoutant », un « écouter en faisant », pensable y compris au niveau des articulations, du système vestibulaire, des tendons, des muscles, des fascias ? Est-ce qu'on peut penser une sorte de transverbération à partir des tonus musculaires ? Ou plus largement qu'est-ce que voit Suely en ce moment comme pratiques de résistance ? En rendant la peau plus poreuse ? En renforçant les muscles ? En cherchant différentes tonalités ? Comment nous faire une corporéité résistante ? En cherchant un rythme ? Une vibration ? Certaines tonalités musculaires qui puissent entrer en résonance de fréquences avec d'autres ? Doit-on encore penser cela en termes de vulnérabilité²⁸⁶ ?

Il nous faut penser cela ensemble parce que ce questionnement de la vulnérabilité en relation avec les muscles et la peau, c'est toi qui l'introduis. Ce que je peux dire d'emblée, c'est que le mot « vulnérabilité » est aussi problématique que le mot « empathie ». C'est un terme qui désigne une certaine attitude face

285. En particulier dans le sens du terme utilisé par Suely Rolnik dans « Géopolitique du Maquereau », *op. cit.*

286. Une série de questions et d'inquiétudes proposées lors de la seconde rencontre de la Casa de Bajo Estudios — à la Cazona de Flores, à Buenos Aires (Argentine), le 3 décembre 2017, « Cuerpos, potencias, resistencias », organisée par Silvio Lang avec Marie Bardet, Nicolás Cuello, Verónica Gago, Amparo González et Alejandra Rodríguez. Voir le texte de Marie Bardet, p. 179 du présent ouvrage.

à l'altérité, mais il est souvent utilisé dans le sens d'une attitude du sujet (et de plus avec une connotation politiquement correcte ou *new age*) et non comme une attitude du vivant, du hors-du-sujet. Ou alors il est confondu avec l'idée de faiblesse, ce qui est encore pire. Quand on se trouve avec des mots qui sont ainsi capturés par autre chose, soit on continue de les utiliser dans une autre direction, soit on change de mot. Je crois que s'il nous semble fécond de conserver le terme « vulnérabilité », il nous faut décrire l'expérience que ce terme nomme pour nous, et lui ajouter des adjectifs qui le qualifient dans cette direction. Vulnérabilité oui, mais à quoi? Aux forces, aux rythmes, aux postures corporelles... mais aussi vulnérabilité à l'autre par transverbération, par fréquence d'affects. Si nous disons tout cela, nous pouvons conserver le terme « vulnérabilité », sinon il faut en trouver un autre capable de mieux dire cela et de manière plus directe.

Quoi qu'il en soit, je ne l'avais pas pensé au niveau des muscles ou de la peau comme tu le proposes. Je commence tout juste à connaître mes muscles, je suis très ignorante en la matière. Sur cet aspect, je suis une intellectuelle juive; comme je le disais au début de notre conversation, le corps dans son aspect physique n'a commencé à exister que très récemment pour moi! Ce qui, par contre, existe pour moi depuis longtemps, c'est le corps comme expérience du vivant, et j'ai découvert il y a quelques années que cela me venait aussi pour bonne part, paradoxalement, de ma formation juive, à travers l'héritage hassidique de mes ancêtres polonais — évidemment vidé de son contenu mystique et bien plus encore de sa religiosité, puis mélangé aux perspectives des cultures indigènes et africaines qui m'habitent fortement. Je te parlais de notre besoin de nous connecter avec le rythme vital donné par notre corps, par transverbération avec la biosphère, mais tu y introduis une dimension très importante : la nécessité de nous connecter avec notre corps concret, nos muscles, nos peaux, nos os, etc. Il est vrai que lorsqu'on crée ces nouveaux personnages, un nouveau corps apparaît, ce qui inclut les muscles, leurs tonus et leurs formes, les os et leurs postures, la peau et sa porosité, etc. Ils sont la matière même de ce qu'un corps exprime. Mais c'est à toi de chercher cela, et je suis très curieuse de ce que tu me diras là-dessus lors de notre prochaine rencontre.

La vulnérabilité devient un outil micropolitique, pour se faire un corps, inventer des modes de vie et des savoirs corporels. Elle ne renvoie pas à un statut préétabli de fragilité, à une quelconque assignation à un rôle de victime, ou un repli. Si on le pense dans cette direction, la densité du terme permet d'échapper à la fausse alternative souvent imposée entre fragilité et puissance, entre victime et superwoman,



entre looser ou winner, entre passivité et activité... L'expérience des insurrections féministes actuelles, par exemple, transforme la vulnérabilité en une arme puissante pour lire, connecter et défaire des situations de violences.

Je reprends ici l'exemple de ma colite chronique, qui m'a valu de nombreuses hospitalisations depuis plusieurs décennies. Comme je le disais, les crises surviennent suite à des situations de violences politiques, principalement d'humiliation publique, que j'associais inconsciemment avec la mémoire de la violence dont j'ai souffert sous la dictature à mes 20 ans. Au-delà de la terreur de la prison, j'ai vu mon image publique bafouée par le récit fictionnel que le gouvernement militaire a inventé pour justifier mon emprisonnement, qu'il diffusait massivement dans tous les médias — ce qui faisait partie de toute une stratégie d'humiliation des modes d'existence contreculturels pour les affaiblir. La production de ce genre d'image fut précisément une stratégie micropolitique des forces réactives du gouvernement militaire pour miner, dans la sphère micropolitique, la lutte de l'insurrection des années soixante, menée par ce qu'il est devenu habituel d'appeler la contre-culture, un mot insuffisant pour rendre compte de la complexité et de la variété de cette lutte, spécialement au Brésil. Tout cela, je le sais depuis longtemps. Ce que j'ai découvert il y a quelques années, c'est que les crises de colite étaient déclenchées dans ces situations, parce qu'elles provoquaient un retour de la déstabilisation de la glande qui sécrète l'adrénaline, endommagée depuis cette expérience-là. Lors de ma dernière hospitalisation, grâce à un rêve, j'ai découvert autre chose : je me suis rendu compte que mes crises de colite venaient également de situations qui me rappelaient la violence machiste dont j'ai souffert depuis très jeune, de la part des hommes, et qu'y compris cette image fictionnelle que les militaires, les policiers et les journalistes ont construit sur moi pendant la dictature était extrêmement machiste. Même si je le savais déjà (inconsciemment) sans le savoir (consciemment), j'ai commencé à comprendre, au travers des affects des plus infimes de mes cellules, que les deux types de violence, machiste et dictatoriale, sont des parties indissociables de l'inconscient colonial-capitalistique. Et il est plus clair que jamais pour moi que la violence macropolitique s'appuie sur la violence micropolitique contre la vie, et vise le champ de la subjectivité, du désir et de l'érotisme. Cette sorte de conscience viscérale m'est venue à la fin de l'année 2016, grâce à des rencontres de travail avec des activistes noir-e-s du Brésil et d'Afrique du Sud, qui mènent une résistance micro et macropolitique, puis avec vous en Argentine, l'année dernière. C'est la présence de cette violence au-delà du tolérable qui me perturbe l'intestin et le fait entrer



dans une accélération complètement folle, hors de ses gonds. Ce qui se révèle actuellement, c'est que cette accélération ne se réduit pas à l'intestin, mais implique tout le rythme du corps dans son rapport au monde et impose ce même dérèglement à la pensée. Cela empêche la pensée d'être la plus attentive possible aux affects, et à la temporalité de germination de nouveaux mots pour les dire, avec la sérénité nécessaire pour être à la hauteur de cette expérience au milieu de la sensation de chaos qui saisit le sujet lorsque les mots ne sont pas formés. Savoir cela nous donne une nouvelle arme micropolitique dans la lutte pour la construction d'un autre corps, d'autres scènes relationnelles et d'autres mondes...

MANUELA ZECHNER

HABITER LA VILLE NÉOLIBÉRALE : SUJETS COLLECTIFS ET PRÉCARITÉS DU CARE DANS LA CRISE EUROPÉENNE

« Il y a quelque 7,5 millions de gens sur 1583 km² ici, 12 millions dans la zone métropolitaine. Que veulent dire ces chiffres pour nos corps, nos relations, nos pratiques politiques et sociales? Londres n'est pas marginale dans nos préoccupations ou nos expériences partagées, elle est, bien au contraire, centrale : les longues distances qu'on traverse pour prendre un café avec une amie nous rendent protecteurs de notre temps. Épuisés par l'agitation incessante, les prix élevés des transports, on est parfois forcé de rester chez nous. Sur le vélo, on s'échappe, on fuit le temps et l'argent, mais nos corps le payent, stressés par les bouchons et l'épuisement des distances, surtout avec la pluie et le vent. La métropole est une *condition corporelle* dans de nombreux sens : ville bruyante et agitée qui passe sous nos yeux, dans nos oreilles, dans nos muscles et notre peau. On se couche avec des mâchoires tendues, des jambes et des yeux fatigués. »

Nanopolitics Group²⁸⁷.

287. Nanopolitics Group, *Experimenting Sensitivities and Collectivities in the Neoliberal City*, <<https://nanopolitics.noblogs.org/nanopolitics-texts/experimenting-sensitivities-and-collectivities-in-the-neoliberal-city>>. Consulté le 31 décembre 2018. Toutes les citations extraites de l'article sont traduites par l'auteure.

Le corps de la ville néolibérale (Londres)

J'esquisserai ce que j'entends par villes néolibérales, en me référant surtout à Londres et au travail du groupe Nanopolitics. Il y a bien sûr beaucoup de types de ville néolibérale, toutes marquées différemment par leurs industries, leurs géographies, leur taille, leur statut politique, etc. Londres — incarnation par excellence des dynamiques néolibérales, notamment par la financiarisation — peut être considérée comme un terrain privilégié d'expérimentation de nos manières d'être, de nos rapports sociaux, de nos manières d'habiter et d'incarner le néolibéralisme anglo-saxon. Le collectif Nanopolitics-Londres partait de ces conditions et contradictions pour imaginer et construire d'autres manières de cohabiter, faire et défaire les corps urbains.

Tout d'abord une brève introduction de Londres Mot-clef : CAPITAL(E)

Londres est la plus grande ville de l'Union européenne, elle est investie de toutes parts par la finance et représente un point chaud de l'économie globale. Son « Économie » est aussi grande que celle de la Suède, produisant 22 % du P.I.B. de l'ensemble du Royaume-Uni²⁸⁸. Là-bas, tout est capital : la finance, le commerce et l'investissement. Londres est la ville la plus visitée au monde, avec 15 aéroports²⁸⁹ à moins de 100 km. Une incessante rotation de corps. Beaucoup de gens viennent travailler ici, avec ou sans permis (40 % des habitant·e·s sont né·e·s hors du Royaume-Uni), avec ou sans toit, blessé·e·s ou non par la traversée. L'argent transite continuellement au-delà des frontières, tandis que des foules de corps attendent le long de queues interminables dans les transports (aéroports, bus, gares), se pressant contre des barrières. Beaucoup de capital *entre* par des investissements, puis se *sédimente* dans des quartiers, des rues, des maisons, des vies. La spéculation immobilière est l'une des principales dynamiques de la ville. La sédimentation est aussi politique, dans nos mémoires, dans les différentes formes du néolibéralisme — Thatcher, Blair, Cameron — mais aussi les grèves, les libres-services, les files d'attente, les prêteurs sur gages,

288. Je reviendrai aux questions d'économie plus loin ; ici, « avoir une grande économie » signifie qu'il y a un grand flux d'argent ou, en tout cas, un grand flux financier. Pour les pourcentages, voir <http://en.wikipedia.org/wiki/Economy_of_London>. Consulté le 10 mai 2015.

289. Voir la carte des aéroports proches de Londres, <<http://hotelsbrit.com/location-of-london-airports-on-one-map/>>. Consultée le 1^{er} décembre 2018.



l'alcoolisme et la désolation. À l'interface entre les États-Unis et l'Europe, cette capitale a une relation particulière avec les politiques néolibérales, à l'image de son histoire singulière avec le capitalisme et le colonialisme. Le peuple, les colonies, le Commonwealth²⁹⁰. Capitale où les histoires de globalisation et de pouvoir s'accumulent et s'entrecroisent. Une ville qui produit de gigantesques périphéries même au-delà du *Channel*²⁹¹.

Les corps de la ville néolibérale (*nanopolitics*)

Quelle est la valeur d'un corps à Londres? Cela dépend. Vivant ou mort, noir ou blanc, homme ou femme, riche ou pauvre, citoyen ou pas, cela dépend. Alors, partons sur le corps d'une personne de classe moyenne-précaire, femme, européenne, comme moi. Il sera notre point de départ. J'ai participé très activement au collectif Nanopolitics entre 2010 et 2013, une réunion de quelques corps, principalement des précaires entre la *middle* et la *working class*, très liés au monde de la « *knowledge production* » (élaboration / production de connaissances / savoirs dans et hors de l'université), de l'enseignement et de la « *facilitation*²⁹² » ou médiation, de l'activisme et du militantisme, du soin et de l'art (théâtre-performance-son-image-esthétique). Le Nanopolitics Group est né en 2010 à Londres²⁹³, il centre son travail sur les liens entre corps, néolibéralisme et précarité. Une vingtaine d'ateliers ont été organisés et un livre a été écrit et édité collectivement, *The Nanopolitics Handbook*²⁹⁴, pour rendre compte de ce parcours. Ce livre explore les complexités de la ville néolibérale et de son incorporation. Aujourd'hui, je me référerai principalement à l'un des textes collectivement écrits dont le titre est « *Dé/faire le sens, se mouvoir ensemble : des expérimentations nanopolitiques dans la ville néolibérale* ».

290. Sur les 53 pays membres de cette alliance économique et politique, seuls deux ne sont pas d'anciennes colonies britanniques.

291. Tunnel sous la manche.

292. La « *facilitation* » est un paradigme-clef pour le travail du Nanopolitics Group et aussi son contexte. Comme la « *dinamizacion* » en espagnol, la *facilitation* décrit l'agencement de *processus* de relation, la plupart dans des contextes collectifs dont il ne s'agit pas d'apprendre quelque chose de spécifique, mais d'explorer et élaborer en commun des savoirs, affects, sentiments et associations. La *facilitation* est une pratique de médiation et traduction dans ce sens, elle vise à créer des liens qui peuvent être autonomes et développer leurs propres dynamiques.

293. Voir le blog du Nanopolitics Group, <<http://nanopolitics.noblogs.org/>>. Consulté le 1^{er} décembre 2018.

294. PAOLO PLOTTEGHER, BUE RÜBNER HANSEN et MANUELA ZECHNER (dir.), *The Nanopolitics Handbook*, Minor Compositions, Wivenhoe (Angleterre), New York et Port Watson (États-Unis), 2013.



« Beaucoup d’entre nous sont venus de plus ou moins loin pour vivre et travailler à Londres. Londres, avec ses complexités et monstruosité spécifiques, produit des “types” de corps bien précis tout en restant une mégalopole tristement commune. Comme la ville elle-même, les corps londoniens sont souvent fragmentés, réactifs, irrités, déchirés et inquiets. Londres s’étend, loin dans l’espace physique, avec son centre hors de prix, vidé par les sièges sociaux de quelques multinationales et par l’industrie du tourisme. Une “City” froide, creuse et intouchable au public, avec des “zones” appauvries qui s’étalent tant au centre que vers la périphérie. Nous assistons à la gentrification de nos maisons et nos lieux de travail, repoussés toujours plus loin vers les limites de la “zone 2” et les banlieues, par les loyers en hausse qui nous confirment toujours plus clairement l’impossibilité d’acquérir un jour sa propre maison²⁹⁵. »

Que veut dire « habiter cette ville » ? Quelles sont les expériences et stratégies qui construisent le quotidien ? Comment peut-on l’habiter et la transformer ? Comment définir cette position de précarité post-crise ? Quel imaginaire matériel et incarné permettrait d’échapper à la construction de ce sujet individualiste, compétitif, relativement privilégié dans son éducation et sa situation post-fordiste, un sujet-île isolé ? Pour répondre à ces questions j’aborderai trois dynamiques-clefs du néolibéralisme : le déplacement, la précarité, et l’individualisation. Le Nanopolitics Group présente des approches collectives pour comprendre et agir sur le terrain des vies et des subjectivités néolibérales.

Des manières d’habiter

L’expérience d’incorporation et de désincorporation de la ville néolibérale proposée par le collectif Nanopolitics repose principalement sur la conscientisation de nos manières d’habiter la mégalopole. Pas de grands gestes, pas « d’alternatives » confortables, pas de révolutions ni de plans de fuites, mais un modeste *processus* de recherche militante travaillant la question des conditions de vie, celle de l’expérience et de l’incorporation (*embodiment*). Cette démarche n’est pas non plus une thérapie individuelle mais bien un *processus* visant à augmenter nos capacités de résistance et de connexion avec ce qui nous entoure. Nanopolitics est un parcours du sentir, une mise en commun de nos

295. Paolo PLOTTEGHER, Bue RÜBNER HANSEN et Manuela ZECHNER (dir.), *The Nanopolitics Handbook*, op. cit., pp. 29-30.



manières de comprendre et de fonctionner dans la ville comme nos façons de détourner les yeux; de marcher plus vite; de sentir la pression de la concurrence; de retenir nos respirations; de garder le silence quand à nos anxiétés ou nos peurs; de tolérer des relations de pouvoir; de nous projeter ailleurs au point de changer nos vies, au point de nous en aller, etc.

« Nos manières d'inscrire Londres dans nos corps sont multiples. Épuisement, "burn-out", dépression, fatigue, hyperstimulation, nervosité, palpitations cardiaques, insomnies, acouphènes, allergies... Ce ne sont pas de simples problèmes individuels, ou des choses à régler pour redevenir productifs, et ce tant dans une logique révolutionnaire qu'entrepreneuriale. Ce sont les traces ordinaires de nos rencontres quotidiennes avec les dynamiques urbaines néolibérales. Nanopolitics est le nom que l'on a donné à la transformation de ces dynamiques en proposant une transformation des relations qui les constituent, une réappropriation (*reclaim*²⁹⁶) de nouveaux modes d'habiter²⁹⁷. »

Ainsi, Nanopolitics s'est lancé, utilisant pour ce faire les pratiques somatiques, le théâtre, le jeu et la recherche. Le premier pas a été la création d'un espace collectif pour habiter ensemble, conditionné par des variables autres que celles de la productivité et l'efficacité. L'habiter — questionné au départ dans nos sessions de travail commun — s'est étendu par la suite dans nos espaces de vie quotidiens : l'université, la rue, le travail, les transports publics, la maison, le parc, etc. Nanopolitics est un « laboratoire » dans lequel nous avons essayé de défaire quelques conjonctions somatico-subjectives du néolibéralisme, chacune apportant sa propre recherche, ses quêtes individuelles comme ses résonances collectives. Nous interrogeons les manières d'agir dans le monde, les manières d'affecter et d'être affecté-e en retour. Un travail focalisé sur les relations. Avec Simondon, nous parlions des cheminements entre le social, l'individu et le pré-individuel, avec Foucault nous transitions plutôt entre la société, le soi et la biopolitique.

296. Le verbe « *reclaim* » a une longue histoire dans les luttes du monde anglo-saxon, à partir des mouvements Reclaim The Streets (R.T.S.) des années quatre-vingt-dix à Londres, puis à travers les mouvements d'alter-globalisation et dans une multitude de pratiques anarchistes et d'autonomie. Le slogan de la méthode anarchiste SOMA, avec lequel le Nanopolitics Group conduit des expériences, en est un exemple : « *Reclaim the parts that capitalism steals from you.* »

297. Paolo PLOTTEGHER, Bue RÜBNER HANSEN et Manuela ZECHNER (dir.), *The Nanopolitics Handbook*, op. cit., pp. 30-32.





Partir des passions et des mal-être collectifs

Si notre point de départ était toujours un questionnement bien précis, nous possédions des préoccupations communes, comme la concurrence, la précarité, la mobilité ou bien le refus de diviser les problèmes entre l'individu et le collectif ou encore des paradigmes de soins autoréférentiels²⁹⁸. Le souhait de construire une politique incarnée qui viendrait compléter la micropolitique²⁹⁹ en y ajoutant les boyaux, la salive, l'immunité, la voix, la sueur, etc.

« Tout ceci n'implique pas forcément de se “sentir bien” ou de se “sentir mieux” : tu peux être mal à l'aise et avoir peur de ce qui se passe. Tu ne sais pas exactement ce que c'est et tu n'es pas dans le contrôle non plus. C'est ta nuit obscure avec ses hurlements de chouettes, son vent glacé et le tic-tac d'une montre. Tu dances autour du feu de tes peurs, de tes passions. Tu trébuches sur des bouts d'arbre, des pierres, des chaussures. Nanopolitics ne signifie pas devenir-lisse : toute sorte de merdes nous collent, on reste maladroits, sales, silencieux, surexcités, anxieux, en sueur. Une chambre avec des chaussures éparpillées sur les bords, nos mouvements titubent dans des chaussettes absurdes et trouées, nos peaux glissent³⁰⁰. »

Notre pratique était un modeste travail sur la subjectivité et les écologies collectives³⁰¹. Notre pratique somatique dans la ville tentait d'explorer « l'expérience » à l'intersection de l'individuel et du collectif, troublant ses limites et produisant une confusion à la fois terrible et délicieuse. Nous savions que nos corps tenaient en eux la mémoire des accumulations, des extractions, des aliénations, des polarisations, ils catalysaient les rejets comme les coups de foudre amoureux. Au lieu d'une saine intimité, douce et harmonieuse, notre quête d'« alternatives » nous a mené-e-s à explorer les tensions de l'habiter néolibéral, suivant notre intuition d'incarnation matérialiste.

298. Le « *Self-Help* », paradigme né en Angleterre dans le contexte disciplinaire du XIX^e siècle, a pris une énorme force dans le contexte biopolitique et fonctionne aujourd'hui comme industrie et point de production de subjectivité close. Celle-ci produisant des individus branchés sur eux-mêmes, éternellement préoccupés et réflexifs par rapport à eux-mêmes, pris dans un paradigme du sentir qui ne sait pas s'articuler avec des forces trans-individuelles et collectives, capturés par la consommation de services et de dispositifs de développement personnel.

299. Par « micropolitique » — suivant le travail de Félix Guattari parmi d'autres — je me réfère à l'exploration et à la transformation de relations de pouvoir au niveau du social et du collectif.

300. Paolo PLOTTEGHER, Bue RÜBNER HANSEN et Manuela ZECHNER (dir.), *The Nanopolitics Handbook*, op. cit., pp. 36-37.

301. Je me réfère à une manière de penser l'écologie par rapport au collectif et à la subjectivité, inspirée par le travail de Felix Guattari sur l'Écosophie.



Partir des conditions et des situations en commun

Je vais maintenant situer nos recherches et pratiques en regard de trois éléments fondamentaux : la précarité, le déplacement et l'individualisation. Je les considère comme transversaux au néolibéralisme — s'articulant certes de manière différente dans chaque contexte, l'un ou l'autre ayant un poids plus ou moins déterminant, mais étant toujours présent dans chaque expérience. Dans le contexte contemporain de crise, je propose de repenser la précarité sous l'angle de la reproduction sociale et collective afin de ne pas la cantonner à la seule notion de travail. Je proposerai ensuite que le déplacement, comme condition ambivalente entre mobilité et migration, soit une clef pour comprendre la précarité dans une Europe en crise. Enfin, je proposerai que l'individualisation que traverse la subjectivation néolibérale — support de la constitution du sujet dans le libéralisme : un sujet libre et autonome, modelé sur la figure de l'homme blanc avec profession — se voie en réalité mis au défi par les nouvelles pratiques et luttes autour de la précarité et du déplacement. En effet, ces pratiques ripostent en constituant un sujet politique et social basé sur l'interdépendance, le « *care* » et la vie en commun. Cette ontologie de la vie et de la collectivité, certes pas nouvelle mais renouvelée dans le contexte de la crise économique-écologique-sociale, répond à la crise du sujet libéral dans une Europe décadente.

La question qui résonne à travers cette exploration des conditions sera : comment vivre dans nos corps l'inscription ou la désinscription de la précarité et du déplacement dans la ville néolibérale ? Comment se forment de nouvelles subjectivités et manières d'habiter dans ces contextes-là ? Je me référerai à des entretiens de ma recherche doctorale, qui étudient les réseaux précaires comme « pré » « *care* » du soin dans le contexte de la crise contemporaine de 2011-2012³⁰².

Contexte européen : crise du système « santé – classes moyennes – croissance »

Pour arriver à une définition pertinente de la précarité, située dans le moment présent d'accumulation néolibérale des pays industrialisés, je dois d'abord faire un petit détour vers la classe moyenne. Contextualiser la précarité demande de la mettre en lumière avec le phénomène de déclin des classes moyennes,

302. Manuela ZECHNER, *The World We Desire is One We Create and Care for Together*, thèse, Queen Mary University, Londres (Angleterre), 2013.

phénomène particulièrement visible dans le Sud de l'Europe. Repenser la précarité demande également d'interroger ses relations au *care*, au soin, et à la durabilité, afin de sortir d'une définition stricte focalisée sur le travail, qui de fait devient de plus en plus rare dans notre Europe en crise.

Avec l'avancement de l'expérimentation néolibérale en Europe, signifiant le démantèlement des allocations de l'État providence (santé, chômage, retraite) et l'augmentation massive du chômage, la précarité cesse d'être un mot « tendance » à la fois obscur et curieux. La précarité devient une réalité qui affecte les classes moyennes. Pourtant, les classes moyennes ont été non seulement le pilier des marchés et des modèles économiques européens depuis l'industrialisation née sous l'Angleterre victorienne, mais également le pilier politique des démocraties et des formes de subjectivations européennes.

La croissance des villes, activée par une nouvelle classe de commerçants positionnés entre les paysans et l'aristocratie, va de pair avec la croissance des classes moyennes. D'ailleurs, « bourgeoisie » signifie littéralement « habitant·e·s de la ville ». Les populations urbaines de classe moyenne ont été cruciales dans la formation des images de citoyenneté et des responsabilités et droits d'un·e citoyen·ne ordinaire. Les économies d'après-guerre en pleine croissance entraînent une forte augmentation de cette classe moyenne, concomitante avec l'instauration d'un État providence. Ce nouveau contrat social a été formateur pour toutes les générations entrant sur le marché du travail entre les années cinquante et quatre-vingt du XX^e siècle. Ces trente ans de gloire : croissance, plein emploi, salaires montants, sécurité sociale et *baby boom* ont fortement marqué la génération de mes parents.

Dès les années soixante-dix, le paradigme néolibéral apparaît et transforme les systèmes économiques et sociaux. Les vies de celles·ceux entrant sur le marché du travail post-années quatre-vingt sont de plus en plus caractérisées par des salaires en déclin, un secteur public et un régime mutualiste au rabais ainsi que par le démantèlement et la financiarisation des pensions... les niveaux de consommation devant être stimulés avec la dette pour peu à peu privatiser et financiariser le reste. Les années quatre-vingt-dix ont clairement montré le changement de paradigme et l'ère des années 2010 ouvre sur son impact : une Europe en crise.

Celles·ceux d'entre nous qui ont grandi avec des parents de la génération post-guerre issue des classes moyennes ont été éduqué·e·s dans l'attente d'une vie identique. La pédagogie des classes moyennes valorise fortement la stabilité et l'éducation — afin de devenir un·e « bon·ne citoyen·ne ». Bien que beaucoup d'entre nous aient profité de belles années d'études, avec le soutien de nos parents

et dans des systèmes d'éducation pour la plupart encore publics — au moment où nous cherchions du travail, nous avons rencontré un *scenario* bien différent. La massification de l'éducation a signifié que mille et mille autres cherchaient le même travail, au même moment, avec les mêmes qualifications. Certain-e-s, masters ou doctorats en poche, se sont mis-es à travailler dans des cafés. La chaîne « études-travail salarié fixe-voiture-maison-enfants-retraite » n'est plus une option pour les jeunes adultes. La précarité a pris sa place, avec une chaîne indéterminée d'emplois temporaires, de contrats à zéro heure la semaine, de salaires de misère, d'intermittences... et ce, principalement dans le Sud de l'Europe où précarité signifiait et signifie toujours un déclassement continu³⁰³.

Les classes moyennes européennes sont supplantées par celles de la Chine, de l'Inde, du Brésil ou de toutes autres nations en « développement rapide³⁰⁴ ». La précarité est tout simplement un bon descripteur de l'expérience vécue par celles-ceux qui se trouvent aux marges des classes moyennes, et il est possible de retrouver ce concept dans les luttes et revendications urbaines des pays industrialisés. En Europe, avec l'avancement des politiques de crises néolibérales, la précarité change de visage, elle devient de plus en plus une question de soutien et de maintien d'une vie hors de l'emploi et hors du système de santé. Les écologies collectives sont mobilisées, créant des réseaux d'aide et de soins mutuels, prenant les formes d'une coimmunité collective face à l'appauvrissement général.

Pour les classes ouvrières non professionnalisées, la crise signifie tout simplement tomber dans la pauvreté. Au Royaume-Uni, cœur de l'expérimentation néolibérale et des politiques d'austérité, un-e enfant sur quatre est pauvre aujourd'hui³⁰⁵. L'horizon des classes moyennes s'est assombri. La dette est devenue l'une des seules manières de maintenir certaines formes de vie et de consommation. Une autre statistique frappante du Royaume-Uni montre que plus de 60 % des pauvres ont des hypothèques. Peu à peu, une recomposition des *processus* de subjectivation des classes moyennes opère dans certains lieux au moins, et de

303. Camille PEUGNY, *Le Déclassement*, coll. « Mondes vécus », Bernard Grasset, Paris, 2009.

304. Homi KHARAS et O.E.C.D., « The emerging middle class in developing countries », *Working paper*, n° 285, O.E.C.D. (Paris), janvier 2010. Voir : <<http://www.oecd.org/social/poverty/44457738.pdf>>, consulté le 1^{er} décembre 2018; « Burgeoning bourgeoisie », *The Economist*, 12 février 2009. Voir : <<http://www.economist.com/node/13063298>>. Consulté le 1^{er} décembre 2018. Cet article de *The Economist* présente d'importants problèmes analytiques, mais décrit la dynamique générale à laquelle je fais référence.

305. OXFAM, « The true cost of austerity and inequality. UK case study », septembre 2013. Voir : <<https://www.oxfam.org/sites/www.oxfam.org/files/cs-true-cost-austerity-inequality-uk-120913-en.pdf>>. Consulté le 1^{er} décembre 2018.



nouvelles luttes et revendications naissent notamment autour du logement. En Espagne, autour de 2006 (bien plus tôt qu'ailleurs), cet effondrement venait avec le slogan « *No tendrás una casa en tu puta vida* » (« Tu n'auras jamais une maison dans ta putain de vie »), lancé par des mouvements de précaires.

Précarité

Bien qu'il soit fondamental de ne pas confondre le devenir-précaire des classes moyennes avec le devenir-pauvre des classes ouvrières, on peut observer que la précarité se positionne de plus en plus vers des stratégies de survie et d'interdépendance collective qui ne se basent plus sur la consommation. Les discours situés — consciemment et concrètement — de la précarité peuvent dépasser les formes plaintives pour s'ouvrir à de nouvelles questions, à de nouvelles pratiques. Y a-t-il un instinct de l'interdépendance issue de la précarité? En revisitant l'étymologie du mot « précaire », de nouvelles lectures peuvent émerger :

« Terme issu du droit, apparu dans les années 1640, signifiant "(ob) tenu par la faveur d'un autre". Du latin *precarious* "obtenu en demandant ou en priant", de *prex* (génitif *precis*) "supplication, prière". Notion d'être "dépendant de la volonté d'un autre" qui a mené au sens plus répandu aujourd'hui "risqué, dangereux, incertain" (1680); "Aucun mot n'est employé avec moins de rigueur que celui-là et ses dérivés, employé pour *incertain*, dans tous les sens du terme, alors qu'il ne se réfère qu'à celui de dépendance vis-à-vis des autres" [Johnson]³⁰⁶. »

Les bouleversements sociaux et économiques contemporains entraînent de nouvelles dépendances vis-à-vis des autres. Sans sécurité sociale institutionnalisée, nous sommes plus affectés et vulnérables par rapport à la vie. Nous dépendons plus de nos familles et de nos ami-e-s. Nos modes d'habiter changent également : le tissu social qui nous entoure est revisité par de nouvelles formes qui émergent en réseau ou dans la ville. Par exemple, en Espagne ou en Allemagne de nouvelles formes d'organisation entre voisin-e-s voient le jour, des mouvements municipalistes, des occupations de l'espace public ou des institutions; des mouvements urbains pour l'établissement de « communs » avec notamment des productions agricoles autonomes. L'habiter comme politique : ce ne sont plus alors des individus de classe moyenne désenchantés et plaintifs mais bien une classe moyenne revendicatrice recomposant de nouvelles subjectivités.

306. Douglas HARPER, *Online Etymology Dictionary*, définition du mot « *precarious* », 2010. Voir <<http://www.etymonline.com/index.php?term=precarious>>. Consulté le 1^{er} décembre 2018.



Avec le groupe Nanopolitics, nous nous sommes retrouvé·e·s sur ces thématiques, percevant la nécessité de nouvelles politiques, éthiques et pratiques de l'habiter et du soin, qui dépassent le rapport professionnalisé, individualisé et privatisé. Au-delà de l'insécurité du travail, la précarité donne à la vie et aux vies une durabilité passant par l'organisation collective. « Collectif » ici ne signifie pas des « communes » ou des « utopies » mais des « relations », un « habiter avec les autres ».

Si « précaire » signifie l'incertitude particulière de la dépendance aux autres (de demander, de supplier, de prier), « précaire » s'inscrit alors en contrepoint à la notion libérale de « liberté » et du sujet comme autonome et indépendant. Le geste de s'adresser à l'autre avec une requête — non comme geste honteux mais comme reconnaissance et valorisation de l'hétéronomie fondamentale de nos vies — défie les subjectivités sur lesquelles s'est construit le capitalisme moderne. Dans ce dernier, c'est chacun·e chez soi avec ses propres affaires, gestionnaire de ses propres ressources et possibilités — « chacun » pour soi, pourrait-on dire, (j'emploie les guillemets car c'est un idéal bien genré). Dans cette optique, montrer sa dépendance est une honte. Nous voudrions affirmer ici le contraire : la dépendance est une condition inévitable d'une vie en commun, seul un petit nombre de privilégié·e·s peut se permettre une absence de liens aux autres.

Ainsi, la précarité pourrait être un point de départ pour de nouvelles écologies collectives. Pour y arriver, il nous faut dépasser la condition infantilante de la vie *pre-care*, dépasser la honte mais aussi construire la confiance et la résilience collective. Seule, la précarité signifie ne pas pouvoir se soigner, ne pas avoir de ressources pour aider : rester dans un « *pre-care* », une phase antérieure au « *care* (soin) », à la réciprocité. Telle est l'expérience de toute une jeunesse issue des classes moyennes, incapable de soutenir une vie avec un travail stable et une maison, incapable de pouvoir aider ou soigner des ami·e·s ou des membres de leur famille, incapable de pouvoir avoir des enfants si tels sont leurs désirs.

De ce point de vue, il semble que nos luttes doivent viser à la fois la question des ressources et des droits liés au travail et celui de l'accès au soin : « *cuidadania* », comme l'ont nommé des activistes en Espagne, soit « *caretizenship* » (« sointoyenneté »). Comment pourrait-on re-imaginer la ville à partir d'un tel *caretizenship*? La ville, lieu d'origine de la citoyenneté, lieu d'origine de tout contrat de cohabitation et de division du travail. Un



premier aspect possible serait le développement de nouvelles manières de penser la géographie, et tout particulièrement les relations entre ville et campagne, entre local et global. Sans proposer de réponses claires, j'aimerais partager avec les lecteur·rice·s quelques réflexions sur ce défi dans le contexte néolibéral.

Le déplacement : entre mobilité et migration

Nos relations aux lieux sont souvent caractérisées par une itinérance et des passages en tant que sujets flexibles-mobiles-migratoires. Mon amie Mariya a récemment posté cela sur *Facebook* :

« “D’où êtes-vous partie?” me demande une dame à l’aéroport. J’ai besoin de quelques secondes pour me souvenir et enfin prononcer le nom du énième aéroport où j’ai pris ma énième connexion. Mais sa prochaine question me confond encore plus : “Où habitez-vous?” dit-elle sèchement, l’air soupçonneux. Je la regarde droit dans les yeux, puis gênée, ne sachant plus où je suis. Ayant vécu dans sept pays ces cinq dernières années, je ne sais que dire. Quand, soudain, un mot me sauve : “Ici. J’habite ici³⁰⁷!” »

Ce ne sont pas les mots d’une femme d’affaires décalquée par les fuseaux horaires, mais d’une jeune chercheuse Bulgare assujettie aux lois de la mobilité académique. Dans l’impossibilité d’obtenir un emploi stable à l’université, elle se voit contrainte de poursuivre son métier à l’aide de bourses et de contrats de courte durée, version perverse de la mobilité. En Europe, la mobilité a donné lieu à la migration pour beaucoup de gens, surtout pour les déclassé·e·s de la crise économique. C’est-à-dire que le mouvement n’est plus forcément une question de mode de vie, mais devient de plus en plus une nécessité de survie par l’emploi. Des milliers de jeunes ont quitté le Sud de l’Europe ces dernières années. De nombreux·ses jeunes professionnel·le·s se rappelant leur récente année d’étude en Erasmus, pré-crise, comme d’une expérience de mobilité heureuse, émigrent maintenant dans un *scenario* complètement différent, en tant qu’immigrant·e·s économiques déclassé·e·s.

307. Mariya X, *post* issu de *Facebook*, 2015.





Avec Paula Cobo-Guevara, nous avons récemment organisé un atelier sur la question du déplacement et du situer. Nos questions de départ concernaient surtout le paradoxe des mouvements de corps dans le néolibéralisme (une publication collective a permis d'approfondir ces questions³⁰⁸) :

« Qu'est-ce qu'incarner nos luttes contre la précarité, la globalisation et le néolibéralisme? Comment créer des réseaux de soin, de luttes post-nationales et solidaires dans notre quotidien? Quand et comment résiste-t-on au déplacement? Peut-on résister à travers le déplacement? Comment penser la constance et la durabilité? Quels seraient les termes de référence pour penser une éthique et une politique du déplacement — situé/aliéné, stable / en dérive, local/global, intime/étrange, individuel/collectif, indépendant/interdépendent, aller/venir, fuite/promesse, transversalité/intersection? Comment fonctionne la production contemporaine des pratiques du déplacement sous le paradigme néolibéral? Comment s'incorpore-t-elle dans des structures et des systèmes de gouvernance³⁰⁹? »

Le néolibéralisme produit des formes d'habiter déterminées par la consommation, la concurrence, et non le respect et l'ancrage aux lieux. Ré-imaginer des formes de reproduction sociale quotidienne et des réseaux de soins³¹⁰, entre proximité et distance, nécessite une ré-invention du *territoire*. Situer nos relations dans un espace, un sol ou un terrain concret, établir des points de référence, des sentiers communs. Là où il y a absence de références, il y a perte d'orientation et anxiété. Les références peuvent être des lieux, des habitudes partagées, des notions ou des pratiques en commun, des histoires ou des narrations partagées. Récemment, j'ai demandé à Fatimatta, une mère activiste précaire qui vit à Madrid, comment elle envisage la relation entre territoires et réseaux :

308. Paula COBO-GUEVARA, Marc HERBST et Manuela ZECHNER (dir.), *Situating Ourselves in Displacement*, *Journal of Aesthetics and Protest Press*, Londres (Angleterre) et Leipzig (Allemagne), 2015.

309. Paula COBO-GUEVARA et Manuela ZECHNER, « Situating oneself : an autumn laboratory », 2014. Publié en ligne : <<https://laelectrodomestica.wordpress.com/2014/07/21/situating-oneself-autumn-laboratory/>>. Consulté le 1^{er} décembre 2018.

310. Dans le sens de Silvia Federici, quand elle parle de la nécessité de mouvements qui savent se reproduire (Marina VISHMIDT, « Permanent reproductive crisis: an interview with Silvia Federici », *Mute Magazine*. Publié en ligne : <<http://www.metamute.org/editorial/articles/permanent-reproductive-crisis-interview-silvia-federici>>, consulté le 1^{er} décembre 2018).





« [...] au fil des ans, tu te rends compte que ce qui dure, ce sont les territoires. À un moment donné, par exemple, je vivais à Lavapiés, un quartier de Madrid. La récurrence des expériences, des projets et des vies en commun [dans ce quartier] a produit une espèce de réservoir qui est déjà quelque chose de plus stable, il y a toute une série de notions communes, de manières de voir, de savoir et de faire, mais il y a également une manière d'envisager l'autre et d'y être attentif, quand celui-ci est malade par exemple. Donc on ne peut pas dire "maintenant nous allons cesser d'être un réseau et passer à autre chose" parce que cela ne va pas avec notre subjectivité contemporaine. Cependant, avec les compromis qui accompagnent le militantisme, les territoires sont creusés, habités par des réseaux mais générant une certaine permanence vis-à-vis de leur mobilité³¹¹. »

En 2014, nous avons organisé un laboratoire sur le déplacement à Barcelone³¹², nous avons beaucoup parlé de l'orientation, de l'habiter et du situer dans des perspectives politiques. L'isolement et la solitude qui caractérisent les modes d'existence de ma génération, sujets post-mobiles, sont tellement entremêlés avec la précarité et le déplacement, qu'il serait trop long de développer cette question ici.

Individualisation : la vie en atome

Nous arrivons maintenant au troisième temps de l'analyse proposée ici : l'individualisation. L'intersectionnalité entre les trois dimensions de la vie néolibérale (proposés ci-dessus) entraîne contradictions et ambivalences :

« [...] nous étions tous assez individualisés dans notre groupe d'amis à Londres, nous n'avions aucun engagement au long terme, nous n'avions pas de responsabilité familiale, ni de personnes âgées nécessitant des soins ; nous étions de bons prototypes de "l'individu néolibéral entrepreneur de soi" : critiques et auto-réfléchis mais totalement libres de nous réinventer en permanence, sans engagements ou responsabilités. Cette fragilité est bien plus importante que la fragilité traditionnelle du devoir familial,

311. Entretien avec Fatimatta, à Londres (Angleterre), au printemps 2012. L'entretien est partiellement publié dans : Manuela ZECHNER, *The World We Desire is One We Create and Care for Together*, *op. cit.*

312. Autumn Laboratory on Situatedness in Displacement, organisé par Murmuræ. Voir : <<https://murmuræ.wordpress.com/proyectos/displacement-and-situatedness-autumn-laboratory-2014/>>. Consulté le 1^{er} décembre 2018.



à savoir les obligations sociales dues au rôle ou à la position familiale. Pourtant, il y avait clairement des formes d'engagements, nous avons créé de nouvelles formes d'attentes entre collègues, amis ou gens qui partagent des projets politiques. Mais c'est un type d'engagement bien particulier, il pardonnera toujours... le fait que tu doives partir à un moment donné. C'est ton choix, tu es toujours libre de partir à un moment donné, et au fond de nous, nous t'envierons si tu y arrives³¹³. »

Habiter et écologie

Ainsi, la question de l'habiter paraît pertinente tant pour les somatiques que pour l'écologie. Si l'on considère, d'une part, les somatiques comme une pratique de l'*habiter* contenant les contingences et les interdépendances du corps et, d'autre part, l'écologie comme un habiter basé sur les interrelations et les interdépendances entre corps et environnements, toutes deux sont concernées par le soutien de la vie. Ainsi, articuler ces deux notions nous apparaît important et prometteur, surtout si l'on prend en compte cet intermédiaire implicite de la micropolitique que sont les relations collectives et les négociations du pouvoir social. Ce sont des mondes collectifs que nous bâtissons, les relations sociales, qui lient nos corps et créent des pratiques, organisent concrètement nos vies et nos modes d'habiter, connectant ainsi la somatique à l'écologie. Si insister uniquement sur la dimension sociale peut produire des perspectives anthropocentriques, un défaut d'attention envers les relations sociales et l'organisation collective peut conduire à des mystifications ou des abstractions de ce que serait la durabilité de la vie.

C'est pour cela que j'aimerais souligner l'importance de la reproduction sociale dans une perspective écologique. Au-delà d'une notion de bien-être — qui souvent pense l'écologie comme un champ unitaire et non conflictuel — je voudrais présenter l'écologie dans ses différences, sa diversité et ses tensions, investie par le pouvoir comme toute autre chose. Habiter l'écologie, comme question d'espaces et de ressources collectives, est une question de positionnement et d'intérêts qui ne s'alignent pas toujours facilement selon que l'on privilégie l'axe technico-efficient ou celui de la bonne volonté.

313. Entretien avec Gabriella, à Londres (Angleterre), au printemps 2012. Partiellement publié dans : Manuela ZECHNER, *The World We Desire is One We Create and Care for Together*, op. cit.

L'*oikos* politique et la reproduction sociale

« Écologie » dérive des mots grecs « *oikos* » (maison, foyer, point de reproduction corporelle et microsociale) et « *logos* » (opinion, mot, logique, langue, savoir). L'*oikos* de l'antiquité grecque était soutenu par les femmes et les esclaves, mais géré et dirigé par un patriarche. Il ne s'agit donc pas de chercher une normalisation et/ou une essentialisation de l'*oikos* comme point « naturel ». La domestication des femmes et des esclaves sous le pouvoir d'un patriarche est fortement liée à la séparation des sphères privée et publique. C'est dans la sphère publique que naît la démocratie, à savoir un pouvoir de décision des sujets citoyens ; or l'institutionnalisation de l'argent comme médiateur primaire des relations sociales est aujourd'hui naturalisée, tout comme l'Économie avec un grand É, comme si l'économie était inévitablement capitaliste, comme si la maison était inévitablement patriarcale. Angela Mitropoulos signale cela dans son livre sur l'*Oikonomia* :

« L'économie comme l'écologie sont des inventions linguistiques relativement récentes, situées en relation à la définition classique de l'*oikos* soit dans sa présomption libérale classique d'une séparation de l'économie et du politique, soit dans une connexion par trait d'union de l'économie-politique [*political-economy*] (qui requiert néanmoins qu'on les pense comme domaines séparés), soit encore, comme dans la définition initiale de l'environnement, en tant que foyer de la nature. Ces déplacements linguistiques suggèrent non seulement une histoire empirique discontinue, mais illustrent aussi — à des moments de jonctions significatifs — une impulsion continue de refondation exprimée comme la restauration de vérités archaïques qui ont été perdues ou dissimulées³¹⁴. »

Une lecture politique de l'*oikos* écologique et économique n'est pas une recherche d'essentialisation mais une compréhension des dynamiques qui produisent et reproduisent la vie humaine et non humaine. Pour cela, je m'appuierai sur les perspectives féministes qui permettent de penser les manières de valoriser et d'exploiter les corps, les matérialités, les interdépendances, les réseaux et structures de soin. Ainsi, nous pourrions explorer comment nos villes et nos vies quotidiennes sont intégrées dans le métabolisme capitaliste³¹⁵.

314. Angela MITROPOULOS, *Contract and Contagion*, Minor Compositions, Londres (Angleterre), 2014, pp. 49-50.

315. Voir par exemple, *La electrodoméstica, Hidra et murmurae, como coño se sostiene esto : cuidados, ciudad y infraestructuras del comun*, Cours, Barcelone, 2014. Voir <<https://laelectrodomestica.wordpress.com/2014/12/02/curso-cuidados-ciudad-e-infraestructuras-del-comun-como-cono-se-sostiene-esto/>>. Consulté le 1^{er} décembre 2018.



Ceci nous demande d'étudier de vastes dynamiques tant écologiques qu'économiques (l'extractivisme, la financiarisation, le déplacement, la guerre, etc.) sans oublier les dynamiques sociales et collectives, mais également subjectives et corporelles. Nous ingérons et digérons dans un *oikos* global et capitaliste, formant ainsi des circuits reproductifs. Comme l'écrivait déjà l'auteur « P. M. » dans son livre d'écofiction *Bolo'bolo*, en 1983 :

« C'est une machine planétaire : elle mange en Afrique, digère en Asie, et chie en Europe. Elle est planifiée et régulée par des compagnies internationales, le système bancaire, le circuit des combustibles, matières premières et d'autres biens³¹⁶. »

Habiter : un matérialisme de l'*embodiment*/incorporation

L'on pourrait bien sûr actualiser et raffiner cette analyse. Ce qui nous intéresse ici est la manière d'articuler les *processus* sur différentes échelles pour arriver à une vision à tendance matérialiste qui pense le corps et les affects de la reproduction sociale. Une manière de se situer et de revenir sur le sens premier du mot crise, moment décisif du devenir d'un-e patient-e : elle-il vivra ou mourra. C'est dans ce contexte que se font les luttes contre l'appropriation, l'expropriation, la fracturation des terres, l'accumulation primitive. C'est dans ce contexte que prennent force les réseaux agro-écologiques de production et de distribution, comme les coopératives de consommateurs, mais aussi dans d'autres secteurs : le travail coopératif, les tentatives de transition ou de décroissance, les espaces et infrastructures communes, les plateformes de gestion collective des bâtiments, des quartiers, des villes, des régions, etc., les revendications de droits sociaux, les cliniques solidaires ou encore l'articulation des luttes sociales avec celles des migrant-e-s.

Cette liste non exhaustive est importante car elle représente les multiples manières de penser et repositionner le corps en relation avec les autres, avec le monde, elle « met la vie au centre ». Dans un paradigme d'abstraction cet art devient poison. Il n'est pas question ici de faire de « meilleures » abstractions — plus subtiles et vitalistes — mais plutôt de déplacer la ligne de fuite de l'abstraction désincarnée, qui détermine tant de production théorique et pratique bien que déconnectant pensée et corps; et de proposer et jouer avec de nouvelles relations entre abstraction et corps. La narration proposée par

316. P. M., *Bolo'bolo*, coll. « Premiers secours », Éditions de l'Éclat, Paris, 2013, p. 5.



Alana Apfel à travers des voix collectives dans son livre *Birth Work as Care Work*, nous permet de penser d'un seul tenant l'expérience, le travail, le système médico-social, la classe, l'origine ethnique, le sexe-genre, la spiritualité, le collectif et la reproduction. Cet exemple permet de penser les entrelacs du corps, le sentir et l'expérience sans rien perdre des mondes. Son livre s'ouvre avec cette citation de l'Emergency Exit Collective :

« Notre perspective est celle des communs de la planète : des êtres humains avec des corps, des besoins et des désirs, dont la tradition la plus essentielle est celle de la coopération dans la fabrication et le maintien de la vie ; ce maintien s'est fait dans des conditions de souffrance et de séparation de la nature et des richesses communes créées à travers les générations³¹⁷. »

Comment imaginer un matérialisme incarné qui part des conditions partagées et des expériences collectives ? Les pratiques et techniques centrées sur les expériences et conditions individuelles se refont de plus en plus selon les lignes de l'interdépendance commune. La promesse des somatiques est d'ouvrir la possibilité de penser le corps non pas comme une île mais comme un monde, croisé par les forces et les conditions que l'on partage.

317. Emergency Exit Collective, *The Great Eight Masters and the Six Billion Commoners*, Bristol, May Day 2008, cité dans : Alana APFEL, *Birth Work as Care Work*, PM Press, Oakland (États-Unis), 2015.



AYREEN ANASTAS ET RENÉ GABRI
TRADUIT DE L'ANGLAIS PAR AYMERIC DE FARAMOND
ET VIOLETA SALVATIERRA GARCÍA DE QUIRÓS

**CHORÉGRAPHIE DU CAPITAL :
CHORÉGRAPHIES DU COMMUN**





There is a choreography to capitalism, subjects no longer referring to signs as in the imperial regimes, but subjects referring back onto subjects as in a passional play or delirium. What does that choreography look like, what does it do to our bodies and movements how / when / where does it move us? Who is involved and what is the rhythm? Which / whose movements are prohibited and how to resist / detour this choreography? axis — west
pivot — north
step right — future
slip slide — progress
scripted spaces — lies
projections — positivism
perspectives — horizons
sciences — directed
behavioral, neural, psychological
cybernetic, feedback
orders. commands
leaps, 'into the open air of history?'
pace speed velocity
dance in / of *jetzt-Zeit*
rhyme arrest pause stop
where to
how run
to do?
dance?
for what?

Il y a une chorégraphie propre au capitalisme, où les sujets ne renvoient pas à des signes, comme dans le régime impérial, mais à d'autres sujets, comme dans un jeu passionnel ou délirant. De quoi cette chorégraphie a-t-elle l'air, comment affecte-t-elle nos corps et mouvements, Comment / quand / nous mène-t-elle? Qui est impliqué, quel est son rythme? Quels mouvements et de qui, sont interdits et comment résister / détourner cette chorégraphie? axe — ouest
pivot — nord
un pas vers la droite — futur
glissement latéral — progrès
espaces formatés — mensonges
projections — positivisme
perspectives — horizon
sciences — dirigé
comportemental, neural, psychologique
cybernétique, *feedback*
ordres — commandements
sauts « dans l'air ouvert de l'histoire? »
rythme de vitesse accélérée
danse dans / du *jetzt-Zeit* [le temps-de-maintenant]
rime arrêt pause stop
où donc
comment courir
faire?
danser?
pour quoi?

Hay una coreografía propia al capitalismo, en la que los sujetos no se refieren a signos, como en el régimen imperial, sino a otros sujetos, como en un juego pasional o delirante. ¿A qué se parece esa coreografía? ¿Cómo afecta a nuestros cuerpos y movimientos? ¿Cómo / cuándo / adónde nos lleva? ¿Quién está implicado/a? Y ¿cuál es el ritmo? ¿Qué movimientos (y de quién) están prohibidos? Y ¿cómo resistir / desviarse de esa coreografía? eje — oeste
pivote — norte
paso a la derecha — futuro
deslizamiento lateral — progreso
espacios predefinidos — mentiras
proyecciones — positivismo
perspectivas — horizontes
ciencias — dirigidas
conductual, neural, psicológico
cibernética, *feedback*
órdenes, comandos
saltos, '¿en el aire abierto de la historia?'
ritmo velocidad aceleración
bailar en / del *jetzt-Zeit* [el tiempo-ahora]
rima detenida pausa para adónde
cómo correr
¿hacer?
¿bailar?
¿para qué?

« Chorégraphie du capital : chorégraphies du commun »
poème traduit vers le français
par Carla Bottiglieri

« Coreografía del capital : coreografías de lo común »,
poème traduit vers l'espagnol par
Violeta Salvatierra García de Quirós



D'où vient ce malaise à écrire ou définir ce que nous faisons? Même si ce n'est pas la question qui nous est posée ici, nous ressentons néanmoins un besoin implicite d'y répondre chaque fois que nous sommes invité-e-s à écrire. Peut-être parce qu'il y a un aspect intrinsèque à ce que nous faisons ou essayons de défaire qui demeure clandestin, y compris à nous-mêmes.

Posons-nous une autre question. Peut-on avancer, de situation en situation, comme si chaque rencontre potentielle pouvait constituer une nouvelle opportunité d'articuler ce que l'on est en train de faire ou de défaire? Et tenter à chaque fois d'incarner ou d'être à la hauteur de ce que l'on pense ou dit?

La question se pose plus encore lorsque ce que l'on pense dans ces situations se trouve toujours exposé à ce qui lui est extérieur/étranger, voire à ses propres limites. Et que faire lorsque ce que nous disons est toujours en relation avec ce qui reste non dit ou même indicible? Pourrait-on même avancer que ces situations constituent autant de tentatives de créer les conditions favorables à une pensée allant au-delà de ses propres limites et de la capacité à dire ce qui jusque-là échappait à la parole?

D'où vient ce sentiment d'être toujours en retard par rapport à ce que l'on pense, ou ce sur quoi l'on réfléchit ou encore, plus précisément, sur ce que l'on éprouve? Comment partager, avec d'autres dont on est proches ou dont on aimerait se rapprocher, à la fois le *processus* subi et son effet sur nous? Pour essayer d'écrire ou de rendre compte autrement du *processus* en cours? Et avec quelle intention? Certainement pas de l'arrêter ni de sous-estimer ses forces.

Pour décrire ce *processus*, peut-être faudrait-il d'abord prendre en compte certaines des forces en jeu — nous ne pouvons jamais connaître la totalité des forces, quel que soit le contexte. Le plus souvent pour nous, ces *processus* et les forces qu'il implique sont de natures sociale, politique et collective. Elles émergent aussi d'un commun. Ce qu'on entend ici par « commun » se réfère aux *processus* et matériaux qui nous précèdent, qui agissent comme prémisses de notre quête, ou en-quête : l'air, la terre et l'eau, pour ainsi dire, dont nous tirons et développons nos inspirations, nos forces et nos idées.

Souvent, ces forces impliquent également une quête urgente de ce qui apparaît (ou justement, parce que cela n'apparaît pas) comme étant absolument nécessaire. Cette nécessité ne découle pas uniquement de besoins, mais aussi de sensibilités et de ressentis de ce dont on sait que c'est manquant qui pourtant ne peut pas toujours être nommé ou formulé. Ces forces sont historiques et peut-être anhistoriques, sociales, culturelles, inter-relationnelles et générationnelles.

Ainsi, il s'agit de forces nommées et sans nom, corporelles, immatérielles, virtuelles, des forces immanentes, celles que nous avons oubliées et dont on ne se souvient plus; elles comprennent des forces de révocation, de soin et d'affirmation, de révolte, de destruction et de création. Ce sont des forces qui, de notre vivant, et de plus en plus, nous orientent vers une vie qui refuse de se voir réduite aux valeurs et aux évaluations déterminées par le « réalisme capitaliste³¹⁸ ».

Ces recherches impliquent des forces spéculatives et investigatrices, des recherches militantes dans leur refus de distinguer les sujets des objets ou d'être repoussées dans des départements d'études ou des facultés qui risquent de les domestiquer et de les consigner, une fois encore, dans telle nouvelle discipline ou tel nouveau champ de la « production de savoir ».

Et nous nous demandons : n'avons-nous pas, à travers les siècles, produit suffisamment de connaissances qui perpétuent les dépossessions, accumulations et destructions capitalistes?

C'est une production dont on sait aujourd'hui qu'elle agit comme un implacable mécanisme qui redirige les esprits résistants et créatifs vers les flux de « découverte », « invention », capture, séparation, stérilisation, neutralisation, destruction, axiomatisation sur lesquels s'appuie le capitalisme.

C'est une intellectualité qui est inscrite dans la production d'objets où même la vie, la mort, et le souci pour la vie elle-même deviennent de simples objets d'étude. Aujourd'hui, cette forme de connaissance et sa circulation limitent sévèrement, voire éliminent, la puissance de nos pratiques et pensées capables de transformer fondamentalement les termes au moyen desquels la vie peut être vécue ou ressentie.

Certes, une part de notre résistance à articuler ou à aboutir à une forme discernable, une signature, une méthode, un nom, une approche, découle de ce désir d'échapper à la capture : celle par laquelle on rend compte d'un *processus*, on devient auteur-riche, assimilé-e-assimilable, compréhensible, transmissible, transformable en un discours, un territoire, une totalité cohérente, un lieu auquel elle-il peut être assigné-e, figé-e et reconnu-e et où on peut même s'y référer comme autorité et présence.

318. Il s'agit d'un réalisme qui présuppose que les choses sont réelles ou que les activités sont considérées comme pragmatiques si et seulement si elles se justifient par rapport aux exigences du capital et de l'entrepreneuriat capitaliste. Dans une telle réalité, la « durabilité » est jugée en fonction de sa capacité à générer de l'argent, à se justifier en termes monétaires.

La grande tragédie de notre époque est que, alors même que nous luttons pour trouver la meilleure manière d'envisager cette transvaluation de valeurs — à propos de laquelle un vieil ami a écrit autrefois — sans toutefois nous exposer nous-mêmes aux risques d'une telle exposition, d'autres groupes et individus passent toute leur vie à lutter pour en arriver là : là où leur parole ou ce qu'ils font pourra être reconnu et donc affirmer une sorte de pouvoir, de force ou d'influence sur les autres.

Est-il possible de refuser cette voie d'autoobjectification ou d'automolarisation souvent considérée comme le seul chemin possible? Pouvons-nous construire nos propres parcours et nos propres forces, et les mettre en commun? Comment reconsidérer les formes par lesquelles nous nous manifestons l'un-e à l'autre, les un-e-s avec les autres? Comment échapper à l'éviction et à l'autoéviction, ou à la privation forcée d'une vie en commun? Comment faire ceci tandis que nous sommes toujours contraint-e-s de trouver nos moyens d'existence à travers le *nexus* de l'argent, la vente de notre travail, de ce que l'on produit, même si ce ne sont que des mots, des mouvements ou des expériences? Nous posons cette dernière question parce que cette force est ce qui nous éloigne souvent du commun.

Les chemins et les circulations du désir peuvent-elle-il-s être orienté-e-s ou coordonné-e-s différemment, dès lors que c'est bien l'argent qui gouverne nos désirs aujourd'hui?

Comment conduire ces forces vers un commun? Quel peut être le sens d'une éthique ou d'une forme-de-vie si elle n'affirme pas la différence, tout en renforçant un commun? Quelle sorte d'espaces communs devons-nous inventer, qui soient capables de faire proliférer ces expériences de reconquête/réinvention (*reclaim*³¹⁹) d'un commun — des espaces qui nous soutiennent dans notre compréhension du fait que ce que nous créons n'est pas la capitalisation d'un état, entreprise ou individu, public ou privé, mais qu'il s'agit d'un commun?

Ces questions demeurerait rhétoriques si elles ne portaient pas en elles un monde de pratiques et de recherches qui dépassent les cadres discursifs et s'étendent jusqu'à nos territoires existentiels. Quels lieux faut-il déterritorialiser si ce n'est précisément ceux à partir desquels le capitalisme se reproduit chaque jour, agissant comme le front sur lequel ses attaques biocides se déploient?

319. Les écoféministes ont largement développé la signification du terme « *reclaim* » : il ne s'agit pas de reconquête guerrière afin de posséder un territoire mais bien d'associer cette revendication du lieu à une restauration de la vie, un soin des lieux de vie (note des directrices d'ouvrage).

Cela nous mène au champ plus vaste des pratiques corporelles ou somatiques, c'est notre profonde conviction que notre lutte (et cette enquête dans laquelle nous nous sommes engagé-e-s depuis plus de vingt ans, à la recherche de rythmes et de chorégraphies qui réinventent un commun) ne peut grandir et se déployer qu'en composant avec celles-ceux qui explorent, rétablissent et réactivent les savoirs résidant dans le corps : le corps comme lieu de rencontre, zone de (dé)subjectivation, de fictionnalisation, de chorégraphie ; comme lieu de pensée et première ligne de front dans la lutte pour la vie et pour la forme qu'elle prend aujourd'hui.

Que dire de ces expériences intenses de recherche transversale, collective et extra-disciplinaire dans une vie non capitaliste que nous avons organisée avec des ami-e-s, lors de ...AND ...AND ...AND? Durant les cent jours de dOCUMENTA (13)³²⁰, nous avons invité divers-ses artistes et praticien-ne-s qui ont proposé des terrains d'étude et des pratiques pouvant dessiner les contours de cette vie non capitaliste. Avec certain-e-s d'entre elles-eux, thérapeutes et praticien-ne-s somatiques, nous avons tenté d'imaginer et de ressentir des *processus* qui pourraient nous aider à extraire le capitalisme de nos corps.

Ensemble, nous nous sommes interrogé-e-s sur la relation du capitalisme à nos corps. Quelles sont les actions accumulées et répétées qui ont marqué nos corps? Comment le travail intermittent ou l'absence de travail façonnent-ils une *psyché* et un corps? Comment la dématérialisation du travail affecte-t-elle le corps? Quels sont les effets de la privatisation et du cloisonnement croissants d'espaces communs sur nos usages de territoires partagés d'existence? Même dans l'espace public, il y a tant de gens avec leurs écouteurs enfoncés dans les oreilles, une telle dé-sensibilisation générale des corps à la présence matérielle des autres. La ville devient une véritable zone d'extraction, de commercialisation et de désorientation des corps, loin de tout commun.

Quel genre d'espaces avons-nous besoin de créer, pour ré-orienter et ré-accorder nos corps les uns aux autres, aux rythmes, aux manières d'être et de vivre ensemble, afin de réinventer (*reclaim*) ce commun par lequel nous sommes tout-e-s en devenir.

Dans ce même contexte de recherche, la réponse apportée par notre amie Suely Rolnik élargissait les termes de notre question. Pour elle, il ne s'agit pas tant d'exorciser le capitalisme hors de nos corps que de se reconnecter à ce

320. ...AND...AND...AND, projet réalisé durant la dOCUMENTA (13) à Kassel (Allemagne), du 9 juin au 16 septembre 2012. Voir : <<https://d13.documenta.de/#welcome/>>. Consulté le 31 décembre 2018.



que le patriarcat, le colonialisme et le capitalisme nous ont arraché, à savoir une connaissance profonde du/dans le corps. Nous pourrions nous interroger avec elle sur la manière de construire des chemins vers cette reconnexion, ce réveil post-anesthésique et cette re-sensibilisation. Comment reconnecter les savoirs de, dans et à travers l'usage de nos corps? Comment devenir poreux-se, ressentir notre porosité et en faire usage? Les positions qu'elle adopte regorgent de possibilités. Celle sur laquelle nous nous rejoignons le plus concerne l'insistance sur le lien entre patriarcat, colonialisme et capitalisme : ces derniers ne sont pas simplement des dynamiques historiques, et ne se manifestent pas seulement dans les institutions ou les configurations politiques et économiques dont nous héritons, mais ils sont présents également dans notre relation appauvrie et dévaluée à nos corps (et aux savoirs latents qui y résident).

Ainsi, les pratiques incarnées (*embodied*) qui nous intéressent renferment un potentiel de redécouverte de l'expérience d'une relation magique à un corps, à une vie et aux territoires qu'ils habitent. Ce sont ces relations et ces savoirs que notre amie Silvia Federici désigne comme étant précisément celles-ceux qui furent détruit-e-s pendant le *processus* de clôture des communaux (*enclosure*)³²¹, au Moyen Âge — période marquée par la privatisation des terres communes et intrinsèquement liée à la persécution et à la violence envers les femmes — gardiennes de ces savoirs — qui furent prises pour cibles et accusées de sorcellerie.

Ainsi, élaborer ces pratiques d'usage et de soin d'un corps, c'est aussi réanimer des savoirs réprimés et dissociés, des épistémologies qui partagent tout avec d'autres formes de vie et d'habiter. Rompre avec l'épistémologie « moderne » — qui, comme l'enseignait Michel Foucault, dissociait le « soin du soi » de la quête de « se connaître soi-même » — signifie tenter de restaurer la dimension éthique de la pensée et de la vie. C'est précisément cette perte d'orientation éthique que Foucault questionnait dans ses dernières années et que nos pratiques ont pour ambition de restaurer. Ce *processus* nous met souvent en opposition

321. Le phénomène d'*enclosure* ou de mise en clôture des champs communaux (parfois par des haies) a commencé au XV^e siècle, principalement en Angleterre, et s'est accentué au cours de la révolution industrielle. Durant le Moyen Âge, les champs relevaient d'une gestion commune, d'un glanage partagé pour les habitant-e-s et d'un libre accès des troupeaux. Ce phénomène est principalement lié à la privatisation des terres et donc à la suppression des différents usages qu'en avaient les communautés locales; il émane directement de l'expansion du capitalisme (note des directrices d'ouvrage).



directe avec les formes hégémoniques de savoirs et les relations à la connaissance qui sont produites aujourd'hui au sein des universités, des musées, des hôpitaux et des centres de recherche.

Nous ne nions pas la nécessité de travailler au sein de ces espaces, mais notre expérience nous a montré que si l'on ne construit pas des lignes de contacts et d'affinités directes avec les espaces, *processus* et luttes situés en dehors des machines normatives dont nous héritons, nous risquons d'être facilement absorbés et de méconnaître la puissance et la localisation de nos propres activités.

Comment se confronter à l'immense défi de partager de telles pratiques et commencer à les voir non pas seulement comme de simples techniques de guérison ou de restauration des capacités d'un corps (ce qui en soi n'est pas une mince affaire), mais aussi comme des revendications (*reclaiming*) et réinventions de nouvelles épistémologies, de nouvelles éthiques, de nouveaux-elles rythmes et formes-de-vie, dont les substances inhérentes sont anticoloniales, anti-patriarcales et anticapitalistes, et constituent un sous-ensemble d'une politique d'affirmation de la vie, de la différence, des mondes, plus générale.

Nous comprenons aujourd'hui que la politique n'est pas seulement une affaire molaire d'entités constituées et reconnaissables, d'institutions, de politiciens et d'États, de syndicats et de partis. Ce n'est pas non plus, comme les colonisateur·rice·s le prétendaient, simplement un lieu et donc uniquement une lutte pour le pouvoir. La politique se déploie sur différents niveaux. On pourrait dire que le terme « politique » définit les procédés à travers lesquels l'organisation sociale de nos forces et capacités collectives, de nos sensations et des événements est défiée, pensée et incarnée. Fondamentalement, la politique n'est pas une question de manière d'ordonner, d'administrer, de partager ou de distribuer les choses mais c'est une question de détermination quant à la manière dont nous partageons notre existence avec l'ensemble des vivants mais aussi avec les choses ou les personnes considérées comme mortes.

Et cette politique se déploie à chaque niveau : du désir, de nos corps, et des forces qui s'y confrontent quotidiennement. Réinventer (*reclaim*) ce corps comme lieu de notre vocation politique et éthique est un *processus* délicat qui implique, comme nous avons tenté de le souligner, un travail nuancé pour retrouver des façons de penser, de sentir, de devenir dans, à travers et avec le monde. Ces façons de penser ont le pouvoir de rompre avec les forces du patriarcat, du capitalisme et du colonialisme qui ont réduit tout à la fois la richesse des différences ainsi que les raisons d'un commun.

De ce fait, s'il est nécessaire de résister à l'intégration de nos pratiques aux épistémologies normatives, aux extractions et aux opérations du monde patriarco-colonial-capitaliste, comprendre quelles sortes de contextes et de chorégraphies nous pouvons inventer pour échapper à la capture ou à l'autoévicition d'un monde et d'un devenir-en-commun demeure une question. Et comment, au contraire, percevoir et rassembler nos pratiques dans et avec une constellation toujours plus large de luttes, de reconstructions et d'invention d'autres rythmes, d'autres formes-de-vie, d'autres univers.

Au sein de l'économie capitaliste, la durabilité écologique se doit d'être d'abord « soutenable » selon les termes capitalistes, et les propositions les plus durables seront jugées « non viables » au nom de ce principe de réalité. Cette hiérarchie des valeurs et la non-négociabilité des présupposés économiques sont au cœur du réalisme capitaliste.

On peut considérer cela comme une conviction religieuse ou comme un engagement ontologique profondément ancré : rien n'a de sens si ça ne génère pas d'argent!

Mais nous savons, de par notre propre expérience de vie dans différents contextes, que la vie aujourd'hui, telle qu'elle est façonnée par les forces du capital, est tout sauf durable.

CARLA BOTTIGLIERI

MINIMA SOMATICA

pour Ayreen Anastas et René Gabri

Chère Ayreen, cher René,

Cela fait des mois qu'on essaie d'écrire un texte à six mains, ou à trois voix, voire plus parce que vous n'êtes jamais seuls depuis que je vous connais, mais toujours accompagnés par une bande de camarades. Face aux tentatives plusieurs fois avortées, j'ai pensé que ce ne serait pas si mal de commencer (évidemment, car il est impossible d'en finir) par vous adresser une lettre. En effet, à chacune de nos rencontres au fil des dernières années et de nos déplacements respectifs, on avait bien mis ça au programme, mais pour s'apercevoir, chaque fois, que ce n'était pas le bon moment, pour une raison ou pour l'autre, et presque toujours pour une bonne raison.

Votre intervention au colloque « Écosomatiques » avait laissé résonner beaucoup de questions importantes. Vous vous en souvenez peut-être, il aurait fallu que je prenne la parole après vous, pour recueillir vos propos à la fin de la journée au Centre national de la danse, et même esquisser une synthèse. Or, voilà, il s'était fait tard, la communication précédente s'était joyeusement étalée — ce qui était fort compréhensible, vue la teneur militante des positions défendues —, et on avait dû changer de salle, pour clôturer au milieu du buffet une discussion avec tous les participants (enfin, celles et ceux qui avaient survécu à la longue journée).

Une chose est certaine, on ne peut que se réjouir de ce vaste agencement d'énonciations, avec leurs pointes plus aiguës de subjectivations, que les trois journées du colloque ont aimantées. Pour autant, j'ignore les suites de ces



trajectoires qui se sont croisées en décembre 2014, où et comment continuent les enquêtes dont nous avons été témoins, dans quels départements universitaires ou autres contrées, quel théâtre ou quelle ferme, des somatiques *queer* aux somatiques éco, en passant par une large variété d'expérimentations intra ou extra-institutionnelles, de passerelles danse-nature ou soma-araignées, de symbioses, passages ou luttes : debout, assises, nocturnes ou diurnes.

Je ne pourrai pas, hélas, m'adonner à une synthèse ; trop de choses se sont passées depuis, et j'ai l'impression que l'on vit dans une rupture permanente, pourtant présagée, qui n'est pas encore recomposable dans un récit.

J'ai beaucoup pensé, l'été dernier, au film d'Edgar Morin et Jean Rouch que vous avez remonté en fouillant dans les archives des *rushes* : ces *Chroniques d'un été* de 1961, devenues *Chroniques d'un film*, en 2011. Comment une chronique peut-elle bien devenir « aïonique³²² », pour espérer trouver le présent ? Il faudrait remémorer à l'infini, jusqu'à la nausée, ce qui chaque jour disparaît de l'actualité : ceux qui disparaissent chaque jour derrière le bruit assourdissant de commentaires de plus en plus imperméables.

Vous voyez ? Il est toujours un peu honteux de parler de quelque chose pour lequel on n'est pas compétent, n'est-ce pas.

Mais finalement la question posée par Rouch et Morin à tous les figurants de leurs chroniques n'était que : « Êtes-vous heureux ? » — et ça voulait dire : « Comment vivez-vous³²³ ? »

322. La chronique des médias consomme l'actualité en séquences événementielles dont elle tend à effacer la mémoire, en prétendant par-là, la rendre à la fois tolérable, domesticable et inéluctable. Le discours masque l'impuissance dans un régime de réactions affectives savamment provoquées et métabolisées, ou bien la dévoile stratégiquement pour légitimer le cynisme de l'accoutumance et de l'immunisation aux « faits ».

323. Je pense à un autre de vos films, l'« irréalisé » : celui qui a, pour titre à venir, *Proposition pour un Séminaire Schizoanalytique II (2057)*. Dans le synopsis, on lit : « Dans ce qui a été considéré comme leur œuvre la plus poignante, Ayreen Anastas et René Gabri travaillent avec un *casting* brillant de collaborateurs pour revenir à la question qu'ils ont explorée pendant les presque soixante ans de leur pratique artistique et cinématique : comment le désir peut-il être compris comme une force révolutionnaire ? Comment peut-il sévader des mécanismes de capture qui le répriment et le dirigent vers la destruction des mondes ? Situé dans la petite ville de Biella, à l'époque faisant encore partie de l'Italie, le film reconstitue un séminaire que les artistes ont dirigé en 2017. Ce séminaire essaya de marquer les 100 ans de la révolution de 1917 en Russie, en faisant recours aux thèmes de la Révolution, du Désir et de la Médiation. Le film n'est pas une mise en scène nostalgique d'une innocence et simplicité que ces temps-là ont pu permettre, mais plutôt un aperçu d'un moment de l'histoire où la technologie jouait un rôle de plus en plus puissant dans la production de subjectivité, dans la montée de fascismes et microfascismes, tandis que la guerre et la dévastation écologique forçaient des migrations de masse et qu'une logique capitaliste implacable extrayait de la valeur de chaque coin de la planète, allant jusqu'à miner les relations humaines. Le film analyse le processus par lequel des événements mineurs peuvent enregistrer et résonner fortement lorsqu'ils se mesurent contre les grandes narrations de vastes événements de l'histoire. [...] Au lieu





Vous (nous) avez demandé : « Est-ce que les somatiques peuvent constituer autre chose que des pratiques de *compensation* à la violence de nos sociétés néolibérales? », et puis vous avez ajouté : « ...ce qui n'est pas, par ailleurs, la moindre des choses... Mais, tout de même, les somatiques peuvent-elles *aussi* proposer quelque chose d'antagoniste à la subjectivité néolibérale, en construisant la possibilité d'autres formes de vie, d'une autre éthique des formes de vie? »

Réparation et compensation d'un côté, émancipation de l'autre : la question, il me semble, continue à se poser dans toutes les expériences que nous menons, quels que soient les contextes traversés : et la marginalité institutionnelle de nos méthodes n'est pas caution de leur potentiel politique de désassujettissement.

Depuis que je suis retournée vivre en Italie, dans cette autre espèce de Sud, je fais davantage attention aux faux amis entre les langues. « *Riparare* » en italien, se dit de deux choses : « remettre en état ce qui a subi dommage », et « protéger quelqu'un ou quelque chose (d'un danger ou d'un dommage) ». En effet, il n'est pas certain qu'à l'égard de ce qui a subi dommage, a été cassé ou brisé, les somatiques puissent promettre une réparation quelconque, par la restauration d'une sorte d'intégrité d'origine : surtout pas par les vertus technologiques du bricolage des pièces de rechange.

S'il est un mythe qui a parcouru, et traverse encore, les discours somatiques, d'un corps naturel ou authentique, dont la puissance désirante, de sensibilité et d'expression, ne serait pas encore entamée par le marquage de machines sociales, quel que soit le régime *somatopolitique* qu'elles appliquent ou incarnent, il faut entendre à quelle histoire ou à quel récit ce mythe-là a servi de caution ou, au contraire, d'antidote.

Nous l'avions évoqué, d'ailleurs, avec l'exemple de la contre-culture américaine des années soixante et soixante-dix : si les somatiques y ont trouvé un terrain propice d'épanouissement au service de l'émancipation individuelle, par la multiplication de foyers et d'expérimentations micropolitiques, la machine capitaliste y a trouvé aussi son compte, en capturant la plus-value de la production de subjectivités et de leur performativité inépuisable dans les rouages de l'économie néolibérale la plus féroce.

Qu'est-ce qui n'a pas marché? Que faut-il, disiez-vous, à nos « danses », pour sortir de la chorégraphie du *Capitalisme Mondial Intégré*? Une chorégraphie, vous l'avez souligné, qui tend à rabattre toute action dans la binarité de deux

d'être une pièce de périodisation, qui fixerait un moment historique, ou bien une tentative désespérée de remémoration de comment nous en sommes arrivés à l'état où nous sommes, le film nous déplace au cœur d'une question qui reste tout à fait d'actualité : *comment nous voulons vivre?* ».



fausses options disponibles : le paradigme néolibéral de l'autonomie des individus — l'atomisation de la vie et de la propriété privée : de soi, de son corps, de ses actions — et le simulacre du paradigme public et étatique — de plus en plus colonisé par les mêmes logiques de mesure, d'évaluation et d'extraction de la valeur, qui rabattent la reproduction sociale sur la raison économique.

D'où le refus de penser le *commun* en guise de « troisième paradigme », ou de machine sociale de troisième ou quatrième dimension, en quête de nouvelles gouvernances des corps et des vies : si le commun *hante* le social, c'est en vertu de ce qu'il introduit, dans toute vie, le présage de sa non-identité, de sa non-immunité. En ce sens, *commun* serait le nom de ce « processus primaire universel » dont les auteurs de *L'Anti-Œdipe*³²⁴ disent qu'il sous-tend, parcourt et inquiète les domaines apparemment séparés du naturel, du social et du biologique : les corps deviennent politiques dès qu'ils entrent dans l'ordre d'inscription et de régulation des flux qui les traversent — flux d'une « production désirante » que toute machine sociale tente de gouverner et de réprimer.

Domage que les analyses menées par Roberto Esposito dans *Immunitas* n'aient pas davantage affecté l'énorme production théorique sur le commun qui a proliféré au cours des vingt dernières années, de la philosophie à l'économie politique, à l'esthétique et ainsi de suite. Le geste le plus important de cet essai, à mes yeux, consistait dans le fait d'avoir déplié et exposé le paradigme immunitaire de la biopolitique contemporaine jusqu'à sa plus profonde contradiction et aporie : la notion du « soi » immunologique et son effondrement.

Au lieu d'être « originaire, achevé, intègre — “fait” une fois pour toutes », le corps biologique, rappelait Esposito,

« se fait continuellement, et à chaque fois, au gré des situations et des croisements qui en déterminent le développement. Ses limites ne l'arrêtent pas dans un monde clos, mais elles constituent, au contraire, la marge — délicate et problématique, certes, mais toujours perméable — de son rapport à ce qui, tout en se situant dans son dehors, dès le début le traverse et l'altère³²⁵. »

Que le « soi » représente un espace de *potentialité relationnelle*, et non pas la dernière barrière identitaire hissée à la défense de l'intégrité du *moi*, c'est bien la conclusion à laquelle nous conduit Foucault dans sa généalogie historique des

324. Gilles DELEUZE et Félix GUATTARI, *L'Anti-Œdipe, Capitalisme et Schizophrénie*, t. I, coll. « Critique », Les Éditions de Minuit, Paris, 1973.

325. Roberto ESPOSITO, *Immunitas. Protezione e negazione della vita*, Einaudi, Turin (Italie), 2002, p. 204. Traduction de l'auteur.



modes de formation du sujet moderne : le soi dont il faut se soucier, le soi visé par les techniques et pratiques de l'éthique gréco-romaine, nommait plutôt, en effet, la « zone de constitution pour telle ou telle subjectivité possible³²⁶ ».

Vous ajoutiez que l'accent posé par Foucault sur la problématique du *souci* plutôt que de la *connaissance de soi* défendait le caractère irréductible d'un savoir passant par le corps, l'expérience et la vie de l'individu, seule condition d'accès à une vérité : autrement dit, un savoir spirituel, loin des instances de véridiction et de validation des sciences, de la loi et de la religion.

Si c'est bien ce paradigme qui convient aux pratiques somatiques, dans ce qu'elles proposent d'entraînement d'une conscience de soi qui passe par le corps, ses affects et percepts, il me semble fondamental de le prolonger dans l'horizon de l'*usage* que ces techniques permettent : ici, c'est nécessairement le chemin indiqué par Giorgio Agamben dans *L'Usage des corps*³²⁷ qu'il faut emprunter, pour appréhender l'instauration d'un rapport à soi.

Agamben rappelle que le verbe grec « *chresthai* », ainsi que son homologue latin « *uti* », que nos langues modernes traduisent par les expressions « faire usage » ou « utiliser », se présentent dans une forme très particulière qui ne contemple pas la transitivité de l'action : la diathèse moyenne, en effet, cerne un verbe qui n'est ni actif ni passif, mais qui décrit une situation dont le sujet est à la fois l'agent et le lieu de l'événement. Empruntant la formule à Benveniste, Agamben explique la diathèse moyenne comme la condition sémantique dans laquelle le sujet *effectue en s'affectant*. Les rôles dévolus aux actants, et plus particulièrement, ceux de l'agent et du patient, se trouvent singulièrement contractés dans les verbes moyens, au profit d'une zone d'indistinction entre sujet et objet, et entre actif et passif. L'agent est à la fois objet et lieu de l'événement, puisqu'il se trouve à être affecté par sa propre action.

L'usage, dans sa généalogie radicale, ne désigne donc pas prioritairement — comme nous sommes habitués à penser — une utilisation de quelque chose, une manipulation ou une habileté instrumentale : il n'y a pas d'action *transitive*, pour ainsi dire, d'un sujet *sur* un objet, mais d'emblée une relation avec *quelque chose* (quel que soit son mode d'existence) qui comporte une modification

326. Muriel COMBES, *La Vie inséparée. Vie et sujet au temps de la biopolitique*, Dittmar, Paris, 2011, p. 69.

327. Giorgio AGAMBEN, *L'Usage des corps*, traduit de l'italien par Joël Gayraud, coll. « L'ordre philosophique », Les Éditions du Seuil, Paris, 2015.





de l'agent, son affection et altération. Tout usage implique et engage le sujet même qui l'expérimente et qui s'expérimente comme étant capable de recevoir une affection.

C'est pourquoi l'expression « usage de soi » est un pléonasme dans la mesure où le soi dont il est question se trouve déjà en position d'inhérence, voire d'implication fondamentale, dans toute expérience qui advient dans et par l'usage : comme si le « soi » n'était qu'une surface ou interface qui *se forme*, et se rend sensible au contact, en se dédoublant, en se polarisant.

Il est un geste, dans les somatiques, qui semble se charger de cet étrange dédoublement : Elizabeth Behnke l'appelle « *matching* », qui pourrait se traduire par une variété de verbes ayant trait à l'accordage, à l'adéquation, à la mise en rapport — de soi à soi, ainsi qu'à l'autre. Dans le retrait de l'écoute, dans l'exercice orienté d'un sentir rivé aux signes et aux formes que la vie du corps manifeste, jusque dans l'imperceptible des affects, le geste de l'accordage est porté par une spéculation paradoxale : dans la scansion phénoménologique des phases qui le modulent, Behnke décrit en effet le moment dans lequel l'écoute introspective s'estompe au profit d'une intensification de la réceptivité, jusqu'au retournement presque hallucinatoire dans une activité *distante*, par la permutation des termes du rapport. Que la sensation soit celle d'une forme vague, d'une nébuleuse d'indices toniques, rythmiques, vibratiles, ou qu'elle relate la tension ou la rigidité d'un lieu quelconque de mon corps, dans l'accordage je n'essaie pas de la modifier ou de m'en détourner. Au contraire, Behnke écrit :

« [J]'entre dans la forme ou la raideur, en la ressentant de l'intérieur le plus clairement possible, et je commence à me l'approprier comme si c'était quelque chose que je suis moi-même en train de faire — me contractant exactement ici, ou me tenant précisément dans cette forme. Ce qui est crucial, c'est que même si, en réalité, je ne peux pas changer la forme ou la perception dans le moment présent, je peux toutefois prétendre les maintenir volontairement, juste comme elles sont³²⁸. »

Ce qui me touche dans la description de Behnke, c'est l'articulation d'une sorte de lexique méta- ou archi-somatique, qui déploie une première série d'opérations relatives à l'usage : permutations de l'actif et du passif, du volontaire et de l'involontaire, d'actualisations et de virtualisations — toute une théorie de

328. Elizabeth BEHNKE, « Matching », dans Don Hanlon JOHNSON (dir.), *Bone, Breath, and Gesture. Practices of Embodiment*, North Atlantic Books, Berkeley (États-Unis), 1995, p. 320.





la médialité et de ses conjectures. Et surtout ce déplacement du « sujet supposé ressentir » (et peu importe, à vrai dire, la nature réelle ou imaginaire de ses *kinesthèses*) aux multitudes de « sujets » pulsant au-delà de la membrane : ce geste s'apparente à une variation de gradient de la subjectivité, ou comme dirait Suely Rolnik, à l'expérience « d'une subjectivité en dehors du sujet ».

Qu'est-ce qu'elle contient, cette expérience d'une subjectivité en dehors du sujet ?

Sur le « strict » plan somatique — s'il en est un, d'ailleurs, car l'enchevêtrement du somatique et du social dessine un réseau bien complexe d'implications topologiques — cette expérience est celle qui renégocie et redistribue les limites de l'image du corps, cet avatar corporel et incorporel dans lequel nous avons coutume de nous représenter ou d'être représentés, de nous conduire et de nous comporter. La renégociation fait appel à la fois à la suspension de l'actuel — *comme s'il n'était* que l'une des variations du présent et de ses circonstances — et à la contemplation de sa trame : mes capacités sensorimotrices, mon espace d'action avec ses gestes prescrits et ses gestes possibles, son phrasé propre de cadences kinétiques (cette *mélodie* inaudible relayant la coordination singulière de l'espace et du temps dans la matière du mouvement), son rapport à l'invariant gravitaire ainsi qu'aux variables atmosphériques des affects, et encore les formes sélectives de mes perceptions. En un mot, mes habitudes, dans la manière dont elles m'enveloppent et me font un *habitus*, par plis continus et discontinus de subjectivation, signifiante et stratification.

L'hypothèse de l'accordage, c'est que l'on peut observer et desserrer cette syntaxe de tendances, plus ou moins saillantes ou opaques, en débrayant leur enchaînement inéluctable, en trouant, pour ainsi dire, leur ordre séquentiel et le régime linéaire de la temporalité de l'action dans laquelle elles sont enkystées. Soutirée à l'automatisme de la répétition aveugle, l'habitude est potentialisée dans un nouveau champ d'oscillations : faire *comme si non*, rendre volontaire l'involontaire et la passivité une forme de spontanéité, c'est essentiellement une opération sur le temps qui le fait sortir des « gonds » de la linéarité et de la causalité.

Lorsque cette conjecture est projetée, virtuellement, au sein de *processus* physiologiques se déroulant en deçà ou au-delà du seuil proprioceptif, dans *la vie entre les plis*, elle réalise ce que Deleuze, dans des pages magnifiques de *Différence et Répétition*, avait invoqué comme hypothèse *ni mystique, ni barbare*. Les





habitudes *que nous avons* — des synthèses passives de la perception, aux synthèses actives de l'imagination, de la mémoire, de la pensée — renvoient aux habitudes plus profondes *que nous sommes*, parce que

« dans l'ordre de la passivité constituante, les synthèses perceptives renvoient à des synthèses organiques, comme la sensibilité des sens, à une sensibilité primaire que nous *sommes*. Nous sommes de l'eau, de la terre, de la lumière et de l'air contractés, non seulement avant de les reconnaître ou de les représenter, mais avant de les sentir³²⁹. »

On devrait emprunter à Suely Rolnik le diagramme du ruban de Moëbius et sa topologie de distribution de formes et de forces, d'un côté et de l'autre de la bande : la face des formes familières, dans lesquelles nous sommes habitués à nous reconnaître et à catégoriser le monde, et la face des forces, des intensités et des affects vitaux, l'intimité de l'étrange³³⁰. Entre les deux, la fêlure de l'événement : entre les deux, l'articulation patiente d'une *zone de non-connaissance*. Est-ce bien cela l'usage *médial, interstitiel*, des somatiques ?

Car l'événement peut être imperceptible, *le plus petit qu'il soit, la chose la plus délicate du monde*, et l'on risque d'en rater la chance et les signes, s'ils n'entament pas la surface régulière des formes. Comme le disent nos amis du *comité invisible* :

« On peut vivre une vie entière sans faire expérience de rien, en se gardant bien de sentir et de penser. L'existence se ramène alors à un lent mouvement de dégradation. Elle use et abîme, au lieu de donner forme³³¹. »

Et l'événement peut être aussi l'intolérable, qui détraque et désorganise les forces de vie. Sans une communisation des vulnérabilités, sans ces alliances sensibles — non pas *des corps*, mais *entre les corps* — et les passages auxquels elles font signe, la vie risque bien de devenir la proie de petites machines paranoïaques, dans leurs affolements identitaires et microfascistes se disputant le seul monde qui se prétend fondé. Toute une physiologie politique des affects, administrés par la gouvernance néolibérale jusque dans les moindres replis des imaginaires.

329. Gilles DELEUZE, *Différence et Répétition*, Presses universitaires de France, Paris, 1968, p. 99.

330. Lors d'une conférence intitulée « Micropolitiques du corps dans la pensée/création. Suggestions pour ceux qui cherchent à déjouer l'inconscient colonial » durant le colloque « Écosomatiques », Suely Rolnik évoquait, pour penser cette force vitale de création, « En marchant sur la bande de Moëbius » de Lygia Clark, qui consiste à découper longitudinalement une bande Moëbius par le milieu, en trouvant toujours un nouveau chemin où couper. Voir <<http://natural-movement.fr/files/CONFERENCES/ecosomatiques/presentation.html>>. Consulté le 10 décembre 2018.

331. Comité invisible, *Maintenant*, La Fabrique Éditions, Paris, 2017, p. 139.





Désapprendre, défaire les habitudes, désubjectiver, désignifier, destratifier l'organisme — au sens politique que le vocabulaire de *L'Anti-Edipe* lui attribue, c'est-à-dire d'un corps dont les désirs (la trame des connexions organiques) ont été capturés et surcodés par la machine capitaliste au profit de leur privatisation et marchandisation — n'a jamais été affaire de destruction. De l'organisme, rappelaient ces deux sages de *Mille Plateaux* :

« [I]l faut en garder assez pour qu'il se reforme à chaque aube; et des petites provisions de signifiante et d'interprétation, il faut en garder, même pour les opposer à leur propre système, quand les circonstances l'exigent, quand les choses, les personnes, même les situations vous y forcent; et de petites rations de subjectivité, il faut en garder suffisamment pour pouvoir répondre à la réalité dominante³³². »

De l'organisme, cette matérialité bicéphale, biologique et politique, il faut pouvoir libérer *un corps* — *ce plan central, faisceau d'affections, de capacités*³³³ et de gestes qui font signe aux mondes invisibles et aux intermondes — mais aussi *un corps à la n-1*, continuellement soustrait à la totalité unifiante, et réincorporé suivant la transversale qui rentoile les fragments.

« Voilà donc ce qu'il faudrait faire : s'installer sur une strate, expérimenter les chances qu'elle nous offre, y chercher un lieu favorable, des mouvements de déterritorialisation éventuels, des lignes de fuite possibles, les éprouver, assurer ici et là des conjonctions de flux, essayer segment par segment des continuums d'intensités, avoir toujours un petit morceau d'une nouvelle terre³³⁴. »

La réparation n'était que recomposition des trames des rapports qui nous constituent : transindividuels, transpécifiques, transfrontaliers, et toutes les autres trans-existences imaginables. Et l'émancipation, comme le suggère Josep Rafanell, une réappropriation qui « suppose la création de nouvelles dépendances

332. Gilles DELEUZE et Félix GUATTARI, *Mille plateaux, Capitalisme et Schizophrénie*, t. II, coll. « Critique », Les Éditions de Minuit, Paris, 1980, p. 199.

333. On peut faire trésor des enseignements du « multinaturalisme » amérindien tels qu'Eduardo Viveiros de Castro les relate : « Ce que nous appelons ici le "corps", donc, n'est pas une physiologie distinctive ou une anatomie caractéristique; c'est un ensemble de manières et de modes d'être qui constituent un *habitus*, un éthos, un éthogramme. Entre la subjectivité formelle des âmes et la matérialité substantielle des organismes, il y a ce plan central qui est le corps comme faisceau d'affects et de capacités, et qui est à l'origine des perspectives. » Voir Eduardo VIVEIROS DE CASTRO, *Métaphysiques cannibales. Lignes d'anthropologie post-structurale*, traduit du portugais (Brésil) par Oiara Bonilla, coll. « Métaphysiques », Presses universitaires de France, Paris, 2009, pp. 39-40.

334. *Ibid.*





qui composent le “nous” singulier de la vie collective³³⁵ » et qui ressurgit une fois que la fiction d’une individualité close sur elle-même a été destituée par le contact des mondes hétérogènes de l’expérience.

Si je vous ai suivis jusque dans les Pouilles en Italie, au plein milieu d’une campagne desséchée, ponctuée de maisons basses, de vieilles exploitations agricoles en pierre blanche et de bâtiments abandonnés en plein cours de construction, ce n’est pas parce que j’y étais attirée par votre promesse sournoise (« l’entretien, on le fera là-bas ») — pour tout dire, je n’y croyais pas vraiment — mais pour reprendre des fils de cette enquête à distance que j’ai le sentiment de mener avec vous, ou grâce à vous. Cette enquête ressemble à un entraînement en forme d’essais, d’improvisations en contextes différents, partout où il s’avère possible de monter une tente ou d’établir une demeure provisoire pour des expérimentations de cohabitation de toute sorte, agencées l’une à l’autre par une théorie de tunnels, plus que de ponts³³⁶ : *and and and...* d’une pratique à l’autre, tout un souci des médiations et une écologie des usages.

Car les usages, tout comme les tunnels creusés *entre* les choses — les êtres, les mondes, et même les pratiques et les disciplines que l’on prétend délimiter, trop souvent en surplomb — ne laissent pas intacts les termes des rapports. S’il est une *médialité* des somatiques, celle-ci comporte aussi une tension éthique essentielle, qui traduit la difficulté de localiser ces pratiques dans une quelconque épistémologie positive et d’en assigner les actes à une thérapeutique ou à une pédagogie.

L’usage des somatiques, en effet, apparaît fondamentalement prédicatif et modal, et c’est bien là, peut-être, leur enjeu politique : l’inquiétude d’un régime mineur dont il faut inventer à chaque fois les gestes, pour que les formes de circulation des savoirs *du* corps soient en mesure de composer, avec les milieux traversés, les modes de participation aux rapports et aux *formes de vie* qui les habitent.

335. Josep RAFANELL I ORRA, *Fragmenter le monde*, coll. « Pensées radicales », Éditions Divergences, Paris, 2018, p. 76.

336. Dans le film *La Dérivatrice* (1999) de Benoît Dervaux, l’un des protagonistes dit préférer les tunnels aux ponts. J’ai imaginé que les ponts sont construits entre des entités finies, des champs épistémologiques ou des disciplines. Ce que je vois des somatiques c’est plutôt une indiscernabilité des « limites » : c’est le sens des agencements « *and and and* », et de toute relation qui modifie les termes qui s’enchaînent.



VIOLETA SALVATIERRA GARCÍA DE QUIRÓS

FABRIQUES ET RUINES DU SENTIR³³⁷

Des milieux en voie d'émergence

J'interviens depuis plusieurs années dans un « club thérapeutique » du champ de la psychiatrie à Paris, en proposant des ateliers d'improvisation dansée et d'éducation somatique et en partageant avec les adhérent·e·s divers aspects de la vie collective du lieu. Cette expérience a été orientée dès le début par un questionnement de fond sur l'invention du commun à travers des pratiques de la perception et du geste du champ de la danse contemporaine³³⁸. Dans ce texte, j'interroge la place et les enjeux de ces techniques du sentir dans un « lieu de vie » pour des personnes en souffrance psychique, du point de vue des écologies perceptives, esthétiques et sociales qu'elles engagent. Pour cela, je tente, plus précisément, une lecture du milieu — du milieu du club, où l'enjeu du soin relationnel est majeur — à partir des outils venant des savoirs somatiques en danse, et notamment de l'« approche systémique du geste expressif³³⁹ ».

337. Ce texte, rédigé entre 2014 et 2015, revient sur quelques fragments d'un travail en cours... L'auteure remercie ici les adhérent·e·s et animateur·rice·s du Bouffadou qui ont rendu ce travail possible.

338. Je reviens ici sur quelques fragments de mon travail dans le cadre d'une thèse de doctorat, initialement partagés à l'occasion de la communication « Fabriques et ruines du sentir. Des "lieux de vie" pour des personnes à l'écart des normes de santé psychique et mentale » au sein du colloque « Écosomatiques ». Cette thèse de doctorat a été initiée en septembre 2011 sous la direction d'Isabelle Ginot, au sein du laboratoire « Analyse des discours et des pratiques en danse », à l'université Paris 8. Son intitulé provisoire : « Danse, éducation somatique et diversité psychique et mentale : une approche de l'atelier corporel comme laboratoire esthétique et politique ».

339. L'« approche systémique du geste expressif », généralement nommée « analyse du mouvement », est développée par Hubert Godard, Christine Roquet et l'équipe du département Danse de l'université Paris 8.



Dans le champ de la psychiatrie, un club est une structure associative qui émerge historiquement comme l'un des outils de la psychothérapie institutionnelle, un courant moteur de ce qu'on a appelé la « révolution psychiatrique » en France après la Seconde Guerre mondiale. Prenant en compte ce que Jean Oury nomme, à la suite de François Tosquelles, la « double aliénation » (l'aliénation transcendante ou psychopathologique et l'aliénation sociale), la psychothérapie institutionnelle reconsidère la place de la folie dans la société en créant des outils conceptuels et cliniques voués à se réinventer en permanence, en fonction du milieu et des singularités qui le composent. Dans la recherche d'un pouvoir instituant pour les patient·e·s, le club thérapeutique (ou la « fonction club ») consiste en une prise en charge collective de la vie quotidienne, l'un des axes fondamentaux de cette nouvelle clinique de la folie. Il ne se limite pas alors à un local ou à un dispositif pré-défini, mais il constitue, de manière plus complexe, « le soubassement d'une *praxis* dans un collectif de soins³⁴⁰. »

Le club dont il est question ici, connu sous le nom de « l'Amicale du Bouffadou », a été créé en 2001 à Paris, dans le XX^e arrondissement, par un groupe d'infirmier·ère·s et de patient·e·s d'un C.A.T.T.P.³⁴¹, à la recherche d'un espace près de la cité, avec une vocation de mixité sociale. S'il y a une dimension d'autogestion primordiale dans ce club, son existence est aussi rendue possible par son insertion dans différents réseaux. Loin d'être un territoire clos, il est lié à un réseau institutionnel, un réseau de soin et un réseau citoyen (des espaces associatifs, artistiques et culturels du quartier). Il cultive également des alliances avec d'autres dispositifs hybrides plus récents, dont certains des GEM³⁴² voisins. Il se déroule dans un local qui est ouvert tous les après-midi en semaine, coanimé par des « animateur·rice·s » (soignant·es par ailleurs, mais dont la fonction soignante est ici laissée « en arrière-plan »)

340. Patrick CHEMLA, pour le Collectif des 39, « Intervention pour la journée de stop DSM, le 22 novembre 2014 ». Voir : <<http://collectifpsychiatrie.fr>>. Consulté le 2 décembre 2018.

341. Existants depuis 1991, les centres d'accueil thérapeutique à temps partiel sont des lieux intersectoriels d'activités groupales encadrées par des soignants. Le C.A.T.T.P., où ce club a été initialement créé, est lui-même rattaché à un établissement public de santé, l'un des trois membres fondateurs de la communauté hospitalière de territoire pour la psychiatrie parisienne.

342. Issus de la loi de 2005 relative à l'égalité des droits et des chances et la participation à la citoyenneté de « personnes handicapées », les groupes d'entraide mutuelle sont des associations d'« usager·ère·s » de la psychiatrie qui visent à lutter contre l'isolement des adhérent·es et à favoriser les relations d'entraide. Dans leur conception, ils s'inscrivent dans l'héritage des clubs thérapeutiques de la psychothérapie institutionnelle, et ils reposent par ailleurs sur le modèle, fort hétérogène, des « *clubhouse* » anglo-saxons. Une grande diversité d'approches et de pratiques les caractérise, ainsi que des positions cliniques et socio-politiques très variées.



et des « adhérent·e·s » (ailleurs, patient·e·s ou usager·ère·s de la psychiatrie), mais aussi des bénévoles, des artistes, parfois des stagiaires. Il est ouvert aussi aux familles. Il comprend plusieurs espaces, associés à des « ambiances³⁴³ » de la vie collective bien distinctes, à des manières diverses d'être en coprésence. Il y a un bar, cogéré par les adhérent·e·s, un salon, un patio, un studio à l'étage (où différents ateliers ont lieu, dont celui que je conduis) et d'autres pièces pour des activités diverses (informatique, peinture). C'est un lieu convivial dans lequel, parallèlement aux ateliers d'écriture, de chant, de théâtre, etc., il y a en permanence des expositions, des réunions hebdomadaires, des soirées et des concerts. C'est aussi un lieu où il peut ne rien se passer, où l'on veille à ce qu'un trop-plein d'activité ne vienne pas en étouffer l'atmosphère; un lieu où le vide, au sens d'un espace de suspension des objectifs, des activités et des programmes, reste préservé. On y vient ainsi pour passer un après-midi, boire un café, rencontrer d'autres personnes, ou simplement pour se poser, « trouver des points d'appuis³⁴⁴ », ce qui n'est pas négligeable pour des personnes qui peuvent souvent se trouver dans des formes d'errance liée à la souffrance psychique.

Ce club est l'un des espaces sociaux que je fréquente à la fois en tant que danseuse, intervenante bénévole conduisant des ateliers d'éducation somatique et d'improvisation en danse (des ateliers que je conçois non pas *pour* des patient·e·s de la psychiatrie, mais *avec* des adhérent·e·s d'une association) et en tant que citoyenne, habitante du quartier pendant la première année des ateliers. Je pratique ce lieu aussi en tant qu'étudiante-chercheuse en danse, en train d'explorer une manière de faire de la recherche qui essaie de confronter, ou de faire travailler ensemble mes savoirs et pratiques du geste (c'est-à-dire, avant tout mon « savoir-sentir³⁴⁵ ») avec les valeurs et les jeux de forces complexes qui conditionnent la vie de personnes en souffrance psychique au sein d'un réseau de soin.

343. Jean Oury utilise le terme d'ambiance ou des « entours » pour désigner l'importance de certaines qualités de l'espace et des présences qui les composent, dans l'environnement de vie des psychotiques. L'ambiance, c'est ce qui distingue un atelier d'un autre, un·e intervenant·e d'un·e autre, permettant ainsi le passage d'un lieu à l'autre : « Une certaine tonalité, un certain style d'approche, de rencontre... Une certaine attention vis-à-vis du matériau qui n'est pas le même. » Voir Jean Oury, *Le Collectif. Le séminaire de Sainte-Anne*, Champ social éditions, Nîmes, 2005, p. 19.

344. Expression de Dominique Sement, président du club (janvier 2013).

345. Isabelle LAUNAY, « Le don du geste », *Protée, Théories et pratiques sémiotiques*, vol. 29, n° 2, département Arts et lettres de l'université du Québec à Chicoutimi (Canada), 2001. Cité d'après la version électronique publiée sur le site Paris 8 Danse : <<http://www.danse.univ-paris8.fr>>. Consultée

La coexistence de ces différents statuts et la spécificité des rôles qui s'y associent, par rapport à ceux des autres « habitant·e·s » du club, oriente ma manière d'y participer et m'invite d'emblée à une certaine mobilité. Celle-ci s'avère nécessaire à la pratique de champs relationnels assez hétérogènes. Une possibilité de transversalité, de nomadisme écosophique s'ouvre ainsi dans ces passages entre espaces de soin, espace artistique, politique, espace de transmission et de recherche. Elle soutient et conditionne en même temps une approche de la recherche fondée sur le pari d'une rencontre possible : une rencontre transformatrice autant pour les savoirs et cultures du geste que j'y amène, que pour les milieux sociaux dans lesquels j'interviens. Dans ce sens, mon travail se rapproche de ce qu'Isabelle Ginot appelle une « recherche située » en danse, c'est-à-dire, « une pratique de recherche qui émerge à partir de milieux » dont il s'agit de remettre constamment en question la définition, et qui cherche à « transformer les rapports de forces qui organisent ces milieux³⁴⁶. » Cela demande d'éclaircir les lignes de subjectivation et de tension que la pratique corporelle (et plus largement, la recherche qui la sous-tend) fait proliférer, celles qu'elle soutient et celles auxquelles elle résiste.

Sensibilités en bordures et points de jonction

Avant d'entrer dans l'atelier lui-même, j'aborderai un aspect de cette recherche qui pourrait sembler périphérique ou secondaire à la pratique du geste que je développe au sein des ateliers, mais qui, pour moi, est au contraire au cœur des enjeux de cette pratique. Je m'attarderai sur ce qui se joue aux bords des ateliers corporels que j'y conduis chaque semaine, ce qui vit à ses frontières ou « points de contact », et cela dans une pensée de ces frontières qui n'ignore pas le rapport d'inclusion mutuelle entre ces différents espaces. Ainsi, l'espace de l'atelier et les spatialités singulières qui y émergent font place de diverses manières à certains des autres espaces du club (et même au-delà du club) et *vice versa*.

Cette inclusion opère souvent à différents niveaux simultanés. Sur un plan géo-sensoriel, la salle dans laquelle se déroule la pratique est accessible par un escalier au fond de la cour, sa porte vitrée et ses fenêtres permettent une

le 2 décembre 2018.

346. Isabelle GINOT, « Inventer le métier », *Recherches en danse*, n° 1, Association des chercheurs en danse (Paris), 2014. Voir : <<https://journals.openedition.org/danse/531>>. Consulté le 2 décembre 2018.

visibilité partielle depuis la salle d'informatique au premier étage, en face, et encore plus opaque depuis la cour ; les contaminations sonores entre ces espaces, et parfois aussi avec l'extériorité de la rue (la porte d'entrée principale, qui fait communiquer le patio avec la voie publique, restant toujours entrouverte) composent également ces flux de présences, ces jeux de distinctions et de circulations entre lieux contigus mais, au-delà de ce mode d'inclusion premier, c'est surtout du point de vue des « pratiques spatialisantes » travaillant une « fonction d'accueil » et une dimension réticulaire sur lesquelles je reviendrai plus bas, que ce rapport dynamique d'inclusion, fait de différenciations et de résonances, de tissages et de dé-tissages permanents, s'organise.

Je tenterai donc de *raconter* cet espace du club à partir des manières de l'habiter, des pratiques quotidiennes du corps, du geste, des pratiques en principe bien triviales, mais à travers lesquelles quelque chose de profondément subversif peut se jouer. Ceci est d'autant plus subversif si on les contextualise au sein du modèle biopolitique dominant aujourd'hui dans le champ de la « santé mentale », modèle dont les formes de gouvernementalité en France n'ont cessé de se durcir au cours de cette dernière décennie, et que le concept de « santé-mentalisme³⁴⁷ » a bien su désigner.

À la base du choix de décrire un lieu à partir de la manière dont le corps et le geste sont engagés dans les pratiques du quotidien, il y a l'idée que ce sont les actions, les pratiques des sujets qui fondent l'espace, et que l'espace est avant tout « un lieu pratiqué³⁴⁸ ». Il y a, plus profondément, deux modèles théoriques, tous les deux élaborés à partir de *praxis* cliniques singulières, qu'il m'intéresse de relier.

D'une part, le premier modèle est celui la pensée de la corporéité et du milieu, développée par Hubert Godard dans son approche systémique du geste expressif. Ce pédagogue et thérapeute du mouvement insiste sur l'idée que la corporéité ne peut pas être pensée séparément de l'espace, qu'elle ne pré-existe

347. Mathieu Bellahsen, psychiatre cofondateur de UTOPSY et membre du collectif des 39 contre la nuit sécuritaire. Voir Mathieu BELLAHSEN, *La Santé mentale. Vers un bonheur sous contrôle*, La Fabrique Éditions, Paris, 2014. Le concept de « santé-mentalisme », fait référence à l'articulation du champ autrefois progressiste de la santé mentale et celui du néolibéralisme. Plus précisément, il désigne le *processus* selon lequel la santé mentale devient un enjeu dans l'art de gouverner, au sein d'un modèle industriel et biopolitique dominant, avec des conséquences importantes sur l'homogénéisation de pratiques par le biais de protocoles et de choix en termes de financements et d'orientation de santé publique.

348. Michel DE CERTEAU, *L'Invention du quotidien. Arts de faire*, coll. « Folio. Essais », Gallimard, Paris, 1990.



pas à la relation, à la rencontre avec l'autre. Proche de la conception écologique de la perception développée par James J. Gibson dès les années quarante, et des théories de l'*autopoïesis* de Francisco Varela, cette approche pratique — autant que théorique — de la corporéité comme faisceaux de relations creuse le postulat d'un coengendrement permanent du sujet et de son milieu pour penser la genèse du geste. Reprenant également le fil des recherches de Julian de Ajuriaguerra, Henri Wallon, Didier Anzieu ou Daniel Stern, ce courant d'analyse du mouvement approfondit l'idée que c'est la relation à l'autre (la possibilité d'un dialogue ou d'un accordage tonico-affectif) qui rend possible le vécu d'une spatialité propre et par-là même l'existence d'un lieu, un au-delà de soi où l'on puisse circuler, demeurer, entrer, quitter pour aller ailleurs, revenir, etc. La corporéité est pensée comme un espace d'(inter)action, une subjectivité processuelle se définissant continuellement dans et par l'expérience d'une géographie dynamique fondamentalement relationnelle et affective.

D'autre part, l'approche de l'espace par les pratiques rejoint une préoccupation majeure de la psychothérapie institutionnelle, celle de la pensée du lieu et de l'institution, à partir de la *praxis*, dans une approche qui est à la fois spatiale, locale, topologique et technique, mais aussi existentielle³⁴⁹. La *praxis* est entendue comme « un sol, un lieu dans lequel on marche, on évolue », un espace qui « n'a de définition que par rapport à la valeur qu'il prend pour ceux qui l'habitent »³⁵⁰. C'est ainsi que les approches respectives de Jean Oury et de Félix Guattari, qui nous intéressent en particulier, n'ont cessé de repenser une théorie du milieu (et du groupe) et de son articulation avec l'individu, à travers une remise en cause des pratiques et une recherche permanente des conditions permettant de créer « un lieu d'existence » pour la-le psychotique³⁵¹. L'abord pluriel de la psychose, le souci de cultiver un milieu où la personne en souffrance psychique puisse être écoutée, respectée,

349. Sur la question de la spatialité dans le vécu de la psychose, d'un point de vue à la fois phénoménologique et psychanalytique, les travaux des psychiatres Ludwig Binswanger, Gisela Pankow et Henri Maldiney, entre autres, constituent des apports majeurs dans les pratiques de la psychothérapie institutionnelle.

350. Pierre Johan LAFFITTE, « Autour du GTPSI et du séminaire de Jean Oury à Sainte-Anne. Deux moments cruciaux de l'aventure de la psychothérapie institutionnelle », séminaire au Collège international de philosophie, Paris, octobre 2012-janvier 2013. Citation d'après mes notes prises pendant le séminaire.

351. Olivier APPRILL, « GTPSI et le Collectif à venir », intervention au centre Antonin-Artaud, La Criée, Reims, 27 novembre 2014.



y a donné lieu à toute une culture du soin où l'attention aux différentes qualités d'accueil, de modes d'abord et d'intervention s'est développée à l'encontre des cadres hiérarchiques et des logiques économistes dominantes. La *praxis* qu'elle défend pense et lutte ainsi contre les effets de « pathoplastie » du milieu et sa potentialité pathogène, auxquels la personne psychotique est particulièrement sensible.

Au croisement de ces deux approches, vastes et riches ensembles d'outils théoriques et cliniques au service d'une politique de la singularité, une perspective écosophique commune s'affirme, m'aidant ainsi à penser les pratiques du club que je fréquente et la place qu'un atelier d'éducation somatique et de danse peut y prendre. L'attention à ces pratiques du quotidien, dans un lieu de vie pour des personnes stigmatisées de par leur vulnérabilité et leurs différences psychiques, l'attention aux espaces, aux postures et aux gestes les plus infimes est ce qui ouvre la possibilité d'une pratique concrète de l'hospitalité ; et par là, l'avènement de nouveaux sites subjectifs. Ce sont ces pratiques sensibles de l'attention, de l'espace et de la relation qui permettent la « fonction d'accueil » de l'altérité et ici, en particulier, l'accueil de la folie.

Le club comme pratique(s) de l'espace

Comment se fait cet accueil au quotidien, du point de vue du geste, des partages de territoires, des jeux haptiques du regard, de l'écoute, de l'intercorporité ? Qu'est-ce qui me fait sentir qu'un espace commun a plus de chance d'advenir dans ce club que dans d'autres structures et lieux de vie que j'ai pu fréquenter ? C'est d'abord le fait qu'il y en ait toujours certain·e·s (et pas nécessairement les mêmes à chaque fois) qui veillent d'une manière plus ou moins discrète, plus ou moins vivace, plus ou moins interventionniste, à ce qu'une pluralité de manières d'habiter puisse trouver sa place et coexister dans ce même espace. On y accepte des conduites aux dynamiques spatiales très hétérogènes : celles très ritualisées du groupe qui va presque toujours se poser sur les mêmes tables pour jouer au Scrabble pendant toute l'après-midi (et l'on sait comment ce jeu ne cesse de recomposer la spatialisation d'une écriture à plusieurs, dessinant des traits sur une grille, avec des ponts, des carrefours, des vides, des agglomérations, et l'émergence progressive de récits fragmentaires comme d'étincelles poétiques). Ce groupe est assez silencieux ; immobile, il est posé « lourdement » plus ou moins au milieu du salon comme un pilier, un corps-collectif assurant peut-être une sorte de sécurité



spatiale pour elles-eux-mêmes, et pour les autres. Dans un contexte politique menaçant pour la pérennisation de ce genre de lieux, certain·e·s y voient une forme de résistance, une manière de dire : « Vous ne nous délogerez pas³⁵². »

Il y a, dans ce groupe, un sens pondéral assez puissant, une qualité de lenteur qui imprègne l'ambiance. Cette dernière est présente aussi, d'une autre manière, chez beaucoup d'adhérent·e·s qui arrivent et se posent plutôt de manière dispersée, souvent près des coins ou à l'extérieur, quelque part en retrait, les regards baissés ; elle·il·s restent en silence ou tiennent des monologues à voix plus ou moins basse, et peuvent demeurer dans des postures de repli sur des longues durées. Cette qualité de lenteur, d'immobilité apparente, imprègne l'ambiance sans l'étouffer, car elle est souvent traversée par l'agir de certain·e·s animateur·rice·s (et aussi de certain·e·s adhérent·e·s) attentif·ive·s à ce que le milieu ne se fige pas, prêt·e·s à le renouveler, à l'enrichir en permanence par des tas de petites initiatives : il y a celui ou celle qui aime tenir le bar et le rendre vivant en s'adressant à celles·ceux qui sont de passage, celui ou celle qui remarque tout de suite que quelqu'un·e de nouveau arrive au club, et qui au moment venu, va lui proposer quelque chose (un café?... un Triominos?) C'est ainsi que lorsque S. arrive pour la première fois, un autre adhérent assidu depuis quelques mois lui propose une partie de Triominos à laquelle je me joins. Pendant cette partie, ce jeu d'apparence banal devient le support, l'objet qui nous relie spatialement, autour de la table, tout en devenant moteur aussi pour une conversation, cristallisant quelque chose de l'ordre de l'agir coopératif qui soudain devient essentiel pour le nouvel arrivant. Étant resté assez silencieux pendant tout le début du jeu, à un moment donné, il me dit : « C'est grâce à toi que j'ai pu poser cette pièce » ; et je lui réponds : « Ben oui, et moi c'est grâce à lui que j'ai posé la mienne ! » Nous rions tous les trois, et il ajoute avec un sourire : « C'était exactement ça qu'il me fallait. »

Il y a celles·ceux qui entrent et qui sortent, celles·ceux qui restent au seuil des portes, puis trouvent peut-être, à un moment, un endroit où se poser. Il y a aussi celles·ceux qui sont absent·e·s, mais finalement souvent présent·e·s, car l'on ne manque pas de remarquer leur absence. Celles·ceux qui arrivent se plaignant des tensions qu'elle·il·s subissent dans leur foyer de vie, ou dans tel stage d'insertion qu'ils ou elles sont obligé·e·s de suivre. Il y a celles·ceux qui se servent de l'humour, celles·ceux qui savent écouter, ruser avec le dialogue, sans chercher à contrarier les logiques discursives de celui ou celle qui s'adresse

352. Expression de Dominique Sement, président du club (entretien avec l'auteure, janvier 2013).



à elle-lui, quelles qu'elles soient. Il y a aussi, et c'est peut-être l'une des parts principales de ce que l'on y fait, le soin qu'on porte à la façon de dire bonjour en arrivant, ou à celle ou celui qui arrive. C'est encore le président du club, qui évoquait cela dans un témoignage, en remarquant l'importance que prend dans ce lieu le geste de se dire « bonjour », comme de se dire « au revoir ». C'est parfois avec certain·e·s le seul moment de contact, visuel et/ou tactile, où l'on se regarde, on se sourit, on se serre la main. Mais cela peut se passer aussi complètement autrement ; il y a mille manières de rester présent·e à celle·celui qui arrive et qui peut-être ne répond pas au « bonjour » qu'on lui adresse, ou pas tout de suite, pas comme on l'attendrait.

Je crois qu'il y a bien dans ces pratiques, ces modes très divers d'habiter, quelque chose de l'ordre de ce que l'on appelle en analyse du geste expressif une « fonction phorique » du milieu ou de ce que Pierre Delion nomme dans le soin de l'autisme, à propos de la constellation de soignant·e·s, des « épaules psychiques³⁵³ ». En effet, si l'on observait avec un regard purement focal et détachant de l'espace — un espace entendu alors comme purement topologique — il est bien possible que l'on reste sur l'idée que beaucoup de ces individus vivent des formes de détresse décelables à même le corps : le manque d'adossement postural, les perturbations du tonus, la fixité des traits de la face, l'entrave vocale, les surpoids, les tremblements ; ou bien l'agitation, l'anxiété manifeste, la désorientation, l'instabilité gravitaire, ou encore des formes de frénésie déambulatoire, allant parfois avec des discours à l'écart des logiques rationnelles, ou encore avec le mutisme le plus obstiné. Je crois cependant que, si l'on accepte de ne pas se dérober à la rencontre de l'autre, si l'on regarde plutôt avec le « regard anthropophage » dont parle Hubert Godard³⁵⁴ — un regard qui accueille, qui laisse entrer l'autre en soi — on ne voit pas la même chose. L'on est alors plus à même de saisir combien les singularités à l'œuvre dans ce lieu peuvent agir, résonner, composer des agencements fragiles, subtils, des ouvertures insoupçonnées, et comment elles peuvent trouver, peut-être, une sorte d'adossement commun qui n'appartiendrait ni aux animateur·rice·s ni aux adhérent·e·s, qui ne serait réservé ni à un rôle/statut, ni à un individu et qui serait une sorte d'adossement par le milieu, grâce au

353. Notes personnelles à partir de la conférence de Pierre Delion au Collège international de philosophie, Paris, juin 2012.

354. Hubert GODARD et Suely ROLNIK, « Le regard aveugle », dans Suely ROLNIK *et al.*, *Lygia Clark, de l'œuvre à l'événement. Nous sommes le moule, à vous de donner le souffle*, catalogue d'exposition, musée des Beaux-Arts, Nantes, 2005, pp. 73-78.



milieu. L'on peut entendre dans certains témoignages des adhérent-e-s les marques de cette expérience parvenant à radoucir les souffrances, à rouvrir du lien (« je n'ai pas trouvé d'autre lieu qui me permette de ne pas m'isoler chez moi ») ou à suspendre l'emprise des catégories liées aux assignations médicales « on ne se sent pas malade quand on est ensemble entre nous, on ne parle pas de maladie » ;

« C'est important que ce genre d'amicale existe. Il y a des ateliers qui se sont créés, qui permettent de passer une après-midi ensemble et de se connaître, de se faire des copains sans parler de maladie. Et l'encadrant est là pour nous écouter, nous prendre à part si on a besoin. Nous avons une oreille qui nous écoute... Si l'on perd cette amicale, on perd peut-être une partie de notre vie³⁵⁵. »

Mon vécu comme méthodologie

Ce type de regard anthropophage ou périphérique, en complémentarité à un regard focal, est celui sur lequel j'ai cherché à m'appuyer moi-même pour me rendre disponible à la rencontre et pour mieux habiter ce lieu. L'attention à cette polarité perceptive, cette « articulation fondatrice » que Godard nomme « vergence³⁵⁶ » est également fondamentale au niveau de l'écoute : comment activer la voie « solidienne » dans mon écoute, celle qui reçoit de la voix de l'autre d'abord son pouvoir vibratile avant de chercher à en déchiffrer le sens linguistique ? C'est l'écoute périphérique ou kinesthésique dont parlent autant Godard que Oury, chacun différemment. C'est cette capacité de naviguer du périphérique au focal, et surtout de percevoir les micro-variations que ce différentiel en mouvement permanent entraîne, qui devient l'un des outils principaux dans ma propre pratique quotidienne du club. C'est aussi le champ d'exploration que je cherche à mettre en partage ouvertement au sein des ateliers. Et s'il s'agit là d'un outil fondamental en danse — tous les

355. Extraits de paroles de certain-e-s adhérent-e-s lors d'une journée consacrée au club thérapeutique le 18 avril 2013 à Paris, en présence de Jean Oury, Danielle Roulot, Bertrand Pachoud et d'autres intervenant-e-s invité-e-s.

356. Extrait d'entretien en ligne : Mathieu BOUVIER (dir.), *Fond/Figure : entretien avec Hubert Godard*, La Manufacture, Lausanne (He.so), 2018. Voir : <<http://www.pourunatlasdesfigures.net/element/fond-figure-entretien-avec-hubert-godard>>. Consulté le 19 décembre 2018.





danseur-euse-s le savent — cela devient d'autant plus primordial pour des personnes qui pensent et pratiquent la relation au quotidien dans un désir de donner support à la différence, de faire exister la diversité.

Avec ce curseur perceptif comme support, c'est l'exercice d'une attention tenue à la manière dont je suis affectée posturalement et viscéralement, par ce milieu et celles-ceux qui l'habitent, qui me permet, par moments, de m'approcher de quelque chose de l'ordre d'une forme d'empathie, de résonance pneumatique, d'ouverture à l'échange tonique et affectif. Cela implique à la fois une disposition à me déprendre de moi-même, à élargir le champ de mon attention bien au-delà de moi, à me mettre en position d'accueillir un inédit, et en même temps la nécessité d'une référence solide par laquelle m'orienter — c'est-à-dire, la possibilité de revenir sans cesse à mon propre sens du poids, à mes supports. Et cela, je crois l'observer d'une certaine manière aussi chez certain-e-s animateur-ric-e-s et chez certain-e-s adhérent-e-s qui sont d'ailleurs les premier-ère-s à m'avoir accueillie et dont je continue d'apprendre.

Entrer en relation avec une personne pour laquelle, par exemple, le contact visuel ne va pas de soi, ou dont la parole ne suit pas une logique rationnelle, ou dont la voix devient presque inaudible, ou chez qui l'orientation ou la temporalité d'un dialogue suit des rythmes imprévisibles... Il me semble que, pour quelqu'une de relativement normalisée comme moi (et je dis bien « relativement »), cela exige et vient de fait activer une forme de plasticité à la fois perceptive, affective, poétique, une capacité à jouer entre centrage et décentrage, une forme de croyance aussi, suffisamment tenace, ou de désir, si l'on veut — une croyance dans le fait qu'il est possible d'« être avec », dans toutes ces circonstances (et encore en bien d'autres), et que cela est possible non pas grâce à mes compétences individuelles (même si j'ai parlé de la pertinence des savoir-sentir en danse), mais surtout grâce à l'existence d'un milieu et d'un agir commun qui me dépasse, et dont la personne en souffrance psychique est l'un des moteurs.

Agencer des milieux

Pratiques de l'espace, méthodologies de recherche, formes de vie et qualités de relation se composent et se redistribuent simultanément, conjointement, dans le club comme dans l'atelier du geste. Un jour, j'arrive au club et je croise P. dans la cour. Il a fait un dessin magnifique au crayon noir qu'il souhaite m'offrir (c'est un portrait anonyme, un visage aux paupières fermés, aux traits





vibrants à l'intérieur et tout autour des contours du crâne). On prend souvent un moment pour discuter avant que je ne monte dans la salle pour démarrer l'atelier. Il me pose parfois des questions sur ce que l'on y fait, ou sur la danse que je pratique, d'autres fois il me parle de ses besoins de trouver une mobilité moins douloureuse, ou de ses souvenirs des cours de danse classique qu'il prenait quand il était adolescent. Un jour, il veut me montrer sa manière de s'asseoir et de se relever et l'on prend quelques minutes pour tenter ensemble quelques variations de ce même geste, à la recherche d'un plus grand confort... Bien que je l'aie maintes fois invité à venir à l'atelier, il n'est jamais venu. Une vraie relation se tisse pourtant entre nous, pour laquelle il aura choisi l'espace (en bordure d'atelier), et le moment, trouvant sa régularité hebdomadaire hors rendez-vous.

Ce même jour, dans l'atelier, je propose en ouverture de marcher ensemble pendant quelques minutes, de nous déplacer dans la pièce avec une attention de plus en plus orientée sur le champ du sensoriel : les sensations tactiles et pondérales des transferts de poids d'un pied à l'autre, l'orientation de différentes régions du corps pendant la marche, l'activité du regard, l'expérience de zones de lumière et d'ombre, de sonorités et de silences, le contact de l'air, des vêtements, la perception des distances intercorporelles et des rythmes, etc. Puis, j'invite à laisser en même temps le regard croiser celui des autres, sentir l'effet de ce contact visuel, à distance, dans notre posture, notre respiration, la qualité des pas sur le sol. Quand on sent que le moment est propice, on s'arrête près de quelqu'un-e et l'on se prend la main, comme pour se dire bonjour, mais au lieu de serrer la main de l'autre et de la lâcher après, il s'agit de la tenir simplement tout en donnant à l'autre à sentir la sienne, et de laisser durer ce moment un peu plus que la durée conventionnelle du geste ordinaire de se saluer en serrant la main. La verbalisation n'est pas sollicitée, et je laisse le choix de garder les yeux ouverts ou de les fermer quelques instants. Se prendre la main, en silence, en laissant durer ce moment sans ajouter d'autre action, et en portant son attention aux sensations kinesthésiques circulant à travers cette zone de contact, c'est ici une manière d'étirer le temps de la rencontre et de lui donner un cadre inhabituel, où le sensible est explicitement au centre de la relation. Il s'agit de revisiter ce geste quotidien, un geste que l'on ne cesse de faire par ailleurs dans le club, et lui donner une place, un goût, une valeur nouvelle. Par l'attention à nos appuis, à notre souffle, à la tonicité de notre main et de celle de la personne que nous rencontrons, par la perception de la température, de la texture de nos peaux, de la qualité de pression, d'enveloppement de chacune de nos mains, et de la résonance de ces micro-motricités et





tactilités articulées ; par une infinité de détails sensibles au plus près de la zone de contact comme au plus loin (et la possibilité de voyager entre cet espace proche et un environnement plus lointain, entre la personne qui tient notre main et toutes les autres autour, mais aussi les murs, les fenêtres de la pièce), une chance est donnée à la construction d'une nouvelle spatialité subjective, au-delà d'une verticalité individuelle. Par le temps que l'on se donne ensemble, par l'attention portée sur le moment avant le contact comme à celui pendant et après celui-ci (à la manière de sortir du contact, et à la trace qui demeure une fois celle-ci accomplie et la marche ré-enclenchée), l'expérience de cette spatialité offre une opportunité de se densifier et de s'étendre davantage, en engendrant un jeu d'échos et de contrastes, de tissages et détissages, aux autres espaces et temporalités qui composent déjà nos relations, l'histoire de rencontres et de lieux habités.

Pour S. (très assidu, extrêmement sensible et peu enclin à la parole), cette lenteur est précieuse ; il fait souvent référence à son importance dans nos explorations, pour « avoir plus conscience ». Pour O., il n'est pas facile de se reposer dans ce contact, mais il essaie, en y trouvant parfois plus de sérénité (« c'est relaxant »), de stabilité dans ses appuis, d'ouverture dans le regard, qu'il a tendance à fixer au sol. Pour l'un des animateur-ric-e-s participant ce jour-là, ce geste, partagé avec un adhérent avec lequel la relation (thérapeutique) au sein d'un autre atelier, en dehors du club, s'était suspendue brusquement il y a quelque temps, prend ici un sens particulier, permettant à la fois d'actualiser et de « clore » quelque chose dans l'histoire de cette relation. Pour d'autres, encore, la qualité des ambiances qui sont créées dans ces moments marquent leurs expériences par contraste avec un espace vécu comme contraint (pour le corps et sa place assignée parmi les autres, pour la parole restreinte ou forcée, pour la subjectivité, en somme, niée par des injonctions permanentes) par certain-e-s dans leurs foyers de vie, ou ailleurs.

Marcher, sentir la proximité de quelqu'un-e, se regarder ou se tenir la main, reprendre sa marche, s'arrêter près de quelqu'un-e d'autre, recommencer ce même geste qui aura un tout autre goût la prochaine fois... Ce qui est proposé là, ce sont des manières d'écouter et de réagencer nos pratiques quotidiennes de l'espace, du temps, de l'altérité, qui résonnent avec les qualités et les ambiances du club, hors atelier, tout en s'en différenciant. Au fur et à mesure que l'on marche et que l'on s'arrête ensemble, que l'on écoute nos rythmes et que l'on goûte nos présences, des poétiques de la relation sont mobilisées, mises à l'épreuve de nos différences, sources, peut-être, de nouvelles communautés. Nous sortons transformé-e-s de ces moments d'explorations, et nos « au





revoir » en sortant du club (après le temps du café que l'on prend rituellement ensemble, avec les autres adhérent·e·s, à la fin de l'atelier), ont la marque de ces micro-transformations (B. accueille ma main lorsqu'il me tend la sienne, me regardant dans les yeux avec un sourire, alors qu'il avait à peine effleuré le bout de mes doigts, le regard enfoui ailleurs, en arrivant). Attentif à ces déplacements, O., de plus en plus souvent, repose la question essentielle à la fin des ateliers : comment trouver au quotidien, en dehors de l'atelier, ces sensations (de « relaxation »)?

Vers un élargissement du sentir

À la fin de son livre, *La Santé mentale*, Mathieu Bellahsen insiste sur l'enjeu « d'instituer un autre rapport à la parole, à la langue, aux normes », comme possibilité de subversion micropolitique dans les pratiques de soin. Il propose de « penser un cadre capable de s'adapter à la créativité humaine et non l'inverse³⁵⁷ ». C'est cette même créativité que Guattari place au centre de son approche de l'écophilosophie³⁵⁸. Je voudrais me joindre à sa proposition en insistant sur la place que la danse (et son approche par les savoirs somatiques) pourrait prendre dans cette tâche commune de continuer à préserver nos singularités, et la nécessité également urgente d'instituer un autre rapport à la sensation, au geste et aux interterritorialités. À l'opposé d'une clinique de l'intégration, et loin aussi de toute ambition de complétude théorique, c'est cette nécessité d'inventer une approche du sentir et du geste comme forces de réagencement permanent qui m'a amenée à m'engager dans cette recherche, avec le soutien de divers collectifs et notamment celui des adhérent·e·s qui ont accepté de chercher avec moi.

Penser l'agir d'une pratique du geste en ces termes implique d'aborder le club en tant que territoire de vie et de tenter d'explicitier la transversalité des outils sensibles, cliniques et théoriques qui me permettent de l'habiter, d'être habitée par lui, de le lire et de le construire en même temps, de m'en ressaisir

357. Mathieu BELLAHSEN, *La Santé mentale. Vers un bonheur sous contrôle*, op. cit., p. 131 et p.132.

358. Félix Guattari : « Une responsabilité à l'égard de l'être pris comme créativité, c'est ce que j'ai essayé de présenter comme écophilosophie, comme sagesse de l'écós, pas seulement les sagesse des rapports interhumains, mais aussi celles des rapports avec l'environnement, avec les phylums machiniques, avec les univers de sens, avec les territoires existentiels. », Félix GUATTARI, *Qu'est-ce que l'écophilosophie?*, textes présentés et agencés par Stéphane Nadaud, coll. « Archives de la pensée critique », Lignes (Paris) et IMEC (Saint-Germain-la-Blanche-Herbe), 2013, p. 326.





sur le plan à la fois analytique et fictionnel de l'écrit. Si la corporéité en jeu dans les explorations somatiques au sein de l'atelier ne peut être comprise qu'en tant que processualité, dynamique d'interactions, partage et déplacement permanent, de demeures phoriques et d'ouvertures haptiques, elle est aussi, dans ce contexte, indissociable d'une puissante réalité biopolitique au sein de laquelle l'instance fragile et complexe du club parvient encore à agencer d'autres lignes de forces. Une certaine culture du soin, un souci collectif des tonalités et des ambiances, de l'importance de « l'influence des entours³⁵⁹ » soutient la pratique de l'atelier de danse et d'éducation somatique et déplace, élargit nécessairement son cadre habituel. Car le lieu d'émergence d'un agir commun peut commencer n'importe où et c'est souvent en dehors des horaires de l'atelier qu'il s'initie, dans une polyphonie inattendue, dans un jeu de multiréférences, qu'il prend soudain sens.

Le choix politique de la diversité est pour moi lié à une certaine expérience de ce nomadisme existentiel dont parle Félix Guattari :

« Je suis un farouche partisan du dissensus, donc d'une politique qui accepte par principe les différences. Et non seulement l'acceptation des différences, la tolérance, mais de surcroît l'amour de la différence, du moteur qu'elle représente. C'est parce que je ne te comprends pas, parce que tu es autrement, que je suis attiré par toi. De cette différence je veux tirer quelque chose d'essentiel pour moi³⁶⁰. »

Bibliographie complémentaire

CRU, Damien et OURY, Jean, « Louper la façade », *Chimères*, n° 84, Éditions Érès (Toulouse), février 2014, pp. 129-134.

FAUGERAS, Patrick et OURY, Jean, *Préalables à toute clinique des psychoses*, coll. « Des travaux et des jours », Éditions Érès, Toulouse, 2012.

GIBSON, James J., *The Ecological Approach to Visual Perception*, Taylor & Francis Psychological Press, New York (États-Unis), 1986.

GINOT, Isabelle (dir.), *Penser les somatiques avec Feldenkrais. Politiques et esthétiques d'une pratique corporelle*, coll. « Lignes de corps », L'Entretemps, Laverune, 2014.

359. Jean OURY, *Le Collectif. Le séminaire de Sainte-Anne*, op. cit., p. 23.

360. « Subjectivité machinique plutôt que transcendance », entretien avec Olivier Zahm (1992), recueilli dans Félix GUATTARI, op. cit., p. 334.



GODARD, Hubert, « Les trous noirs », entretien avec Pieter Kuypers, dans *Scientifiquement danse. Quand la danse puise aux sciences et réciproquement*, Contredanse, Bruxelles (Belgique), 2006, pp. 56-75.

GUATTARI, Félix, *Psychanalyse et Transversalité. Essais d'analyse institutionnelle*, coll. « Textes à l'appui. Série psychiatrique », Maspero, Paris, 1972.

LAFFITTE, Pierre-Johan, « Une *praxis*, deux pensées », *Chimères*, n° 84, Éditions Érès (Toulouse), février 2014, pp. 81-89.

MARANGE, Valérie, « Petite machine écosophique », *Chimères*, n° 28, Éditions Érès (Toulouse), printemps-été 1996.

PANKOW, Gisela, *L'Être-là du schizophrène. Contributions à la méthode de structuration dynamique dans les psychoses*, coll. « Champs », Flammarion, Paris, 2006.

RAFANEL I ORRA, Josep, *En finir avec le capitalisme thérapeutique. Soin, politique et communauté*, Les Empêcheurs de penser en rond / La Découverte, Paris, 2011.

ROLNIK, Suely, « D'une cure pour temps dénués de poésie », dans Suely ROLNIK *et al.*, *Lygia Clark, de l'œuvre à l'événement. Nous sommes le moule, à vous de donner le souffle*, catalogue d'exposition, musée des Beaux-Arts, Nantes, 2005.





ESTHÉTIQUES ET CRÉATIONS ÉCOSOMATIQUES



ARMELLE DEVIGNON

DANSER AVEC LES ÊTRES DE NATURE

Entretien avec Joanne Clavel³⁶¹

JOANNE CLAVEL. — *Peux-tu nous parler de ta rencontre avec les arbres ?*

ARMELLE DEVIGNON. — Après mon école de cirque, j'ai passé quelque temps en Ardèche et dans la Drôme à proposer des spectacles sur les places de village où je m'accrochais dans les arbres, généralement des platanes. Je prenais donc l'arbre comme un support pour ma pratique aérienne de travail au tissu. J'ai ensuite souhaité dépasser ce rôle de support pour établir une relation avec l'arbre. Alors, je me suis formée à la technique de l'accrobranche pour devenir entièrement autonome dans les arbres et ainsi entamer un échange avec eux. Lors d'une résidence artistique en 2004 au domaine de Chamarande (dans l'Essonne), j'ai travaillé avec deux arbres centenaires — un platane commun et un hêtre pourpre — et quatre danseurs — Dery Fazio, Yann Desbrosses, Grégory Bonnot et Lisiane Michel. Au rythme des saisons, nous avons pu établir un réel dialogue avec les arbres, accueillir leur parole selon leur rythme à eux. On s'est appuyé sur ce qui *est*. Au printemps, c'est le puissant débourrement des bourgeons, le changement de texture et de couleurs des feuilles qui tout-ensemble participe à sentir ce jaillissement de la sève, cette énergie vitale, voire sexuelle, sous l'écorce et qui donne envie de se mettre en

361. Deux entretiens ont été réalisés avec Armelle Devignon les 11 et 25 avril 2017, une partie seulement est restituée ici.



mouvement, en joie. On a envie de coller nos propositions à du réel, à nos sensations ; il ne s'agit pas de transformer et d'interpréter subjectivement ce réel en proposition anthropomorphique...

À force de travailler dans les arbres, je sentais qu'il y avait de grosses différences selon les espèces, un rapport énergétique différent. Certains sont plus accueillants selon leur port, leur forme, leur couleur mais aussi la traversée de la lumière en leur sein et surtout leur écorce... Le platane a un port et une luminosité très intéressante mais il faut faire attention car l'écorce est très glissante. Moi je suis attirée par les arbres qui sont dans la spirale comme les hêtres ou les charmes. Ils sont un peu comme des tendons ou des lignes musculaires. Yann Desbrosses, qui est un danseur très axé, très ancré, très droit aussi, aimait beaucoup les cèdres. Ils sont aériens tout en étant très développés et, malgré une écorce profonde et des aiguilles étoilées très piquantes, les branches sont accueillantes dans leur horizontalité et invitent à y monter. En arrivant à Chamarande, on peut dire que j'avais un solide savoir-faire dans le domaine des arbres, mais je débutais la chorégraphie, ce qui a pu aider pour être à l'écoute des arbres et comprendre ce qu'ils avaient à nous dire. C'est comme une personne que tu rencontres, c'est très subjectif. À Chamarande, nous avons travaillé avec un platane qui marcottait, c'est-à-dire un arbre dont les branches retombent et se ré-enracinent dans le sol, ainsi qu'un hêtre pourpre. Les deux arbres étaient très différents. Le hêtre pourpre était dans la cour du château à côté d'une chapelle avec beaucoup de passage, l'arbre dégagait quelque chose de très fort, d'imposant, le maître des lieux. L'autre était au contraire plus caché dans le parc du château, un arbre parmi d'autres : deux énergies de lieux différentes.

Le hêtre pourpre a été coupé depuis. Des spécialistes sont venus l'analyser et nous ont annoncé qu'il avait des champignons l'empêchant de produire de la lignine³⁶² — une sorte de cancer pour lui —, au long terme il aurait pu se casser ou tomber. Le hêtre pourpre est très gracieux, il possède une écorce de peau d'éléphant, très douce. Les bourgeons sont magnifiques, comme de fins pinceaux pour peindre une aquarelle. À l'inverse, les marronniers par exemple ont de gros bourgeons. Le bois du hêtre est extrêmement dense, donc tu ne peux pas tomber, il ne peut pas craquer sous ton poids. Alors que tous les arbres d'eau — comme les saules, les peupliers, les aulnes — sont risqués, ils poussent très vite et peuvent donc être fragiles. L'érable aussi peut casser, comme du verre, donc il faut y aller tranquillement. Ça ne veut pas dire que l'on ne peut pas y aller, mais il faut y aller doucement, les tester et restreindre son activité avec eux. Je venais de l'aérien,

362. La lignine est l'un des principaux composants du bois, avec la cellulose et l'hémicellulose.





donc au début je montais aux arbres le plus haut possible, avec l'idée de les escalader et de me dépasser dans l'effort. Ensuite seulement, j'ai transformé mon rapport aux arbres pour être dans une vraie relation, beaucoup plus charnelle. Cela vient peut-être aussi de ma vie personnelle car je suis tombée enceinte, et mon rapport au vivant a été transformé... c'est comme quand tu rencontres un autre être, tu construis une relation avec la personne. Travailler sur un temps long — les quatre saisons d'une année — nous a offert le temps de recherche artistique nécessaire à une exploration intime avec les arbres. Et puis les danseurs et moi étions vraiment passionnés. Nous avons vraiment cherché et créé ensemble. Nous nous échauffions à l'intérieur avant de ne travailler qu'avec les arbres. Nous avons vécu avec ces arbres trois semaines chaque saison, en observant la lumière, les couleurs, les animaux; en restant à l'écoute de notre corps, de nos envies et de leurs envies.

Les formes spectaculaires ont donc été fortement transformées. La première, c'était le printemps : on était dans quelque chose de très aérien, on voulait montrer qu'on savait faire plein de choses avec plein de cordes. Il y avait toute mon empreinte de la danse voltige et de la danse escalade. Puis, petit à petit j'ai pris confiance et j'ai pu développer mon propre style en me détachant de cet aspect spectaculaire et virtuose. Je ne voulais pas être un alpiniste qui essaie à chaque fois d'aller plus haut... Ça n'avait plus de sens, je ne voulais plus de ce rapport de force et de domination avec l'arbre.

J. C. — *C'est comme cela que tu es passée de l'arbre support de tes danses, à l'arbre partenaire — individu avec lequel tu danses?*

A. D. — Oui, la relation s'est construite, la confiance aussi. Au début, j'avais la trouille : c'était la première fois que j'avais des subventions, il fallait donc « montrer des choses », il fallait impressionner. Et puis je venais du cirque où c'est quand même la performance qui est mise en avant, j'avais toute la culture de la virtuosité et je n'avais que ça comme bagage ou référence. Cette année à Chamarande fut charnière dans mon travail. Je ne suis peut-être pas danseuse contemporaine, mais j'ai quelque chose à dire et à construire avec les arbres. Il y a un répertoire corporel à inventer avec eux, unique selon l'arbre qui deviendra le mien. J'ai une vraie expérience technique mais aussi charnelle et sensible avec les arbres, je sens profondément leur énergie. Et je suis arrivée à l'assumer au fil des saisons. Donc au printemps, c'était une forme frontale, très aérienne, avec des musiciens improvisateurs — ça pétait dans tous les sens! —, puis, l'été une forme très intime, très féminine, avec deux *solis*, une danseuse dans chacun des arbres : tout en glissé, elles épousaient complètement



l'espace racinaire pour l'une et l'espace des premières branches pour l'autre. En automne, on était tous dans l'espace racinaire et on a commencé à défendre la lenteur. Ce fut un nouveau tournant pour moi, j'ai réussi à assumer de ne pas gesticuler dans tous les sens. Je me souviens de Yann sur une branche qui mettait juste 20 minutes à glisser... comme une chenille. On sentait vraiment que l'énergie se rassemblait dans le tronc et dans les racines — ce qui est d'ailleurs la réalité de l'arbre à l'automne. Nous sentions ce besoin de partir des extrémités pour se rassembler au centre.

J. C. — *Tu veux dire que c'est l'arbre qui guidait les gestes et la danse?*

A. D. — Oui, parfaitement. J'avais lu pas mal de choses sur les arbres, mais je ne suis pas biologiste et je ne voulais surtout pas établir de rapport intellectuel et rationnel dans mon travail, pour simplement garder une approche sensible. Comment le vent ou la lumière passe sur l'arbre? Comment cela nous meut? Ainsi, on a pris le temps de construire une relation individuelle avec chaque arbre. Évidemment qu'il devait y avoir de l'intellect, tout est entremêlé, mais cela bataillait surtout à l'intérieur de moi... En fin de saison, nous avons fait appel à un biologiste, spécialiste des arbres qui est aussi élagueur. Lorsqu'il est venu, il a corroboré toutes les propositions que nous avons faites dans les arbres, disant que l'arbre traversait une expérience similaire à cette saison-là. En hiver, nous avons fait des cocons dans les arbres. L'hiver est une saison d'immobilité : nous avons construit cette matière en tâtonnant. Puis le biologiste nous a dit : « Mais c'est exactement cela! La vie de l'arbre n'est jamais au centre, elle est toujours à l'extérieur, sous l'écorce. » Apparemment, pendant l'hiver il n'y a plus que de minuscules petits échanges gazeux, et dans nos cocons les danseurs bougeaient imperceptiblement. C'était fou de se dire qu'à partir de notre ressenti et dans sa rencontre avec l'arbre, nous avons composé une œuvre qui était en adéquation avec les connaissances scientifiques actuelles.

J. C. — *On peut dire que cette résidence artistique a été fondatrice de ton travail chorégraphique?*

A. D. — Oui, le projet de la compagnie LLE est vraiment né de cette résidence à Chamarande et de ce que je voulais raconter avec les arbres et la danse. L'hiver, notre proposition chorégraphique avait lieu au lever du jour. Je rêvais d'une proposition à l'aurore depuis le début de la résidence sans comprendre pourquoi. On a commencé au fil des saisons à toucher ce qui avait sens pour moi. Ainsi, la résidence à Chamarande m'a amenée à un travail sous forme déambulatoire, une promenade chorégraphique avec des horaires décalés, au lever du jour, et aussi avec une forme de convivialité. Le public



avait rendez-vous à 7h30, les danses étaient visibles (ou invisibles) le long d'une promenade dans le parc, et suivies d'un petit-déjeuner qui s'achevait avec une conférence du biologiste. Il expliquait ainsi ce qui se passait pour l'arbre et comment il établissait personnellement des liens entre ce qu'on avait traversé avec nos propositions chorégraphiques et ce qu'il connaissait des arbres. Près de quinze ans plus tard, je suis encore sur les mêmes ingrédients, ça s'est affiné, mais le cœur du projet de compagnie est né à ce moment-là.

Pour essayer de définir ce projet de compagnie plus précisément, on pourrait dire qu'il s'agit de mettre en lumière les échos qui résonnent entre les paysages du corps et les paysages naturels, sentir notre lien profond avec la nature. Je veux dire que l'homme est nature : ça n'est pas un discours pour moi c'est une réalité, un fait. À l'issue de Chamaranche, j'étais enfin prête à l'assumer dans mon art. Ma grossesse m'a également permis de comprendre que si je voulais faire des spectacles au lever du jour c'est que j'avais envie de travailler sur la *naissance*. J'avais envie de fêter la naissance de la nature en nous et de la nature elle-même. J'aime les moments de passage, aussi bien ceux vers la mort que ceux vers la naissance qui pour moi sont très liés. LLE, la compagnie, c'est fêter que l'homme est nature, et c'est comment rendre cela visible dans une proposition artistique en nature. J'ai mis longtemps à comprendre que finalement je n'aimais pas travailler dans les parcs, que c'était trop « *polissé* », que la trace de l'homme est vraiment trop forte dans les parcs et qu'il est donc beaucoup plus difficile de se mettre en lien avec la nature.

J. C. — *Quand la nature est entièrement domestiquée, trop contrôlée, tu as l'impression que l'on peut moins se mettre en relation avec elle? Tu parles alors d'une qualité de relation qui se définirait en termes énergétiques?*

A. D. — Oui : pour moi, c'est comme si une certaine « main humaine », dominante et brutale, coupait certains chemins de connexion. Elle retire au milieu plein d'espèces botaniques et en rajoute quelques-unes, cette transformation entraîne la disparition de tout un cortège d'espèces : moins de butineurs, moins d'oiseaux... C'est une expérience très différente, ce ne sont pas les mêmes sons, pas les mêmes odeurs... C'est comme s'il était très difficile d'atteindre la nature profonde de ces éléments dont la cohérence ne repose finalement que sur une idée humaine mise en pratique... Un peu, comme une personne très guindée qui, en mettant des masques, ne permet pas que l'on rentre en relation avec elle...





En effet, énergétiquement ça n'est pas du tout la même chose. Quand tu vas te promener dans des espaces à forte naturalité³⁶³, tu sens que tu es appelée par la nature ; les endroits où je me sens appelée, où je rentre dans une relation profonde avec ce qui est là, sont les endroits qui n'ont pas besoin de nous. Il y a d'autres dimensions du monde que les entités vivantes expriment, par exemple les arbres vibrent et je ressens ces vibrations. Je ressens fortement que les lieux peu impactés par l'homme sont fortement habités et qu'il y reste de la place pour toutes les autres espèces, y compris les humains. Quand tu trouves ces lieux-là, alors tes danses deviennent incroyables, tu n'as presque plus rien à faire. Il y a une forme de connexion qui est possible avec les endroits de nature qui n'est pas possible ailleurs. Dans les parcs urbains tout est *policé*. Les parcs reproduisent une vision pyramidale du vivant selon laquelle l'être humain décide de tout, où doivent être les arbres mais aussi comment les humains doivent se comporter, y cheminer. Mon travail et ma philosophie défendent une vision horizontale du vivant. Si nous sommes nature, alors nous sommes au même niveau que le ruisseau, la pierre, l'oiseau... il n'y a pas de raison que l'on ait plus d'empreinte sur le reste du vivant. Ces milieux-là n'existent quasiment plus aujourd'hui. Néanmoins, dans ces milieux qui sont très peu imprégnés de l'homme, on sent bien que l'on se recharge et que l'on se ressource beaucoup plus qu'ailleurs.

J'habite maintenant à la campagne dans une nature domestiquée avec des vignes, des vaches. Je l'aime énormément, sûrement parce que c'est la campagne de mon enfance et qu'il y reste encore de très belles forêts. Je me souviens cependant d'avoir randonnée dans la région d'Apt pour voir les œuvres d'Andy Goldsworthy, et j'ai encore ce souvenir vraiment fort d'avoir reçu énormément de la nature. Nous n'étions pas les rois. La montagne est tellement forte qu'elle a empêché toute agriculture de s'y installer. Nous étions tout petits. L'espace urbain, c'est l'illusion du contrôle, alors que la perte de contrôle en milieu naturel t'ouvre et t'apprend bien plus sur toi et sur les autres.

À l'issue de Chamarande, nous étions dans une démarche tellement nourissante que nous voulions développer et dépasser ces premières recherches, mais les projets se sont très rapidement heurtés à l'âpreté des diffuseurs : une déambulation au lever du jour, cela veut dire pour eux avant tout « une petite jauge ».

363. On le sait, nous vivons de plus en plus dans des techno-environnements où la main de l'homme se retrouve partout. Cependant, tout n'est pas encore détruit et le sauvage de la nature s'exprime, y compris au coin d'une rue bétonnée dans nos villes. Un lieu à forte naturalité est un espace où les communautés vivantes forment des réseaux complexes, divers, riches, résilients ; leur dynamique est autonome et s'exprime sans entrave humaine.





Quand nous arrivions à les vendre, c'était en corollaire de propositions également à 16h30, dans des parcs à crottes... On se retrouvait à faire *Les Têtes enterrées* au milieu des crottes de chien... si l'on est venu en Bourgogne c'est aussi pour cela. Je ne regrette pas ce qui a pu se faire en banlieue parisienne : on a fait avancer la matière, on a travaillé, chacun a pu vivre de ce travail, mais au bout d'un temps j'ai senti que j'étais en train de dénaturer mon projet artistique... Pour avoir des contrats, j'acceptais des choses que je n'accepterais plus maintenant. Sur mes projets de territoires aujourd'hui, je ne fais plus de compromis, je ne fais pas de représentation à 16h30 pour avoir un « maximum de public ».

Entre 2005 et 2010, la compagnie a développé des formes déambulatoires plutôt au lever du jour, pour des petites jauges, avec à chaque fois des propositions conviviales de petit-déjeuner ou de cueillettes de plantes comestibles, parfois des nuits en bivouac ou en hamac... on était désireux, aussi, de croiser ce que nous proposons dans la compagnie avec les regards de gens qui connaissent très bien la nature.

J. C. — *Tu es dans la recherche d'une forme de cohérence entre ta proposition artistique et son mode de diffusion ?*

A. D. — Oui. Enfin, j'ai déjà fait des choses incohérentes... La compagnie a maintenant une forme de répertoire et de nombreuses matières, mais j'ai noté que lorsque j'ai voulu transposer des œuvres dans de nouveaux endroits, ça ne marche pas, les copier-coller sont impossibles.

J. C. — *On pourrait alors parler de cocréation avec l'écosystème ?*

A. D. — Quand je prends le temps d'être à l'écoute, d'être dans le ressenti, le lieu me dit quoi faire et où aller... Évidemment, j'ai un savoir-faire que j'active mais si je prends le temps de méditer, de m'asseoir et de laisser divaguer mes pensées... eh bien le lieu me parle. Je me laisse nourrir des lumières, des sons... Toutes mes créations naissent des marches que je fais dans les lieux. Plus je suis imprégnée des lieux, plus ils s'offrent à moi. Lors de la dernière création — *À l'orée, la nuit*³⁶⁴ — c'était une forêt incroyable, vallonnée, avec des rivières, des espaces très différents, certains avec conifères, d'autres avec des chênes. C'étaient des parcelles privées toutes gérées différemment. Il n'y avait pas de chemin, mais le maire du village était formidable, il acceptait de tracer le chemin de la déambulation en débroussaillant selon mon ressenti. Alors, je

364. Au lever du jour et au coucher du soleil, à Saint-Privé et Saint-Maurice-des-Champs, les samedi 29 et dimanche 30 octobre 2016.





me suis laissée appeler dans mes marches — d'abord par le ruisseau, puis après par la lumière d'une clairière — et ainsi le parcours s'est réalisé selon l'appel des lieux... Ce sont des lectures de paysages qui varient selon les essences végétales présentes; certains lieux sont plus habités que d'autres. Sur un parcours de promenade chorégraphique, je trouve qu'il est important de proposer des énergies différentes, donc de passer par des milieux ouverts et d'autres fermés. Évidemment, tout cela dépend des saisons et de ce que l'on veut défendre ou fêter. Par exemple, lors de la dernière création je souhaitais fêter nos morts. C'était vers la Toussaint et l'entrée dans l'hiver. J'ai donc cherché à aller au cœur de la forêt dans son centre le plus mystérieux. À la fin du parcours, nous étions complètement dans le noir, le noir profond de la forêt. Il y avait tout un travail de circulation sonore mené par le musicien François Merville et les élèves de l'école de musique. Les musiciens étaient cachés, et la proposition musicale enveloppait le public. Une musique répétitive durant laquelle des sons très longs alternaient avec des sons plus courts et décisifs, le tout soutenu par une rythmique de percussions, très simple, épurée. J'en ai pleuré, c'était hyper fort. La forêt nous parlait, elle avait des voix. J'espère que la forêt a apprécié... Enfin, si nous essayons d'être les plus respectueux des lieux dans lesquels nous créons, la promenade chorégraphique n'est ni une proposition de rituel, ni une communication avec les dieux. Cependant, le fait de mettre les gens dans des conditions particulières de perception de l'environnement va leur permettre d'être nourris par ces lieux. Je pense que l'une des clefs de la rencontre avec les lieux provient des horaires décalés. Les horaires de passages du jour à la nuit et de la nuit au jour sont très forts. Le matin, tu sens le mouvement très concret de la lumière donc, quand la lumière du jour monte autour de moi, cela monte aussi à l'intérieur de moi comme un réveil énergétique... puis ils arrivent, surtout, « vierges », accompagnés de leurs rêves, ils ne sont pas chargés de leur journée, de leurs écrans, ils se sont à peine réveillés, ils ont peut-être dit quelques mots. Les ballades se font en silence. Le soir, à l'inverse, tu ressens la fin de cette lumière en toi, le doute ou la peur également. On invite vraiment le public à ne pas prendre de photos, que cela ne fasse pas filtre à leur expérience, nous cherchons à ce qu'ils éprouvent par leur corps. Si tu traverses l'expérience par la machine, alors tu te décentres, tu sors de toi. Attention, je n'ai rien contre les photographes, ça n'a rien à voir, mais je propose une expérience qui demande d'être pleinement présent à ce qui se passe à chaque instant. Ces heures de passage sont aussi celles où tu vois tous les animaux. La présence animale participe énormément à l'expérience proposée, ce sont des rencontres magiques. Au lever du jour, quand tu rencontres un chevreuil ou qu'un





héron te survole, c'est quelque chose qui te connecte. Je repense aux poèmes de Hugo von Hoffmannsthal, un écrivain autrichien du XIX^e siècle particulièrement inspirant, qui nous parle de rencontres magiques avec l'animal, comme si tu rencontrais un être jumeau.

J. C. — *L'expérience artistique que tu proposes c'est aussi ou avant tout une expérience de nature ?*

A. D. — L'art c'est le prétexte, oui. Mes compétences corporelles sont tout particulièrement à cet endroit qu'on pourrait appeler un « savoir-sentir » des lieux, et c'est précisément cela que j'ai envie de partager avec un public. Les danseurs jouent un rôle-clé afin que les gens puissent pleinement accéder au sentir du lieu. Avec leur corps, les danseurs disent au public « regardez là ». Les danses sont très lentes et du coup ton regard se défocalise pour embrasser l'ensemble, le tout. Lors de la dernière création, Dery Fazio était allongée sur l'eau avec une grande cape blanche, elle bougeait imperceptiblement. On aurait dit qu'elle était l'eau ou plutôt un nénuphar à fleur d'eau. Il y avait beaucoup de brume et plein d'animaux, d'oiseaux, elle faisait corps avec l'élément. Elle faisait apparaître la placidité de l'eau, le ciel qui se reflétait dans l'eau, c'était magnifique... mais si on s'était juste arrêté sur ce lieu-là, sans les danseurs, on n'aurait pas pu orienter le regard, ni proposer une méditation du lieu. Le danseur propose un cadre pour le regard, il devient le cadre de la perception, il dilate le temps de l'expérience. Comme les danses sont lentes, tu regardes toute la vie autour, les oiseaux qui passent. La danse est donc un prétexte pour ouvrir le corps du spectateur à la contemplation... Les danses durent 10 à 15 minutes... parce que le rapport à la lenteur demande une forte attention, aussi parce qu'on a froid... Le parcours ne fait jamais plus d'une heure trente, sinon les gens ont également froid et se dispersent. Entre chaque performance, il faut également dix bonnes minutes pour que cela infuse en chacun : ils viennent de vivre quelque chose de fort, et puis les gens ne veulent pas partir des lieux quand ça leur plaît.

J. C. — *Les marches transitoires d'une danse à l'autre sont donc très importantes dans l'expérience que tu proposes.*

A. D. — Oui, il ne faut jamais brusquer les spectateurs... En moyenne il ne faut pas plus de quatre danses ; si l'on veut que les gens vivent pleinement les propositions, il faut qu'elles soient simples et épurées. Il faut que l'intellect ne prenne pas le relais, il faut que tout repose sur la perception corporelle et sensible.





J. C. — *Cela fait plusieurs fois dans notre conversation que tu soulignes le fait que l'intellect et le rationnel peuvent freiner l'appréciation des lieux, des danses.*

A. D. — Le rationnel est toujours présent, on est particulièrement équipé dans nos vies pour nous relier à notre intellect, nous vivons dans des sociétés très intellectuelles. Je pense que la richesse de LLE se situe au niveau de la perception, et ça passe d'abord par le corps, pas par le mental. C'est une expérience physique qui présente une diversité de couches : les éléments du froid, du vent, les perceptions visuelles ou sonores des animaux, l'émotion des rencontres avec les lieux, avec les danseurs. Dès que la proposition est juste, il y a beaucoup d'émotion.

J. C. — *Qu'est-ce qu'une proposition juste pour toi ?*

A. D. — Par exemple, lors de la dernière création, Dery Fazio était « juste » car elle paraissait en osmose totale avec l'environnement. Alors évidemment il y a des questions qui se posent : « Comment fait-elle pour être allongée ? Ah oui, il y a une table... » Donc le spectateur s'interroge sur le dispositif mais cela vient dans un second temps. Les gens traversent quelque chose de très fort car ils se disent que le danseur fait partie de ce lieu-là, comme si la danseuse avait toujours été là. Ou encore dans *Nos paysages*³⁶⁵, les danseuses étaient dans un étang avec très peu d'eau, elles avaient des sortes de tabliers blancs réalisés en vieux draps. Elles tournaient sur elles-mêmes, elles se nourrissaient de ce qu'il y avait autour, tous leurs gestes étaient en écho aux lignes du paysage, aux oiseaux qui tournaient au loin, au vent qui passait sur le visage... Elles étaient dans une écoute à la fois de leur perception et du lieu et de la vie du lieu. Il y avait de la brume, c'était vraiment incroyable...

J. C. — *Cette écoute de la nature, c'est un échauffement avant la composition ? Cela fait-il appel à un savoir-faire corporel particulier ?*

A. D. — C'est une vraie technique de corps que de se mettre à l'écoute. Je m'en rends surtout compte dans le décalage entre les anciens danseurs de la compagnie qui pratiquent depuis longtemps ce travail et les nouveaux. Disons qu'il y a des danseurs pour lesquels il est impossible de rentrer dans cette matière, qui ont besoin d'être dans une représentation beaucoup plus formelle... En tant que chorégraphe, j'arrive à percevoir les différentes qualités de présence pour ce travail, et Dery l'incarne totalement, elle a cette double

365. Compagnie LLE, *Nos paysages*, 2014.



présence nécessaire. Ce travail demande à la fois une forte capacité introspective — rentrer à l'intérieur de soi et sentir ce qui se passe, sentir les échos entre son intérieur et l'extérieur qui vit tout autour — mais il demande également cette capacité de présence scénique, à savoir une posture qui irradie autour de soi. Je pense à une autre danseuse qui a une capacité incroyable à devenir pierre, devenir eau, devenir tout élément du paysage rencontré, mais qui n'a pas la même capacité de rayonnement. Je pense que cela vient aussi du placement du regard dans l'espace. Personnellement, j'ai une grande capacité d'introspection, je me fonds dans les éléments mais je n'ai pas du tout envie d'être visible, donc soit je mets ma tête dans la terre, soit je monte à huit mètres de hauteur... On reste finalement en représentation. Souvent, mon rôle de chorégraphe lors de la composition consiste à aider les danseurs à assumer le rien, à effacer les gestes... Notre tendance de danseur est d'être dans le faire et l'on en fait souvent trop. Les spectateurs doivent rentrer dans la proposition et, si elle est trop en mouvement, ils ne le peuvent pas. Il faut donc placer le tableau d'abord, puis une danse qui sera soit dans une extrême lenteur, soit dans une mobilité quasi complète... ce qui n'empêche pas des moments de vélocité comme le font les animaux. Au lever du jour, on est plutôt dans une expérience de contemplation : il faut donc accepter le rien ; le danseur est au service du lieu, et cela demande une grande maturité de la part des danseurs... Mais en effet, ce n'est pas un travail classique entre chorégraphe et danseur, nous ne sommes pas du tout dans une relation bilatérale mais sur un vrai triangle avec la nature : ce qui compte c'est le lieu, ça n'est pas moi. On le fait pour les lieux autant que pour un public. Danser pour un lieu, mettre en exergue la qualité d'un lieu, c'est extraordinaire. On ne le fait pas seulement pour notre *ego*, même si l'on est content de danser, l'*ego* est au service du lieu, de quelque chose de plus grand que nous, ça nous dépasse... c'est ce dépassement qui rend l'expérience aussi forte. Il y a donc une forme d'humilité à trouver, et c'est parfois difficile pour certains danseurs professionnels. L'expérience est donc fondatrice.



MAGALI SIZORN

POLITIQUES DU CORPS ET UTOPIES EN ACROBATIE CONTEMPORAINE

Introduction

Si l'attention portée au corps et à l'intériorité n'a sans doute jamais été si forte que dans nos sociétés contemporaines, c'est pourtant des prémices de la modernité qu'est né l'attrait pour le « dedans », pour les sensations internes³⁶⁶. Poursuivant et étendant cet intérêt pour le sensible, différentes pratiques corporelles se sont développées au cours du XX^e siècle, articulant mise en jeu du corps et travail sur soi : relaxation, activités de conscientisation et pratiques dites somatiques.

Ces pratiques coexistent avec d'autres modèles corporels comme le modèle sportif dont les objectifs s'inscrivent essentiellement dans la réalisation de performances mesurables, dans le dépassement des limites, de soi et des autres. Elles ont pénétré différents espaces sociaux, ceux du soin, du bien-être, mais aussi des pratiques corporelles d'engagement agonistique ou spectaculaire qu'elles ont contribué à renouveler dans une visée d'efficacité ou de plus grande conscience du mouvement. L'influence de pratiques comme le body-mind centering, la méthode Feldenkrais, mais aussi le yoga ou le tai-chi est notamment clairement perceptible chez les acrobates de cirque contemporain, lesquels évoluent à l'interface de la danse contemporaine et du cirque. Cette influence participe d'évolutions globales ayant contribué à définir un nouveau paradigme : celui du cirque contemporain.

366. Georges VIGARELLO, *Le Sentiment de soi. Histoire de la perception du corps*, coll. « L'univers historique », Les Éditions du Seuil, Paris, 2014.



Cette contribution vise à étudier, avec les outils de la sociologie, ce que font ces pratiques aux acrobates de cirque en s'intéressant aux savoirs du corps, aux imaginaires mis en œuvre et aux dimensions politiques associées à ces corporéités. Le matériel empirique mobilisé rassemble des éléments issus d'enquêtes antérieures³⁶⁷, engageant un questionnement renouvelé à partir d'un terrain déjà connu, celui du cirque, ainsi que des observations menées au long cours, à la manière d'« observations flottantes³⁶⁸ ». Cette contribution est celle d'une ethno-sociologue, spécialiste du cirque, mais aussi d'une enseignante de danse contemporaine, pratiquant régulièrement ou occasionnellement le B.M.C., la méthode Feldenkrais et le tai-chi. Aussi, le regard porté sur les pratiques et corps circassiens est fait de ces expériences, de ces incorporations desquelles se construisent aussi les savoirs³⁶⁹. Cette contribution se situe enfin aux confins d'une observation des usages du corps en acrobatie et d'une analyse compréhensive de l'activité. Sont prises ensemble les dimensions corporelles, esthétiques ou politiques de l'activité acrobatique observée, ainsi que la manière dont les artistes vivent les transformées opérées, les disent et se définissent en tant qu'artistes et acteurs sociaux.

Corporéités

Depuis l'apparition des premiers exercices de trapèze sur les pistes de cirque au milieu du XIX^e siècle, la formation comme les esthétiques en acrobatie de cirque ont témoigné d'une porosité entre les mondes du cirque, de la gymnastique et du sport. L'exploit, la performance et la démonstration virtuose — on serait tenté de parler de monstration au sujet de l'*extraordinarité* de l'acte acrobatique — ont fait le succès des numéros et marqué les corps des artistes. L'imaginaire développé, essentiellement apollinien et ascensionnel, y valorise la maîtrise, le progrès et une certaine beauté plastique. Laissant apparaître la peau et les muscles, les corps sont hypersexualisés et hypergénérés³⁷⁰.

367. Magali SIZORN, *Trapézistes. Ethnosociologie d'un cirque en mouvement*, coll. « Des sociétés », Presses universitaires de Rennes, Rennes, 2013; Magali SIZORN, « "Je veux voir le noyau" : changements de paradigme corporel en acrobatie contemporaine », communication présentée lors du colloque « Cultures corporelles : héritages et pratiques », Rouen, novembre 2013.

368. Colette PÉTONNET, « L'observation flottante. L'exemple d'un cimetière parisien », *L'Homme*, vol. 22, n° 4, Éditions de l'É.H.É.S.S. (Paris), 1992, pp. 37-47.

369. Carol LADERMAN, « The embodiment of symbols », dans Thomas J. CSORDAS (dir.), *Embodiment and Experience*, Cambridge University Press, Cambridge (Angleterre), 1994, p. 192.

370. Je parle ici d'« hypersexualisés » pour insister sur le principe de différence homme/femme fondée sur la complémentarité dans la différence « de nature » et sur une esthétique « érotisante ».

Rompant avec cette esthétique, des acrobates proposent aujourd'hui d'autres usages du corps acrobatique. Les transformations esthétiques du cirque, initiées dans les années soixante-dix, ont aussi été des transformations éthiques dont sont porteurs les usages du corps. On a ainsi assisté à l'émergence du « nouveau » cirque qui constitue aujourd'hui un genre à part entière, celui du cirque contemporain. À l'exploit, certains artistes préfèrent l'économie du mouvement, et à la forme, la sensation. L'influence de la danse contemporaine a joué un rôle important dans ces transformations. Présente dans les *cursus* de formation supérieure des artistes de cirque à partir des années quatre-vingt-dix, espace de professionnalisation possible pour les acrobates, elle a contribué à la diffusion d'autres modèles et valeurs corporels, identifiables non seulement dans les écritures et esthétiques, mais aussi dans les « techniques du corps³⁷¹ » utilisées. La danse contemporaine a contribué à situer le mouvement en acrobatie contemporaine dans un autre rapport au temps et à l'espace, ouvrant vers d'autres possibilités d'interprétation du corps acrobate, engageant finalement vers une autre herméneutique du mouvement. Pour durer, d'autres formes de sollicitations corporelles sont en outre explorées par des artistes dont la virtuosité athlétique et l'engagement physique ont longtemps constitué les modalités comme les finalités de l'action. Le vieillissement (relatif), une grossesse ou des blessures sont parfois l'occasion de revisiter ses savoir-faire en cherchant « d'autres chemins », notamment par l'intermédiaire des pratiques somatiques.

Ainsi la lenteur devient-elle une valeur. Le temps se dilate. Il ne s'agit plus de faire le maximum de rotations pendant le temps d'envol, mais de traverser lentement, minutieusement, comme Chloé Moglia dans *Aléas* (2014-2015), accrochée à un fil au-dessus des spectateurs. Tout geste est précieux, chaque déplacement est coûteux et les muscles, le souffle, la fatigue, les solutions trouvées dans l'instant pour se relâcher puis continuer sont rendues visibles, participent de la « performance », et ne sont plus effacées de l'acte acrobatique. La lenteur s'accompagne également d'une économie du mouvement, dans le sens d'un « dépouillement ». Marie-Anne Michel dit « enlever les couches » (de muscles, d'artifices), pour atteindre ce qui renvoie à une intériorité et à une authenticité. Explorant la verticale sur un mât chinois dans le désert tunisien, lors d'une marche rappelant les expériences des mystiques³⁷², elle a cherché une

371. Marcel MAUSS, « Les techniques du corps » [1936], dans *Sociologie et Anthropologie*, coll. « Quadrige. Grands textes », Presses universitaires de France, Paris, 2003, pp. 363-386 [1950].

372. Magali SIZORN, « “Je veux voir le noyau” : changements de paradigme corporel en acrobatie contemporaine », *op. cit.*



forme d'épuration gestuelle en « goûtant le monde », le vent, le sable et le soleil. Il s'agit alors de faire moins pour ressentir davantage, mais aussi d'explorer dans cette quête de soi, que l'on peut également entendre comme une valorisation des qualités intrinsèques de la personne, une singularité constitutive de l'identité d'artiste si importante depuis la fin du XIX^e siècle³⁷³.

Les artistes inscrits dans cette démarche racontent alors avoir « changé de corps », « fondu musculairement », sans pour autant perdre la puissance musculaire nécessaire à l'agir acrobatique. Cécile Mont-Reynaud, architecte de formation et aérienne, fondatrice de la compagnie Lunatic, développe d'ailleurs un projet « de recherche et de création » intitulé *La Mue* (2014-2016)³⁷⁴, qu'elle décrit dans une note d'intention :

« La matière principale, le corps, les corps, dedans, dehors, ce qu'on sent et ce qu'on imagine de l'intérieur, comment on l'habite au jour le jour, comment on entre au monde avec. Quelle est notre architecture, comment on est construit et comment ces principes se prolongent dans notre environnement, dans l'Architecture [elle a une formation en architecture et élabore elle-même des agrès originaux dessinant l'espace]. Et particulièrement pour un artiste de cirque, qu'est-ce que c'est, au jour le jour et au fil des ans, de "travailler" son corps quotidiennement, de considérer son corps comme un outil, de lui demander des choses extraordinaires? Le support principal, multiplicité de cordes dites fileuses, fines comme des ficelles : innombrables fils verticaux qui créent des plans plus ou moins denses, volumes et espaces à parcourir. Mue, un volume créé par des rideaux de fils³⁷⁵. »

L'imaginaire lié au changement de peau est particulièrement intéressant. Souvent mobilisé pour décrire les transformations physiques liées à l'apprentissage, aux entraînements physiques, au renforcement musculaire, il est ici décliné autrement. La mue désigne non seulement un changement de peau, mais aussi un changement de corps, une sortie de soi ou, plutôt, un abandon de son enveloppe pour renaître à d'autres sensations. La note d'intention mentionne ainsi ce qui « nourrit » la recherche, notamment la pratique du body-mind centering. Il est d'ailleurs intéressant de travailler sur ces traces du *processus* de création, traces créées et communiquées par les artistes pour

373. Nathalie HEINICH, *L'Élite artiste. Excellence et singularité en régime démocratique*, coll. « Bibliothèque des sciences humaines », Gallimard, Paris, 2005.

374. Voir <<http://www.cielunatic.com>>. Consulté le 10 décembre 2018.

375. Extrait du dossier artistique du projet *La Mue*.





expliciter leur démarche ou encore inciter les programmeurs ou spectateurs à les accompagner. Ces traces sont autant d'indices des formes d'hybridations opérées — comme toujours — dans les *processus* de création : emprunts, mélanges, associations.

Le corps devient alors le lieu d'une autre exploration de l'espace : celui du dedans comme celui du dehors, dans des chutes, déséquilibres ou envols. Là où kinesthésie et proprioception sont nécessaires à la réalisation de tout acte acrobatique, elles sont conscientisées, verbalisées, revisitées et exploitées autrement pour jouer d'une plus large palette de mises en mouvement. S'engage ainsi un travail sur le « centre » et les limites, le vide et le plein, en s'ouvrant à d'autres sensations et possibilités gestuelles et posturales, d'autres rapports au squelette, au muscle, à la peau, d'autres connexions avec l'environnement et les autres. Le travail sur le poids (se sentir pesant) est affirmé, dans des pratiques qui pendant longtemps ont fait de l'élévation leur finalité première : il est désormais question de s'accrocher pour ne pas tomber, de conscientiser son poids, l'attraction ou de la déjouer dans des explorations immersives telles celles proposées par Kitsou Dubois à ses *performers*, danseurs et acrobates :

« Quand on plane en apesanteur, le corps se propage dans l'espace au point qu'on perd le sens de ses limites. Le mouvement devient infini, fluide comme on n'avait jamais osé l'imaginer. C'est la grâce, une véritable aventure intérieure. Paradoxalement, on fait aussi l'expérience, qui peut être angoissante, du vide absolu. On n'a plus de poids, mais on est quasiment déstructuré. La gravité est fondamentale pour l'humain, elle masque toutes les autres forces. Il s'agit donc, pour ne pas se perdre, de retrouver son centre, de recréer des limites³⁷⁶. »

Dans les mots utilisés pour dire son corps, les sensations de cette « aventure intérieure » comme les techniques utilisées, on entend bien ce bouleversement culturel et ce qui peut apparaître comme constitutif d'une nouvelle rhétorique professionnelle tant ces pratiques s'accompagnent d'une activité réflexive et discursive développée, voire sophistiquée³⁷⁷. Ainsi, Chloé Moglia parle de « mise

376. Rosita BOISSEAU, « Kitsou Dubois, chorégraphe de l'apesanteur », *Le Monde*, Société éditrice du Monde (Paris), 1^{er} septembre 2004. Kitsou Dubois a expérimenté la microgravité à bord de la Caravelle zéro G du Centre national d'études spatiales français en 1990, <<http://www.kitsoudubois.com>>. Consulté le 2 décembre 2018.

377. Marine CORDIER, « Du geste à la parole : la rhétorique professionnelle des artistes de "nouveau cirque" », communication présentée lors du quatrième congrès de l'Association française de sociologie, juillet 2011, Grenoble.



en mouvement de la pensée et du corps » et décrit son projet *Aléas* en précisant sa démarche, ses références, ses sources d'inspiration, y compris scientifiques ou philosophiques :

« La continuité d'une démarche singulière qui croise des pratiques très variées dans la perspective d'une transversalité plurielle. Le trapèze et plus précisément la suspension, les arts martiaux, le dessin et les sciences et la philosophie sont autant de portes qui ouvrent à une dynamique de questionnements sensitifs et de perspectives changeantes. Toutes ces pratiques proposent une manière particulière de sentir le monde et d'affronter le chaos du réel. Elles nourrissent ainsi cette démarche qui consiste à créer les conditions d'apparition de formes en résonance sensible avec le monde. La pratique des arts martiaux internes [TaiJiQuan, BaGua, Hsing Yi Quan...], a présidé à la démarche soustractive : élagage qui a permis de réduire le trapèze à la radicalité condensée de la suspension. Les sciences humaines, la philosophie, la physique, l'écriture, sont des pivots complémentaires pour provoquer la mise en mouvement de la pensée et du corps (des corps) dans une pratique toujours renouvelée de l'incertitude et de la confrontation au chaos du réel. Cette appétence à nourrir les liens de la pensée et de la matière s'ancre notamment dans plusieurs rencontres avec l'anthropologue David Le Breton, avec Laurence Cortadellas, enseignante d'arts énergétiques, avec le physicien Étienne Klein, avec l'écrivain Olivia Rosenthal³⁷⁸. »

On entend bien ici qu'il s'agit pour elle de travailler autrement, en développant des dispositions corporelles aux valeurs très différentes de celles qui ont prévalu au développement des exercices de gymnastique importés sur les pistes de cirque au XIX^e siècle : comment moins travailler en force (alors même qu'il s'agit en permanence de monter, grimper, s'agripper...)? Où trouver la puissance musculaire nécessaire et suffisante? Comment ne pas donner à voir uniquement l'image de la force, de la performance?

En s'écartant « des disciplines » gymniques et acrobatiques valorisant la forme (une forme), la démonstration technique, la virtuosité athlétique et acrobatique aussi, c'est finalement à une autre politique du corps qu'aspirent ces artistes, se réappropriant leur capacité d'agir en questionnant le sens et les finalités, par une autre conscience du geste, notamment dans son « dépouillement », dans sa lenteur. L'exploration des limites n'est plus seulement exponentielle et

378. Dossier de présentation du spectacle *Aléas* (création 2014-2015), compagnie Rhizome-Chloé Moglia.



démonstrative, comme elle l'est au cirque depuis le XVIII^e siècle, elle réside aussi dans un travail sur soi, ses sensations, dans un travail « qui part du centre ». Rompant avec la « discipline » *dressant* les corps pour des réalisations gestuelles performantes et automatisées³⁷⁹ — n'oublions pas que le trapèze est un héritage des gymnastiques militaires du XIX^e siècle —, ces artistes réintroduisent de l'inattendu, du jeu (avec le « déjà-là », l'environnement) et de la subjectivité dans l'usage du corps.

Singularités

Multipliant et juxtaposant les sollicitations motrices et les usages du corps (techniques de cirque, sports, arts martiaux, pratiques somatiques...), travaillant en scène, en piste, dans la rue, en studio, ceux qu'Agathe Dumont qualifie d'« acro-danseurs » développent une grande capacité d'adaptation et une autre virtuosité dans le fait « d'éprouver le différentiel et la proximité entre différentes pratiques dans le travail au quotidien ». En cela s'opère un déplacement de la virtuosité en acrobatie contemporaine³⁸⁰. Avec le développement d'un cirque dit « de création », avec la porosité des mondes de la danse et de l'acrobatie, recherches et explorations sont particulièrement valorisées. Dans ce contexte, l'acrobate n'est plus seulement réalisateur de figures, il est aussi sujet singulier et créateur. L'individualisation des parcours (formations, contrats, collaborations artistiques) s'accompagne de celle des expériences corporelles.

La singularité est aussi celle qui est cherchée dans le travail sur ou à partir de l'intériorité. La vérité du mouvement réside alors moins dans la réalisation de la bonne (belle) forme, mais dans le respect de sensations « justes ». Cette vérité du mouvement s'opposerait à toute tentation normative, dans l'impossible reproductibilité du geste acrobatique, dans l'irréductibilité de l'intériorité.

Analysant les imaginaires chorégraphiques contemporains, Pascal Roland s'est intéressé aux utopies corporelles, qu'il observe dans la recherche d'une vérité du mouvement, dans la valorisation du mouvement primitif, naturel,

379. Michel FOUCAULT, *Surveiller et Punir. Naissance de la prison*, coll. « Bibliothèque des histoires », Gallimard, Paris, 1975.

380. Agathe DUMONT, « S'entraîner à une virtuosité du sentir. Le cas des activités physiques et artistiques », *STAPS*, vol. 4, n° 98, De Boeck Supérieur (Louvain-la-Neuve [Belgique], Paris), 2012, pp. 113-125.



spontané³⁸¹. Dès le début du XX^e siècle, avec notamment les adeptes de Monte Verità, et avant eux Isadora Duncan — pour laquelle Rousseau constitue une référence fondamentale —, le mythe des origines est convoqué par les chorégraphes et danseurs : les flux et forces de la « Nature » imprègnent rythmiquement le mouvement, les cadres contraignants sont repoussés et les esthétiques bouleversées au profit de corps rendant visibles ce qui est éprouvé, ressenti, ce qui part du dedans³⁸². Nourris de cette histoire de la danse et des pratiques corporelles de conscientisation, marqués par cette attention progressive accordée aux sens, au sensible et à l'inscription du corps et du mouvement dans son environnement, les acrobates, dont le propre est d'agir dans toutes les dimensions de l'espace, se réapproprient et poursuivent ces utopies d'une nature matricielle et originelle. Ainsi, évoluant sur une barre verticale (un mât chinois autoporté), dans des espaces dédiés au spectacle ou au milieu du désert tunisien³⁸³, Marie-Anne Michel annonce explorer une « vérité du mouvement », revendiquant la possibilité de « se rapprocher de quelque chose de l'ordre de l'essentiel, de ce qui nous maintient debout, proche de la colonne vertébrale ». Cela passe par la recherche d'une épure et par la volonté de se montrer dans sa totalité, forte comme fragile, ne dissimulant pas « les failles [...] parce qu'elles sont chez nous tous ». Dans *Soritat* (2013), nue, dans la terre, ou évoluant avec et sur des branches d'arbre, elle donne à voir cette porosité avec une nature invitée dans la *mimesis* d'un spectacle. Un carré de terre délimite l'espace de jeu ; la matière stimule les sens et sensations ; les artistes — toutes des femmes aux pieds nus — semblent y puiser leur énergie.

En ce sens, associée au « dépouillement », la recherche de simplicité consisterait à « désartificialiser » le mouvement et le corps, à sortir autant que possible d'une sophistication qui résiderait dans le « toujours plus » des prouesses physiques comme dans leur codification esthétique (notamment genrée). Le nu, la monstration du corps, des muscles, des os, donne accès, au plus près, à ce que Kitsou Dubois a retrouvé avec ses *performers* circassiens : « [L]a nécessité

381. Pascal ROLAND, *Danse et Imaginaire. Étude socio-anthropologique de l'univers chorégraphique contemporain*, É.M.É. (Éditions modulaires européennes) et InterCommunications, Cortil-Wodon (Belgique), 2005.

382. Roland HUESCA, *Danse, art et modernité. Au mépris des usages*, coll. « Lignes d'art », Presses universitaires de France, Paris, 2012, pp. 65-88 ; Georges VIGARELLO, *Le Sentiment de soi. Histoire de la perception du corps*, *op. cit.*, pp. 235-237.

383. Marie-Anne MICHEL et Raphaël PÉAUD, *Un horizon vertical*, Carpe diem / Dynamo production, 57 min, 2007.



du mouvement qui est lié à des contraintes vitales³⁸⁴. » Les corps de cirque, si exercés, réhabilitent par d'autres techniques ce qui est traditionnellement dissimulé, le corps au travail et travaillé, comme peut l'être la matière. La virtuosité est ainsi ailleurs (dans le ressenti) ou à différents endroits (autant dans la prouesse que dans le moins). Ce déplacement entraîne finalement un autre regard sur le simple, le fragile, l'imparfait, les prenant en compte, leur accordant de la valeur comme François Dagognet y invite dans sa « philosophie écologique³⁸⁵ ».

La rupture avec le modèle de l'acrobatie telle qu'elle est proposée en cirque traditionnel, identifiable notamment par des changements temporels (autorisant la lenteur) et spatiaux (l'envol n'est pas la seule finalité), passe aussi par une réappropriation de l'usage et du sens accordé au geste acrobatique. S'affranchissant des normes en vigueur, des normes renvoyant non seulement à une esthétique, mais aussi à une politique du corps, ces acrobates contemporains font de l'acrobatie le vecteur d'une exploration des possibles, se déplaçant du démonstratif « toujours plus » (haut, vertigineux, rotatif, etc.) vers des sensations ressenties dans la suspension, en passant par le plaisir suscité par la réalisation de prouesses. C'est alors une autre norme qui se construit, d'autres conventions³⁸⁶, aussi, dans l'influence exercée sur l'acrobatie par des pratiques plaçant le sujet — l'artiste-acrobate en l'occurrence — en position d'acteur. L'intériorité convoquée permet de revisiter des techniques jusqu'alors différemment maîtrisées; elle permet aussi d'individualiser une démarche, par une corporéité dés-automatisée, par des « chemins » nécessairement singuliers.

La capacité à agir en conscience, mais aussi à questionner les symboliques développées dans les numéros et les œuvres participe d'une montée en singularité de l'acrobatie contemporaine. Ce « régime de singularité³⁸⁷ », caractérisant aujourd'hui l'identité d'artiste, valorise l'autodétermination, la vocation, l'inspiration, ce qui est « en soi ». La rencontre de l'acrobatie d'art avec les pratiques dites somatiques répond à cette aspiration contemporaine à « devenir soi-même », impliquant l'exercice d'une réflexivité, la recherche et la construction de sens.

384. Rosita BOISSEAU et Kitsou DUBOIS, « Le danseur se projette plus facilement hors de son périmètre de travail », *Stradda*, n° 19, HorsLesMurs (Paris), janvier 2011, p. 21.

385. François DAGOGNET, *Des détritius, des déchets, de l'abject. Une philosophie écologique*, Institut Synthélabo pour le progrès de la connaissance, Le Plessis-Robinson, 1997.

386. Howard S. BECKER, *Les Mondes de l'art*, traduit de l'anglais par Jeanne Bouniort, coll. « Art, histoire, société », Flammarion, Paris, 1988.

387. Nathalie HEINICH, *L'Élite artiste. Excellence et singularité en régime démocratique*, op. cit.



Collectivités

La valorisation de la singularité et de l'autodétermination va de pair, dans les discours et pratiques des artistes rencontrés, avec des engagements collectifs et leurs aspirations à une refondation du lien social. Le cirque « nouveau » des années soixante-dix a été très marqué par des utopies collectives, une volonté de toucher tous les publics et de penser autrement la répartition du pouvoir au sein des compagnies. Les générations d'artistes qui ont suivi se sont parfois éloignées du chapiteau et de sa symbolique, mais ont conservé dans le choix du cirque certaines valeurs fondatrices. Le cirque est d'ailleurs souvent présenté comme un mode de vie, une vie redonnant du sens au collectif, associée à des positionnements éthiques et des engagements politiques, écologiques (cela va des choix alimentaires à l'engagement dans des mouvements collectifs de préservation de sites naturels) ou éducatifs (en privilégiant des pédagogies actives pour l'enseignement pour ses enfants, par exemple). La création de lieux de vie et de répétitions partagés ou collectifs, certains en lien avec la nature, ou encore l'attention particulière portée à l'alimentation (biologique, végétarienne...) constituent autant d'indicateurs d'un système de valeurs signifiant et définissant ce qu'on pourrait qualifier de culture écologique.

L'indépendance et la mobilité caractérisent l'occupation des travailleurs artistiques. La création de compagnies répond à certain esprit entrepreneurial et préserve, voire privilégie, un idéal du vivre-ensemble reposant sur le partage et la mise en commun. Cela rompt ainsi avec la logique contractuelle, rationnelle et concurrentielle du cirque traditionnel au profit de relations fondées sur l'affect, le projet, l'association et la coopération interindividuelle. Les rapports sociaux sont souhaités horizontaux (collectifs autogestionnaires, gouvernances démocratiques, etc.), la mobilité et l'itinérance sont réinventées, parfois aménagées. Ces engagements et positionnements se frottent aussi à une réalité faisant que ces artistes ont — et parfois revendiquent — le sentiment de vivre à la marge des normes sociales. L'exemple de la conjugaison de la vie d'artiste et du devenir mère est en cela intéressant³⁸⁸. Les artistes rencontrées, toutes en activité, racontent l'attention portée aux transformations de leur corps (au « déplacement du centre »), le désir d'accompagner pleinement l'arrivée de

388. Magali SIZORN, « Profession, circassienne. L'identité d'artiste à l'épreuve de la maternité », communication présentée lors du symposium « Professionnalisation et développement de l'identité professionnelle dans les métiers du cirque » de la deuxième édition du cycle de conférences « Une semaine de cirque », Montpellier, février 2014.



l'enfant (par des allaitements longs notamment), la recherche d'articulation entre parentalité et vie nomade. Elles soulignent ressentir une pression normative : la mobilité (corporelle comme géographique), l'articulation entre vie d'artiste et vie de famille, en particulier pour les femmes, font dire à Chloé (35 ans, aérienne) qu'elle a parfois le sentiment de devoir affronter la « houle de la bienséance sociale ».

Des compagnies réinvestissent le nomadisme des cirques traditionnels ou ont repensé des modes de vie et de travail collectifs. Dans les années quatre-vingt-dix et les années 2000, les Arts Sauts partaient en tournée avec leur chapiteau-bulle, avec conjoints et enfants. Aujourd'hui, c'est, entre autres, le Cheptel Aleïkoum qui propose une articulation de l'individuel et du collectif, du désir de s'accomplir en tant qu'artiste et en tant que sujet dans un projet commun. Le « collectif », initialement fondé par des artistes de cirque issus de la quinzième promotion du Centre national des arts du cirque de Châlons-en-Champagne (2004),

« centre son travail sur le respect de la diversité des approches artistiques de chacun de ses membres et non sur un postulat esthétique. Depuis la création de la compagnie, un de ses objectifs est le partage : partage de la vie, de [leurs] arts, mais également partage des moyens [qu'ils développent] individuellement et en groupe³⁸⁹. »

Le nom du collectif a d'ailleurs été construit pour signifier cette utopie fondatrice :

« Cheptel : [ensemble du bétail] comme l'ensemble des identités, des désirs, des points de vue différents réunis dans un même groupe.

Aleïkoum : [à tous] pour signifier l'ouverture de ce groupe et son désir de partage³⁹⁰. »

Si une partie de la critique post-moderne de la modernité et de ses effets est allée vers un néo-libéralisme privilégiant le sujet et négligeant le commun, si des effets de sophistication (des mots, des esthétiques) associés à une différenciation des publics des cirques sont identifiables aujourd'hui, les artistes de cirque contemporain tentent de résoudre cette tension. En détachant le faire d'une finalité performante, agonistique, démonstrative, ils ouvrent d'autres possibles dans la perception du mouvement, limitant les interprétations préexistantes

389. Voir <<http://cheptelaleikoum.com>>. Consulté le 2 décembre 2018.

390. *Id.*





car inscrites dans des conventions. Ils engagent ainsi les spectateurs dans un « partage du risque³⁹¹ » par éloignement d'une pratique uniquement « spectaculaire ». Ils articulent des esthétiques perçues comme intellectuelles dans la dés-artificialisation opérée et une recherche de « simplicité », d'« authenticité », de « proximité ». « Le public ne voit pas du tout que c'est physique, il s'identifie [...] tu ne lui donnes pas un fossé, tu le rapproches », précise Marie-Anne Michel. Au-delà de l'ancrage corporel, les artistes composent pour imaginer d'autres manières d'être acrobates, mais aussi d'être au monde en tant qu'acteurs sociaux.

Conclusion

« L'individualisation, écrit Jean-Claude Kaufmann, a pour conséquence logique de dissoudre les repères collectifs ; la société devient plus ouverte et chacun souhaite définir lui-même sa morale et sa vérité³⁹². »

La redéfinition du travail acrobatique, observée ici, dépasse le strict accomplissement moteur et spectaculaire du mouvement. L'attrait et l'influence des pratiques de conscientisation corporelle, notamment les pratiques dites somatiques, plaçant le sujet au cœur d'une expérience perceptive et compréhensive, font écho à l'individualisation de nos sociétés contemporaines.

C'est une autre efficacité du geste qui est recherchée, réalisé dans l'économie du mouvement, dans l'écoute de soi, de ses sens et sensations. Au modèle normé et reproductible du geste acrobatique de convention gymnique ou circassienne traditionnelle, s'ajoute un autre modèle, proposé par des acrobates considérant le faire et ses effets sur le corps (celui de l'artiste comme celui du regardeur) comme le point de départ de l'acte artistique. Le travail valorisé, y compris dans la répétition, rappelle ce que Richard Sennett décrit au sujet de l'artisanat³⁹³ : le travail, dont le faire nécessite conscience et réflexion, peut dans la répétition ou la lenteur, être source d'innovation et d'invention. Tensions,

391. Francine FOURMAUX, « Le nouveau cirque ou l'esthétisation du frisson », *Ethnologie française*, vol. 36, n° 4, Presses universitaires de France (Paris), octobre-décembre 2006, pp. 661-670.

392. Jean-Claude KAUFMANN, « Le corps dans tous ses états : corps visible, corps sensible, corps secret », dans Christian BROMBERGER, Pascal DURET, Jean-Claude KAUFMANN *et al.*, *Un corps pour soi*, coll. « Pratiques physiques et société », Presses universitaires de France, Paris, 2005, p. 70.

393. Richard SENNETT, *Ce que la main sait. La culture de l'artisanat*, traduit de l'anglais (États-Unis) par Pierre-Emmanuel Dauzat, Albin Michel, Paris, 2010.



relâchements, crispations, respirations, attentes, silences sont réintroduits dans des performances pouvant être répétées tous les soirs de spectacle, mais renouvelées à chaque fois.

Dans les mises en jeu et utopies corporelles se dessinent une autre politique du corps, un autre rapport au pouvoir. La valorisation de la singularité, la nécessité d'« être soi », laissent entrevoir l'individualisme caractéristique de la modernité « liquide » décrite par Zygmunt Bauman³⁹⁴ et dans laquelle les individus ont à se définir dans une société de changements constants, d'hybridités, de fluidités des liens sociaux. L'exaltation de l'autodétermination et de l'autonomie se combine néanmoins, dans l'expérience, à des idéaux collectifs trouvant dans l'écologie et ses différentes ramifications une éthique et des possibles explorations du rapport de soi à soi, à l'environnement, à l'autre. Le corps des « acro-danseurs » se présente à la fois comme un élément d'individuation typique des sociétés modernes, mais témoigne aussi, dans la manière dont les acteurs le mobilisent, d'un désir de retrouver du lien et du sens dans l'écoute de soi (un soi intérieur) et du monde.

Le corps est un formidable laboratoire d'analyse des transformations sociales. Dans le cas de l'acrobatie contemporaine, l'observation des usages du corps, comme du sens accordé aux rencontres des techniques et pensées du corps avec le cirque, témoigne de bricolages stimulants œuvrant à une réconciliation de l'individu et du collectif. Ces bricolages se composent de différentes strates de signification, engageant à mobiliser de multiples références (techniques, chorégraphiques, philosophiques) pour analyser non seulement les pratiques artistiques, mais aussi les récits biographiques des acteurs. Saisissant une réflexivité à l'œuvre, cette contribution rappelle que les expériences individuelles, comme les œuvres, sont faites des « plis du temps³⁹⁵ », convoquant ensemble différentes utopies corporelles qui ont marqué l'histoire des pratiques circassiennes et chorégraphiques.

394. Zygmunt BAUMAN, *La Vie liquide*, traduit de l'anglais par Christophe Rosson, coll. « Les incorrects », Le Rouergue – Chambon, Rodez, 2006.

395. Roland HUESCA, *Danse, art et modernité. Au mépris des usages*, op. cit.



MARGHERITA DE GIORGI

**ÊTRE-LÀ, DANSER AVEC.
PENSER LA PRÉSENCE COMME TECHNIQUE À TRAVERS LA
RECHERCHE GESTUELLE DE VIRGILIO SIENI**

« Le défi, quand on travaille avec les sens, c'est de ne pas présupposer qu'on sait déjà ce que sentir signifie. »

Erin MANNING³⁹⁶.

En convoquant le terme « présence », les discours esthétiques actuels³⁹⁷ visent à désigner une expérience d'ouverture sur un état de sensation particulier, difficilement saisissable, engendré par une pièce ou par les qualités gestuelles d'un *performer*. Exposés sur scène, en mouvement ou bien immobiles, des corps, des objets et même des dispositifs peuvent « avoir » de la présence, ou

396. Erin MANNING, *Politics of Touch. Sense, Movement, Sovereignty*, University of Minnesota Press, Minneapolis (États-Unis), 2007, p. XII. Nous traduisons.

397. Cet article aborde des sujets développés dans ma thèse de doctorat *Figurations de la présence : Esthétiques corporelles, pratiques du geste et écologies des affects sur la scène performative contemporaine* (Bologne, 26 mai 2017, inédite) dirigée par Enrico Pitozzi (université de Bologne, Italie) et Isabelle Ginot (université Paris 8) dans le cadre d'une cotutelle internationale. Les propositions des chercheurs engagés dans la théorisation de la présence (dont Josette Féral, Erika Fischer-Lichte, Gabriella Giannachi, Jane Goodall, Nick Kaye, André Lepecki, Patrice Pavis et Enrico Pitozzi) sont analysées en détail dans la première partie de la thèse. La notion de « présence », dans ces discours esthétiques, tend à être prise dans un usage autoréférentiel. Cependant, dès le tournant du XXI^e siècle, nombre d'artistes, dont Virgilio Sieni, paraissent s'intéresser à des questionnements sur leurs propres modalités de création et de composition et leur travail représente une ressource importante pour cette recherche.



bien engendrer des effets de présence dans le corps du spectateur. La plupart des théories définissent la présence en tant que phénomène intensifiant — et par là bouleversant — l'état présumé quotidien du regardeur. En effet, l'expérience sous-tendant la notion de « présence », ainsi entendue, n'a rien d'une coprésence ordinaire d'individus et d'objets dans l'espace ; pourtant elle n'a rien non plus d'un retour à l'essence du corps ou de la relation au monde. Au sein de cette réorganisation de la sphère perceptive opèrent des agencements de contagion — à savoir, d'inscription d'un univers esthétique et politique chez les participants — appartenant au projet de l'artiste et de l'auteur.

Bien que la sphère perceptive représente une ressource répandue pour la création contemporaine, nombre de définitions de la présence s'arrêtent presque uniquement sur l'idée de corps et de relation avec l'espace ou le public, ou bien sur le résultat du travail performatif, soit l'expérience esthétique de la pièce vécue du point de vue du regardeur. Cependant, limiter l'analyse à ces aspects comporte des risques pour la théorie comme pour la poétique des artistes. Lorsque l'on examine nombre de discours sur la question, l'on remarque des stratégies discursives et des terminologies visant à décrire les sources de ce phénomène. Plutôt qu'interroger ce qui est perçu et les modalités par lesquelles la perception est engagée dans une pièce, ce genre de discours vise plutôt à susciter des suggestions, voire à captiver ou convaincre les récepteurs. *Ainsi, hors de la scène, la notion de présence prend une fonction performative spécifique. Elle exprime l'assomption temporaire d'une instance esthétique comme réalité en quelque sorte absolue, catégorique, toute-puissante car enveloppant « tout » le potentiel d'une situation.* Il va de soi qu'un tel usage de la sphère sensorielle, sur scène autant que dans l'écriture, n'est jamais anodin ; quoique non visible, un *certain placement culturel et éthique est toujours à l'origine de ces stratégies de suggestion et affecte les pratiques.* Il n'est donc pas surprenant que des recherches récentes interrogent les dérives autoritaires de ce genre de politique du sensible, même hors du champ artistique³⁹⁸.

S'appuyant sur les études actuelles de cette question, cet essai tentera d'appréhender les notions normatives de présence dans les discours courants et de proposer de possibles alternatives. Par-là, il s'agira également de comprendre comment les usages des pratiques — plutôt que les pratiques

398. Voir par exemple Brian MASSUMI, « The autonomy of affect », *Cultural Critique*, n° 31, University of Minnesota Press (Minneapolis [États-Unis]), automne 1995, pp. 83-109, et, du même auteur, *The Politics of Affect*, Polity Press, Cambridge (Angleterre), 2015.



elles-mêmes — alimentent à leur tour ces esthétiques normatives de la présence. On s'attachera donc à repenser la question de la présence — qui reste problématique et ouverte — à travers l'analyse des pratiques performatives impliquant un travail physique et perceptif, et à travers l'usage du discours, dans le cadre de la transmission en atelier et de la composition chorégraphique. Des créations avec des amateurs de Virgilio Sieni, conçues pour des espaces urbains des villes de Marseille (*Visitation_Marseille Nord*, 2011) et de Venise (*Agorà TUTTI*, 2013) constitueront nos cas d'étude. Deux traits communs les rapprochent : d'une part, le recours à des approches somatiques du mouvement, suivi d'une mise en scène; d'autre part, leur caractère participatif : il s'agit de projets réunissant de jeunes semi-professionnels et/ou des « piétons ordinaires³⁹⁹ » ayant répondu à des appels à participation. Des traits contradictoires caractérisent ces deux pièces : la vocation démocratique de leurs outillages et de leurs méthodes de transmission⁴⁰⁰ coexiste avec une marque stylistique très puissante, qui au final détermine une grande partie des enjeux des ateliers d'expérimentation.

La notion de « présence », donc, prend des significations différentes selon les contextes, selon ses fonctions et ses usages. Il est utile de distinguer l'esthétique et la poétique de « la » présence, concernant les discours académiques, d'une part, et ceux des artistes, de l'autre. Notre analyse portera plutôt sur les pratiques de présence, un concept qui nous sert à nommer un vaste ensemble de pratiques corporelles centrées sur la perception, souvent négligées dans les discours théoriques, notamment dans les études théâtrales. Ces pratiques engendrent des expériences d'affection — contagion gravitaire ou kinesthésie, accord, autoaffection⁴⁰¹, etc. — suscitant des qualités performatives

399. L'expression est reprise d'un article d'Isabelle Ginot sur les esthétiques de l'amateur en danse contemporaine. Le piéton, dit Ginot, est une catégorie s'opposant à celle de l'amateur, dont la formation (et le corps) est moulée d'après le modèle professionnel « normal ». La figure du piéton, par contre, doit sa fortune à sa « maladresse », qui est en réalité le résultat d'esthétiques et de techniques partagées avec nombre de professionnels. Ainsi, le piéton réaffirme, par opposition, les catégories dominantes du corps et de l'habileté. Voir Isabelle GINOT, « Du piéton ordinaire », dans Michel BRIAND, *Corps (in)croyables. Pratiques amateur en danse contemporaine*, Centre national de la danse, Pantin, 2017, pp. 25-43.

400. *Ibid.* Voir aussi Margherita DE GIORGI, « Presenze competenti. Approcci somatici al gesto e dispositivi partecipativi nelle creazioni di Virgilio Sieni e Frédéric Gies », *Antropologia e Teatro. Rivista di studi*, dossier « Divenire amatore, divenire professionista. Teorie della pratica ed esperienze tra creazione artistica e partecipazione », n° 7, université de Bologne (Italie), 2016, pp. 174-203 : <<https://antropologiaeteatro.unibo.it/article/view/6266/6045>>. Consulté le 8 septembre 2017.

401. Selon Michel Bernard, l'autoaffection est une dynamique « inhérente à chaque sensation, à la fois nécessairement active et passive, [...] une manière de faire surgir un reflet virtuel, [...] autrement dit de susciter en quelque sorte "en creux" ou "en abyme", au sein de notre corporéité, la présence





captivantes, résonnant avec les définitions de la présence dans la littérature. Afin de nommer, sans les cristalliser, les enjeux gestuels et relationnels d'un contexte de pratique située, on fera appel à une approche épistémologique des pratiques et également aux outils donnés par la phénoménologie du corps et l'analyse du mouvement. En rejetant, ainsi, une conception de la présence en tant qu'enjeu naturel, on considérera la technicité intrinsèque aux pratiques gestuelles et de perception, impliquées dans l'incorporation et dans la mise en scène d'un projet poétique.

Écologies des pratiques et des affects : un possible accès à la présence

Pour mieux comprendre quels sont les enjeux de la fascination pour la présence sur la scène contemporaine, il faut considérer que les définitions courantes ne valorisent pas, mais au contraire semblent figer, les diverses déterminations des phénomènes de contagion affective. Cependant, ces esthétiques et poétiques de la présence sont effectivement articulées, soutenues et répandues dans le contexte de la pratique autant que celui de la critique. Qu'ils prennent forme à l'intérieur ou à l'extérieur du milieu de la création, ces récits ont ainsi une remarquable emprise sur la pratique, sur les sens, sur les gestes et sur le regard. Les idées sur la présence émergent donc d'un complexe réseau où fictions discursives, imaginaires et pratiques d'affection s'entrecroisent, s'influencent mutuellement, et s'imposent même les unes sur les autres. Ces facteurs, s'inscrivant dans le *processus* de création et dans la performance, seront ainsi à considérer à la lumière d'une éthique et d'une méthode propres à une écologie des pratiques⁴⁰². Cette écologie, soutient Isabelle Stengers,

« vise à la construction d'«identités pratiques» nouvelles pour les pratiques, c'est-à-dire, de nouvelles possibilités, pour elles, d'être présentes, en d'autres mots de se connecter. Par conséquent, elle n'approche pas les pratiques telles qu'elles sont [...] mais telles qu'elles peuvent devenir.

d'une altérité fictive et anonyme. », Michel BERNARD, *De la création chorégraphique*, Centre national de la danse, Pantin, 2001, p. 99.

402. Isabelle STENGERS, « Introductory notes on an ecology of practices », *Cultural Studies Review*, UTS ePress (Sydney [Australie]), mars 2005, pp. 183-196 : <<http://epress.lib.uts.edu.au/journals/index.php/csrj/article/view/3459/3597>>. Consulté le 8 septembre 2017. Une autre source récente est également Erin MANNING et Brian MASSUMI, *Thought in the Act. Passages in the Ecology of Experience*, University of Minnesota Press, Minneapolis (États-Unis), 2014.



[...] Une écologie des pratiques peut être une instance de ce que Gilles Deleuze appelait “penser par le milieu” [...]. “Par le milieu” signifierait qu’aucune théorie ne donne le pouvoir de démêler quelque chose de son environnement particulier⁴⁰³. »

L’ensemble de pratiques gestuelles, discursives et chorégraphiques constituant la poétique de Sieni demande en outre de convoquer la phénoménologie du corps et de la perception. Avec son travail, nous nous trouvons dans une tradition postmoderne dont l’intérêt dépasse pourtant la question de l’ordinaire et de la résistance à la forme spectaculaire pour s’ouvrir à des virtuosités stylistiques et à des réflexions métaphysiques. Dans les projets de Sieni, la présence, tout comme la corporéité⁴⁰⁴, ne coïncide pas avec le corps anatomique⁴⁰⁵, mais avec la vitalité d’un champ de relations entre corps, espace, imaginaire et mémoire collective. Le corollaire de cette poétique est le travail de transmission et de création en atelier visant à engendrer des relations d’appartenance et d’habitation au sens radical du terme. Habiter radicalement, suggère Julie Perrin⁴⁰⁶, c’est une activité intransitive : une façon de dialoguer avec l’espace et les autres en dépassant la relation ordinaire, naturalisée, fondée sur la séparation catégorique entre habitant et habité, sujet et espace-objet. Le corps, au contraire, est à considérer en tant que matériel hôte, prenant la conformation et les qualités du mouvement qui l’habite⁴⁰⁷. Interprètes et spectateurs sont également impliqués dans cette pratique, bien que souvent à partir de prémisses très différentes. À l’égard de la présence et de ses effets, il faut donc nommer un certain genre d’intensité, engendré par les micro-dynamiques de la relation intercorporelle, en deçà de connotations empathiques et émotionnelles de toute expérience. Erin Manning parle *d’une technicité inhérente à la perception et au geste, suggérant...*

403. Isabelle STENGERS, « Introductory notes on an ecology of practices », *op. cit.*, pp. 186-187. Nous traduisons.

404. Sur cette notion, voir Michel BERNARD, *De la création chorégraphique, op. cit.*

405. André LEPECKI, « Introduction: presence and body in dance and performance theory », dans André LEPECKI (dir.), *Of the Presence of the Body. Essays on Dance and Performance Theory*, Wesleyan University Press, Middletown (États-Unis), 2004, pp. I-XII. C’est une position partagée également par Enrico PRTOZZI, « Figurazioni : uno studio sulle gradazioni di presenza », *Culture Teatrali. Studi, interventi e scritture sullo spettacolo*, n° 21, I Quaderni del Battello Ebbro (Porretta Terme [Italie]), 2012, pp. 107-108.

406. Voir Julie PERRIN, *Figures de l’attention. Cinq essais sur la spatialité en danse*, coll. « Nouvelles scènes », Les Presses du Réel, Dijon, 2012, p. 77, pp. 250-257.

407. Carrie NOLAND, *Agency and Embodiment. Performing Gestures / Producing Culture*, Harvard University Press, Cambridge (États-Unis), 2009, p. 213.



« qu'un corps naturel originaire n'existe pas. [...] On peut concevoir les sens en tant qu'exfoliations prothétiques de la technicité du corps. La technicité entrelace des dimensions géographiques, écologiques, énergétiques, économiques et historiques sans être réductible à aucun d'eux. La technicité ouvre la voie pour [...] une éthique qui prend en considération le *processus* d'être-au-monde [*worlding*]. Être-au-monde ouvre la voie pour un devenir-machinique du monde où je ne suis plus un récepteur passif et vous n'êtes plus un donneur actif⁴⁰⁸. »

C'est pourquoi il est possible de lire la présence au prisme des théories des affects⁴⁰⁹. Une telle approche permet de préciser les traits ou, pour mieux dire, la *texture*, de ce devenir-machinique fabriquant notre relation au monde. Il faudra d'abord distinguer l'affect de l'émotion, en ce que cette dernière désigne une expérience de sensation d'après des conventions linguistiques et culturelles intériorisées. L'affect, par contre, est une force pré-identitaire, une décharge énergétique qui habite et anime le vivant. Il n'est pas séparable du corps qu'il habite et qu'il mobilise : au contraire, le modèle spinozien pense le corps en tant que ce qui affecte et est capable d'être affecté⁴¹⁰, et c'est précisément la dimension intensive, à savoir qualitative, de l'affect qui va dénoter le phénomène corporel. *Plus récemment, Brian Massumi a repensé ce modèle à partir des propositions de Gilles Deleuze et de Félix Guattari*⁴¹¹. *L'affect, soutient Massumi, suit un principe d'autonomie, c'est-à-dire qu'il participe du plan de l'actuel autant que du virtuel (en d'autres mots, du potentiel)*. En cet accès double à l'expérience sensible consiste le paradoxe de l'affect : sa capacité à produire des phénomènes de sensation saisissables sans perdre ni son fonctionnement machinique, ni sa conformation étendue, indéterminée. Subjectif et objectif ne seraient pas des conditions contradictoires, mais des intervalles du même devenir, des dimensions du possible se dégageant de

408. Erin MANNING, *Politics of Touch*, *op. cit.*, pp. XII-XIII. Nous traduisons.

409. Nous résumons ainsi principalement des propositions que l'on peut retrouver dans Brian MASSUMI, « The autonomy of affect », *art. cit.*; Brian MASSUMI, *The Politics of Affect*, *op. cit.*; Erin MANNING, *Politics of Touch*, *op. cit.*; Gilles DELEUZE et Félix GUATTARI, *Qu'est-ce que la philosophie?*, coll. « Critique », Les Éditions de Minuit, Paris, 1991.

410. Baruch SPINOZA, *Éthique*, traduit du latin par Robert Misrahi, coll. « Philosophie imaginaire », Éditions de l'Éclat, Paris, 2005 [1677]. Voir également Brian MASSUMI, *The Politics of Affect*, *op. cit.*, p. IX, pp. 3-4, pp. 48-50, p. 202.

411. On doit au célèbre essai *Qu'est-ce que la philosophie?* la théorisation des affects en tant que *paysages ou devenirs non humains de l'homme*, c'est-à-dire des forces pré-personnelles et non linguistiques qui habitent ce dernier tout comme l'environnement. Voir Gilles DELEUZE et Félix GUATTARI, *Qu'est-ce que la philosophie?*, *op. cit.*, p. 160.



l'expérience à des degrés de détermination différents. L'affect se reconnaît ainsi au centre des discours phénoménologiques et écologiques sur le corps, le geste et leurs agencements.

Les théories des affects et l'approche écologique des pratiques nous offrent donc des outils conceptuels et des méthodes pour articuler les enjeux des gestes, des imaginaires et des relations de pouvoir inscrits dans une performance. Pourtant, leur contribution ne se limite pas à la seule création d'un vocabulaire pour investiguer le sensible. Les pratiques et les expériences de présence, en effet, engagent aussi la formulation d'un regard-posture. En d'autres termes, la construction du regard serait à retracer parmi les aspects inscrits dans la mobilisation des affects, se réalisant par contagion gravitaire et par d'autres formes de connexion avec le public. En exposant les tendances normatives qui sous-tendent les discours sur le corps et sur les pratiques, ces théories et approches mettent en avant les systèmes de croyance, de validation et de normalisation qui opèrent — subtilement naturalisés — dans les discours sur les corps, et prennent corps dans la réception.

Le succès des projets de Sieni n'est qu'une confirmation du fonctionnement de ce genre de systèmes. Il se doit non seulement à son esthétique raffinée, mais aussi à la préparation d'une réception plus ou moins docile. Ses discours, d'une part, la qualité gestuelle des expériences affectives se dégageant de ses interprètes, de l'autre, seront l'objet de notre analyse. Après un aperçu du parcours et de la poétique de Sieni, nous considérerons trois facettes des pratiques produisant son emprise : d'abord un genre de *présence à soi*, à savoir un regard proprioceptif expérimenté et appris en atelier ; ensuite la *présence charismatique de l'auteur*, c'est-à-dire son emprise sur l'imaginaire et sur la qualité des gestes des interprètes ; enfin, entrelacée à ces deux présences, on retrouvera une *présence aux lieux* que mettent en scène ces pièces *site-specific*, à son tour préparée en atelier et par les discours de l'artiste.

Un chorégraphe intellectuel : parcours et succès de Virgilio Sieni

De nombreuses sources poétiques de Virgilio Sieni relèvent de son parcours universitaire et en danse. Issu d'une formation en architecture, passionné par l'art visuel et le *body art*, l'artiste n'aborde la danse qu'à l'âge adulte. Au milieu des années soixante-dix, il suit les ateliers de Traut Streiff Faggioni et s'initie à l'*Ausdruckstanz* (souvent traduit par « danse d'expression ») de Mary Wigman, Kurt Joos et Harald Kreutzberg. En 1979, il se rapproche du travail de



Katie Duck, élève d'Alwin Nikolais et Merce Cunningham. Les étapes suivantes l'amènent à la *School of New Dance Development* à Amsterdam, puis à Tokyo et ensuite à New York, où il suit le travail de Steve Paxton, Merce Cunningham et de leurs héritiers. Avant, pendant et après cette formation, Sieni pratique la gymnastique artistique, la boxe, l'aïkido et la méthode Feldenkrais. Entre 1983 et 1988 il est membre fondateur de la compagnie Parco Butterfly, parmi les ensembles les plus innovants de la scène italienne de l'époque. Peu après, en 1992, il fonde la compagnie Virgilio Sieni qui, depuis 2003, est située dans les espaces CANGO – Cantieri Goldonetta, au cœur de la ville de Florence. Dès le milieu des années 2000, Sieni commence à développer des projets parallèles au répertoire de sa compagnie avec un large éventail de collaborateurs non professionnels et/ou volontaires. Depuis 2007, l'Accademia Sull'arte Del Gesto (Académie sur l'art du geste) est l'incubateur de sa recherche en danse en amateur. Sieni s'intéresse notamment au travail avec des danseurs « atypique » (enfants, seniors, personnes vivant avec un handicap) et à l'investigation du lien entre geste et territoire. Entre 2010 et 2013, un tournant significatif a lieu pour l'artiste : le projet triennal *Art du geste dans la Méditerranée* (2010-2013) créé pour la ville de Marseille — à l'époque capitale européenne de la culture — coïncide avec le début de sa première direction de la Biennale Danza à Venise (2013). À partir de ce moment-là, son travail atteint une résonance internationale. Au sein de ces grands dispositifs de créations et d'ateliers chorégraphiques, nous retrouvons des réalisations significatives du projet poétique de Sieni : la recherche d'une danse entendue comme *oikos* — soit maison, espace familial, architecture vivante — et sa relation avec les espaces communs de la ville — la *polis*.

À partir de cette période, par la pratique en danse et par nombre de publications, Sieni précise sa poétique visant à tisser des liens entre expérience sensorielle et formulation de savoirs, vécu subjectif et imaginaire collectif, patrimoine incorporé et territoire. Les savoirs dont on parle ici sont situés⁴¹² : les thématiques centrales de Sieni relèvent des expériences pédagogiques et de création accumulées au fil du temps ; il s'agit d'idées et de compétences développées au sein d'un dialogue verbal autant que gestuel entre danseurs et chorégraphe. L'atelier, lieu de partage et d'inscription de ces savoirs, est le

412. Notion renvoyant au célèbre article de Donna HARAWAY, « Situated knowledges : the science question in feminism and the privilege of partial perspective », *Feminist Studies*, vol. 14, n° 3, université du Maryland (États-Unis), automne 1988, pp. 575-599, disponible en version française dans l'ouvrage Donna HARAWAY, *Des singes, des cyborgs et des femmes. La réinvention de la nature*, traduit de l'anglais par Oristelle Bonis, Jacqueline Chambon, Paris, 2009.





contexte par lequel une délicate négociation a lieu entre gestualité du danseur, enjeux pédagogiques et projet esthétique du chorégraphe. Ici se jouent d'une part les instances démocratiques des projets de Sieni et, de l'autre, les effets de son autorité. En effet, la combinaison de projets participatifs et de sources théoriques très savantes contribue à créer, autour de la figure de Sieni, l'aura d'un chorégraphe humaniste, éclectique, au carrefour de la culture classique et du postmodernisme. La recherche de Sieni sur le geste dansé pose donc la question d'un écart poétique-et-écologique à creuser, où les affects prennent corps, les idées se projettent dans le geste et où, de l'interaction de ces éléments dans le fond du geste⁴¹³, se constituent les repères nécessaires pour composer des espaces relationnels.

Poétique de l'amateur et stratégies de suggestion

Dans la poétique de Sieni, la figure de l'amateur mérite une attention particulière. Il ne s'agit pas simplement d'une notion généraliste qui rassemblerait tous les « autres » inventés par les conventions esthétiques normées de la danse⁴¹⁴. La définition qu'en donne le chorégraphe est centrée sur l'idée du don de soi et du temps, relevant d'une vision de la danse comme désœuvrement (*inoperosità*), d'après la pensée de Giorgio Agamben⁴¹⁵. Ainsi, l'amateur renvoie finalement moins à une identité qu'à une attitude marquant autant les danseurs de l'Accademia Sull'arte Del Gesto et que ceux de la compagnie. Sieni paraît nous suggérer que cette attitude se reflète dans les pratiques de transmission qu'il engage, permettant l'appropriation de mêmes outils chorégraphiques par des danseurs entraînés et non entraînés. De là viendrait la qualité gestuelle et la résonance des interprètes de Sieni, et également leur présence réflexive, douce, même « mystérieuse ». Cette qualité est largement citée dans la littérature sur Sieni et souvent reliée à la pensée classique sur le rapport entre philosophie et expérience. La qualité du corps et de la présence des danseurs renvoie, plus précisément, à une poétique de l'énigme, traitée d'après la tradition

413. Le fond du geste désigne l'organisation posturale et le tonus des muscles qui relèvent du rapport à la gravité. Il émerge avant la réalisation d'un geste ou bien d'un mouvement et en affecte la texture expressive. Voir Hubert GODARD, « Le geste et sa perception », dans Isabelle GINOT et Marcelle MICHEL (dir.), *La Danse au XX^e siècle*, Bordas, Paris, 1995, pp. 224-229.

414. Voir Isabelle GINOT, « Du piéton ordinaire », *op. cit.*

415. Sur cette notion, voir Giorgio AGAMBEN, *L'Usage des corps*, traduit de l'italien par Joël Gayraud, coll. « L'ordre philosophique », Les Éditions du Seuil, Paris, 2015; et Vito DI BERNARDI, *Cosa può la danza. Saggio sul corpo*, Bulzoni, Rome (Italie), 2012, pp. 133-170. Le philosophe italien Agamben fait actuellement partie des collaborateurs proches de Virgilio Sieni.





philosophique comme une des possibles formes de connaissance⁴¹⁶. On verra qu'il est pourtant difficile de considérer ces aspects en faisant abstraction du charisme du chorégraphe.

Le discours de Sieni sur le don et sur l'improductivité prépare et encadre la pratique, notamment, mais pas seulement, dans le cas des danseurs piétons. Sieni l'utilise dans le but de transmettre la valeur épistémologique de l'art du geste, censée récupérer des savoirs et des images constituant une culture vivante et en même temps souterraine, voire oubliée. Chez ses interprètes, l'occasion de participer à la redécouverte d'un imaginaire commun et à la valorisation d'un savoir « populaire » — qu'elle soit fictionnelle ou bien réelle — est une motivation puissante. *La participation à un projet de valorisation culturelle* est finalement le premier garant de leur engagement personnel et de la forme d'écoute qui en émerge. *La force de leur présence sur scène dévoile donc une origine performative*, en ce qu'elle trouve son origine dans un travail sur l'imaginaire et sur le mouvement, dans l'exploration de ses propres patrimoines gestuels et également dans les suggestions données par le chorégraphe au fil de la pratique. La relation qui s'établit entre Sieni et ses collaborateurs reste pourtant ambiguë : l'artiste en souligne le caractère horizontal ou « maïeutique », pourtant elle garde des traits hiérarchiques et des *processus* pyramidaux de validation.

Visitation_Marseille Nord (2011) et Agorà TUTTI (2013)

Plusieurs de ces traits sont identifiables dans *Visitation_Marseille Nord (2011)*⁴¹⁷, un quatuor créé avec des femmes seniors pratiquant l'art du geste depuis quatre ans dans la région marseillaise. Cette performance n'est pas un

416. Andrea Nanni se réfère en ce sens au projet de l'Accademia et inscrit le travail de Sieni dans la tradition pré-platonicienne, où « la transmission ne présupposait pas nécessairement la compréhension [intellectuelle] », mais aussi à la pensée d'Aristote, pour qui « il y a des savoirs qui sont appris avant d'être compris. De tout cela sagement on ne parle pas dans l'Académie sur l'art du geste, où avec humilité artisanne on opte pour la pure pratique. [...] leurs gestes semblent nous inviter à reconsidérer l'ésotérisme non comme une arrière-scène méprisable où dansent les tables à trois pieds mais comme une zone de l'existence que nous pouvons explorer seulement grâce au corps, dans un dialogue sans mots qui unit passé et présent, art et nature, biographie et histoire. » Voir Andrea NANNI, « Rapport pour une Académie », dans Virgilio SIENI (dir.), *La trasmissione del gesto*, Maschietto Editore, Florence (Italie), 2009, pp. 146-147. Voir également Virgilio SIENI, « Les mots de Virgilio Sieni, recueillis par Alessandro Leogrande », dans Alessandro LEOGRANDE (dir.), *Trois Agoras Marseille. Art du geste dans la Méditerranée – Virgilio Sieni*, Maschietto Editore, Florence (Italie), 2013, p. 20; et Andrea PORCHEDDU, « La diagnosi dell'Umano. Sul viaggio di Virgilio Sieni a Marsiglia », dans Virgilio SIENI (dir.), *Marseille. Carnet physique de voyage – diario fisico di un viaggio*, Maschietto Editore, Florence (Italie), 2011, p. 6 et p. 9.

417. Chorégraphie et conception : Virgilio Sieni. Interprètes : Antoinette Bonito, Martine Brignoli, Marie De La Rosa, Barbara Sarreau. D'après la fiche technique de la pièce et une captation vidéo inédite consultée sur autorisation de la compagnie, non datée, couleur, 20 min 9 s. Les analyses des pièces et



événement unique mais un travail particulier sur un format chorégraphique déjà adopté en plusieurs occasions et s'inspirant de la peinture sacrée de la Renaissance⁴¹⁸. Dans le projet *Art du geste dans la Méditerranée*, on retrouve plusieurs *Visitations* disséminées dans le centre-ville et dans la banlieue (le théâtre Le Merlan, La Bastide de La Magalone et la Cité Radieuse de Le Corbusier, etc.). En outre, la pièce fait elle-même partie d'un ensemble de *Visitations*⁴¹⁹ se déroulant à l'intérieur du palais Carli, le palais des Arts. Elle n'est donc que l'une des facettes d'un projet visant à habiter par la danse des lieux historiques et des centres d'art de Marseille.

Le caractère prismatique du dispositif *Visitation* influence à la fois la poétique, la dramaturgie, les instructions pour l'improvisation et la configuration esthétique de la mise en scène. Conçue comme « brève cérémonie » dansée, cette pièce interroge le thème de la rencontre en cinq étapes : « [R]egard, rapprochements, création d'une constellation gestuelle autour de la tactilité, le jeu, l'abandon⁴²⁰. » La création en atelier consiste à visiter les gestes des autres, à savoir les explorer sur soi et se mettre à l'écoute de l'espace environnant. Cette tâche est ensuite réorganisée au sein d'une chorégraphie : suite à un prélude autour d'une petite table placée au milieu de la salle, une série de tableaux vivants prend forme dans le silence entourant la bibliothèque du Palais. Les quatre femmes se rassemblent d'abord près de la table ; elles se lancent des regards surpris, affectueux, et se servent du thé. Elles prennent ensuite position et — chacune à l'aide de sa propre chaise — forment des géométries dans l'espace ; ou créent encore des chaînes de bras, souvent se soutenant ou bien s'abandonnant complètement aux autres. Les séquences se créent d'abord à partir de petits gestes, en *solo*, puis en couple et enfin en groupe.

des pratiques performatives ici présentées sont fondées sur des captations vidéos, des conversations avec le chorégraphe et des séances d'observation participante dans des ateliers pour les non professionnels qui ont eu lieu à Bologne en 2015.

418. En 2005, Sieni crée sa première *Visitazione*, reprenant la peinture de Pontormo (1528-1530) sur la visite de Marie à Sainte Élisabeth. On retrouve la même source iconographique dans cette pièce. Dans la poétique de Sieni, la *visitation* est entendue en termes laïques, mais confirme pourtant l'attraction de l'artiste pour le sacré et sa conception presque métaphysique du geste. Sur ce sujet, voir VITO DI BERNARDI, *Cosa può la danza. Saggio sul corpo*, op. cit. ; *Id.*, Virgilio Sieni, L'Epos, Palerme (Italie), 2011 ; Rossella MAZZAGLIA, « La danza delle lucciole. Oralità e trasmissione nell'opera di Virgilio Sieni », *Danza e Ricerca. Laboratorio di studi, scritture, visioni*, n° 1, université de Bologne (Italie), décembre 2011, pp. 91-120. Voir <<http://danzaericerca.unibo.it/article/view/2509>>. Consulté le 3 mars 2016. *Id.*, Virgilio Sieni. *Archeologia di un pensiero coreografico*, Editoria & Spettacolo, Spolète (Italie), 2015.

419. *Agorà Visitations_Terre* (2011). D'après la fiche technique de l'événement fournie par la compagnie Virgilio Sieni.

420. Virgilio Sieni, cité par Alessandro LEGRANDE (dir.), *Trois Agoras Marseille. Art du geste dans la Méditerranée – Virgilio Sieni*, op. cit., p. 60.



Le travail sur l'*adagio*, sur la lenteur — souvent adopté par Sieni avec les danseurs amateurs — permet aux interprètes de garder le même tonus, souple et constant, tout au fil de la performance. Les quatre femmes se conduisent en une synchronie lente, non rigide, en *accordanse*⁴²¹, en échangeant des regards à la fois bienveillants et attentifs. Le regard devient ainsi un geste à part entière, une façon d'habiter l'espace, permettant aux interprètes de se l'approprier. Le regard est également nourri d'une intimité développée au cours du *processus* de création et se reflète dans un toucher constant et délicat qui connaît les nécessités des corps des partenaires. Loin de renvoyer à des éléments biographiques ou représentationnels, la dimension relationnelle de la pratique, une fois réactivée sur scène, se tourne en une stratégie pour affecter la qualité des gestes et de la contagion gravitaire. Ainsi, le temps se suspend et l'attention du regardeur se fait, elle aussi, plus fine, captivée par des gestes et des passages autrement insaisissables, voire trop ordinaires pour être appréciés en détail.

L'*Agorà TUTTI* permet de préciser d'autres aspects du travail de composition de Sieni. La performance a lieu en 2013 au *campo* San Maurizio⁴²² à Venise et engage elle aussi un dispositif largement utilisé — l'*Agorà*. Ce projet rassemble des danseurs de la formation professionnelle Biennale College ainsi que des groupes de citoyens, et retravaille des performances déjà présentées au public séparément. Pour Sieni, le défi est de créer un ensemble cohérent par rapport aux différents modes d'intervention proposés pendant toute la durée de la *Biennale Danza*. Pour un ensemble si nombreux et si mélangé, il choisit de jouer sur l'occupation dynamique de l'espace et de donner beaucoup d'importance à l'interaction entre les danseurs professionnels et les piétons.

421. Notion désignant « le *processus* de mise en "accord" corporel, sensoriel, gestuel spécifique au mouvement dansé ». Christine ROQUET, *La Scène amoureuse en danse. Codes, modes et normes de l'intercorporéité dans le duo chorégraphique*, thèse, sous la direction de Philippe Tancelin et Hubert Godard, université Paris 8 Vincennes-Saint-Denis, 2002, p. 10.

422. Venise, 30 juillet 2013. Chorégraphie : Virgilio Sieni. Musique : Daniele Roccato. Interprètes : Antonio Abatangelo, Kathleen Delaney, Irene Fiorentini, Isabella Giustina, Ming Yiu Leung, Laura Giovanna Matano, Miriam Napoli, Valeria Puppo, Sabrina Rigoni, Alessia Sacco. Avec la participation de : Margherita Calefati, Viviana De Angelis, Ezio De Vecchi, Giuseppe Franceschi, Fosca Grespi, Giampietro Lazzari, Bruna Marazzato, Isabella Mirisciotti, Linda Pellegrin, Camille Rossetto, Giulia Tonolo, Mara Vian, Carla Vimercati, Irene Vio. Assistants au projet : Simone Basani, Helen Cerina, Gaia Germanà, Ariadne Mikou, Elisa Mucchi, Lara Russo, Francesca Beatrice Vista. Analyse conduite d'après une captation vidéo disponible dans les archives de la compagnie et en ligne sur *Youtube* : <https://www.youtube.com/watch?v=6BUmzWTqH_Y>. Consulté le 10 août 2016.



Au son d'un violoncelle joué en marge de la scène — à savoir le *campo* et les bâtiments au fond, tout simplement entourés par les participants — les danseurs quittent leurs places parmi les spectateurs, se rassemblent au centre et amorcent leurs séquences. Sieni choisit de ne pas fixer les mouvements sur la musique et de déployer les interprètes en grands groupes. Ces masses en mouvement se conduisent parfois ensemble, parfois en laissant la place aux autres sans jamais sortir de la scène. La plupart du temps le rythme est soutenu : cette foule dansante avance en courant ou en marchant rapidement entre les séquences. Les groupes changent souvent de composition et de direction, en suivant les gestes des danseurs-guides (parfois de jeunes professionnels, parfois des « danseurs piétons »). De temps en temps, le flux se suspend et laisse la place à de lents duos ou trios performés par des combinaisons de jeunes et de seniors, ou bien à des séquences où les élèves de la Biennale College dansent à partir des gestes des citoyens. Tout comme pour la *Visitation*, le toucher et le poids, l'entrelacement des corps et le déséquilibre sont des éléments fondamentaux. Le recours aux tableaux vivants est cependant presque exclu du plan dramaturgique. Cette *Agorà TUTTI* s'appuie sur une esthétique de l'ordinaire — d'empreinte postmoderne comme le soulignent les costumes et le recours à la marche, à la course et aux sauts — qui l'éloigne du mystère et de la suspension du quatuor.

Bien que très différentes, ces deux pièces donnent à voir des dispositifs et des *processus* de création similaires, à savoir des manières d'affecter les qualités d'écoute du geste et les relations des interprètes⁴²³. Dans les projets de formation de l'Accademia tout comme dans le répertoire de la compagnie auquel participent des amateurs, Sieni se confronte à des héritages gestuels hétérogènes et non standardisés. Idéalement, dans ces projets, il n'y a pas de hiérarchie préalable entre les compétences des professionnels et celles des amateurs mais plutôt des spécialisations techniques différentes. La cohérence de ces ensembles dépend donc des approches particulières de la transmission, qu'il convient maintenant de considérer plus en détail.

423. Pour approfondir les démarches de transmission et de création en atelier, voir Gaia GERMANÀ, « In ascolto, verso un Atlante del bianco. Nuovi danzatori sulle scene dello spettacolo contemporaneo », *Danza e Ricerca. Laboratorio di studi, scritture, visioni*, n° 1, université de Bologne (Italie), décembre 2012, pp. 121-152. Voir <<http://danzaericerca.unibo.it/article/view/2501>>. Consulté le 3 mars 2016. Voir également Lara STASI, *Pour une redéfinition de la notion d'amateur en danse. Études des pratiques chorégraphiques de Virgilio Sieni*, mémoire de master 2, sous la direction d'Isabelle Ginot, université Paris 8 Vincennes-Saint-Denis, 2016.

Présences en atelier : pratiques somatiques et improvisation

La méthodologie proposée par Sieni et par ses assistants mélange des approches somatiques du mouvement et des pratiques d'improvisation. Par l'improvisation libre, instantanée ou structurée, l'artiste vise d'abord à entraîner les personnes à « la maîtrise de demeurer dans un espace scénique » et « à une écoute profonde du corps » ; ou bien en observant d'autres danseurs ou le chorégraphe, à ne pas « imiter les pas seulement du point de vue formel mais [à] incorporer une conscience technique qui [...] permet de diriger les énergies du corps dans l'espace⁴²⁴. »

Une partie du travail au sol est inspirée de la méthode Feldenkrais. Ensuite, la transmission du geste se fait verbalement, par des descriptions ou bien pendant des moments de pratique d'improvisation, par une « syntonisation en action » ou « un corps-à-corps, au niveau kinesthésique ». Une autre méthode de transmission fait appel au toucher et à une manipulation respectueuse visant « à découvrir des connexions et des possibilités, même extrêmes, du corps et de ses articulations⁴²⁵ ». Par ces pratiques, le travail se centre surtout sur la prise de conscience de la posture, sur la détente et sur l'imaginaire, qui produit une sorte de regard intérieur, s'ouvrant sur l'écoute proprioceptive, d'une part, sur les dynamiques d'autoaffection, de l'autre. Il faut pourtant préciser que *Visitation_Marseille Nord* et *Agorà TUTTI*, tout comme d'autres créations de Sieni, ne s'appuient pas uniquement sur l'improvisation. La main du chorégraphe, qui finalise le travail d'exploration en atelier, sélectionne les gestes, les précise, puis établit la distribution des séquences dans les espaces et les temps de la performance. Mais jusqu'à quel point le projet du chorégraphe peut-il préétablir le devenir de ces pièces avant (et pendant) leur début ?

Présences en action : l'inscription corporelle des imaginaires

On a vu que la réussite de *Visitation_Marseille Nord* et d'*Agorà TUTTI* tient à l'aisance avec laquelle les danseurs s'approprient des contraintes chorégraphiques. Dans les deux cas, ce sont d'abord les participants eux-mêmes qui créent, en couple ou en petits groupes, les premières séquences. Cette étape de

424. Gaia GERMANÀ, « In ascolto verso un Atlante del bianco. Nuovi danzatori sulle scene dello spettacolo contemporaneo », *op. cit.*, p. 138. Nous traduisons.

425. *Id.*, pp. 141-142.



la création se base sur des gestes habituels, parfois involontaires, puis sur leur transformation. Seule l'initiation des danseurs aux contraintes fondamentales de l'interaction dansée est conduite par Sieni; le reste est généralement guidé par les assistants du chorégraphe. Il s'agit dès le début de créer une ambiance détendue et accueillante afin de faciliter la participation des amateurs les plus timides ou inhibés. L'on ne prescrit pas forcément ici le genre de gestes à produire. Toutefois, ce sont souvent des gestes lents et des contacts souples qui sont privilégiés, et l'on invite les participants à s'engager dans des moments de partage « intimes ».

La deuxième étape, la cristallisation des dessins chorégraphiques, n'arrive que dans la phase finale de ce travail. Cela veut dire, généralement, dès que le matériau gestuel de chacun a pris forme et que les *performers* ont intégré et formulé leur propre interprétation des instructions préliminaires. Les premiers garants de ce passage — qui prend en quelque sorte le sens d'une transformation du geste « populaire » en geste « élevé » — sont encore les assistants professionnels et/ou les volontaires recrutés sur place. Lara Stasi et Gaia Germanà montrent combien la contribution des figures auxiliaires est essentielle pour le développement du parcours d'apprentissage et pour la bonne réussite des créations en amateur de Sieni⁴²⁶. À l'aide des techniques anti-formelles⁴²⁷ apprises en atelier, le dispositif de transmission « activé » dans l'étape précédente vise à ce que, de ce moment-là jusqu'à la mise en scène, des modes de relation hétérogènes se fabriquent entre les danseurs, et qu'ils affectent les matériaux chorégraphiques au fil du *processus* de transmission et de la performance. Par-là, c'est à nouveau Sieni qui prend en charge cette étape.

Son intervention varie selon le contexte. On retrouve de simples mises en place de tâches performatives juste avant la performance ou encore des déploiements élémentaires des groupes dans l'espace ne demandant que peu de répétitions juste avant la mise en scène. Il y existe également des parcours plus structurés comme ceux des pièces que l'on vient de considérer. En visionnant les improvisations, Sieni s'arrête sur une série de mouvements et, en échangeant avec les danseurs, il souligne l'importance des éléments affectifs accompagnant

426. Voir Lara STASI, *Pour une redéfinition de la notion d'amateur en danse. Études des pratiques chorégraphiques de Virgilio Sieni*, *op. cit.*; Gaia GERMANÀ, « In ascolto verso un Atlante del bianco. Nuovi danzatori sulle scene dello spettacolo contemporaneo », *op. cit.*

427. D'après la définition de Ginot, des techniques travaillant sur le *processus* de fabrication du geste et non sur la réglementation de sa forme. Voir Isabelle GINOT, « Du piéton ordinaire », *op. cit.*



les gestes⁴²⁸. Un toucher léger, à l'écoute, joue un rôle essentiel dans cette phase du travail : ce contact et le recours à un imaginaire familier facilitent la mémorisation des séquences. *En même temps, le partage de gestes qui sont significatifs amplifie l'accordance des interprètes et les autorise à savourer leur danse.* L'enjeu de la chorégraphie, en effet, est souvent la mise en avant — par leur extension — des passages et des transformations d'un mouvement à l'autre, où la participation et le goût du danseur sont rendus perceptibles. La performance restitue, donc, tout un ensemble de micro-variations sur la partition, aussi bien que le devenir de l'espace relationnel de la pratique et des gestes dès qu'ils ont été suspendus et détournés de leur usage ordinaire. Enfin, les effets de la transformation des compétences perceptives et des relations sont consciemment donnés à voir, exposés par le biais de la mise en scène, par différents procédés de disposition dans l'espace, d'orientation vers le public, etc.

Quel que soit le procédé performatif et chorégraphique adopté, cette étape du travail en atelier signe également la véritable inscription de la présence du chorégraphe — de son imaginaire, de sa gestualité et de son charisme — dans la matière travaillée par les danseurs avec les assistants. Un aperçu de ce passage fondamental est donné par Lara Stasi :

« Le travail de Sieni réside dans un accompagnement des mouvements à travers des suggestions sur la qualité du geste et sur “comment organiser le corps”. Il pose son attention surtout sur les transitions, les déplacements. Avec ses indications, c'est comme si Sieni prolongeait les intentions du geste des interprètes. Il donne des indications aussi en se servant de son corps et de la proximité des corps entre eux. En faisant les mouvements avec les danseurs amateurs, il prolonge la dynamique spontanée dans un geste. Il s'agit toujours de simplifier des gestes déjà très simples, comme s'allonger sur le sol, s'appuyer sur l'autre, lever un bras, trouver le parcours le plus simple pour arriver à toucher l'autre. Dans ces déplacements, il les invite à affiner sa sensibilité, percevoir les “transitions du corps” et le rapport entre une extrémité et l'autre. Faire une transition signifie pour lui sentir la répercussion de tout mouvement sur le corps entier et aller voir comment de tout mouvement en découle naturellement un autre dans la dynamique du fonctionnement structural du corps⁴²⁹. »

428. Un aperçu de cette méthode de travail est visible dans l'une des vidéos promotionnelles de la Biennale Danza 2013 : <<https://www.youtube.com/watch?v=SzPeszx751s>>. Consulté le 8 septembre 2017.

429. Lara STASI, *Pour une redéfinition de la notion d'amateur en danse. Études des pratiques chorégraphiques de Virgilio Sieni, op. cit.*, p. 55. Extrait du compte rendu du processus de création pour Altissima Povertà à Turin, Italie (2016).



D'après cette configuration de la pratique, habiter l'espace et nourrir une certaine accordance deviennent des tâches faisant de la présence, l'être-là, des danseurs moins une donnée *a priori* que le résultat de leurs compétences. Ainsi, la présence est également un ensemble de figurations, voire de résultats esthétiques d'un écosystème relationnel autonome. Pourtant, même dans ces projets participatifs, le développement d'une gestualité « piétonne » — sur la base d'une subjectivation de l'expérience en atelier — n'est pas un présupposé mais l'expression d'un équilibre fragile qui se joue à chaque instant de chaque performance. Aucun procédé, aucune suggestion ne peut assurer cette réussite, cette appropriation. C'est pourquoi Sieni paraît s'intéresser à la pratique performative qui travaille par excellence les états corporels comme l'imaginaire : le discours⁴³⁰.

Présences en mots : fascinations et croyances

Des paysages urbains et des images picturales sont mis en forme par des longues descriptions et explications de Sieni ; bien que riches en suggestions sensorielles, celles-ci ne visent pas uniquement à décrire les traits des espaces de la performance : elles les transfigurent, parfois les négligent, pour aborder d'autres sujets. Il s'agit alors de véritables moments d'exploration sensorielle, véhiculés uniquement par les mots de Sieni, faisant partie de la formation du danseur. Ce procédé viserait à éveiller chez les danseurs de la curiosité ou même une certaine stupeur pour l'environnement qui les entoure dans le quotidien, aussi bien qu'à secouer les habitudes sensori-motrices. Mais en même temps, dans l'espace restreint de l'atelier, les imaginaires des interprètes ne peuvent s'écarter des récits de Sieni, cette pratique confirme que ces projets célèbrent en quelque sorte ici un imaginaire poétique appartenant avant tout au chorégraphe⁴³¹.

430. Voir Isabelle GINOT, « Discours, techniques du corps et technocorps », dans Paule GIOFFREDI (dir.), *À la rencontre de la danse contemporaine. Porosités et résistances*, coll. « Le corps en questions », L'Harmattan, Paris, 2009, pp. 265-293.

431. Une digression sur la notion d'« image » est nécessaire. Virgilio Sieni construit son travail sur la figure d'après une approche explicitement influencée par Aby Warburg, historien de l'art qui, au tournant des XIX^e et XX^e siècles, a développé une méthode pour étudier l'évolution de la culture iconographique européenne, voire des imaginaires communs fabriquant un tissu culturel incarné et partagé. Considéré comme historien de l'art aussi bien qu'anthropologue des images, Warburg s'est interrogé sur les modalités de survivance et de migration des iconographies au niveau collectif et interculturel. Voir Aby WARBURG, *L'Atlas Mnémosyne*, traduit de l'allemand par Sacha Zilberfarb, coll. « Écrits », L'Écarquillé, Dijon, 2012.



La présence aux lieux que proposent ces pièces *site-specific* devrait alors se jouer sur l'instant, à savoir être l'issue d'une (re)découverte en temps réel d'un espace généralement peu utilisé dans le *processus* de création. Pourtant, cette présence aux espaces de la performance n'est pas concevable sans l'inscription préalable de la présence du chorégraphe dans les gestes de ses interprètes. Si aux yeux du spectateur — une question à aborder dans des recherches futures — une transformation des espaces urbains a lieu par les biais de la *Visitation* ou de l'*Agorà*, cela arrive par la création d'un intervalle, voire par l'abstraction de la fonctionnalité ordinaire de ces espaces. Cela se vérifie à la fois au niveau « politique » de la mise en scène et chez les danseurs, dans la fabrication de chaque geste en relation à un espace déjà surchargé de signification par les discours de l'artiste. Aux suggestions iconographiques s'ajoute l'explication de l'éthique du travail. Celle-ci consiste, d'une part, à explorer le geste — même le plus infime — avec respect, en raison de l'imaginaire collectif (en réalité, plutôt métaphysique) dont il serait l'expression; d'autre part, l'éthique se joue dans la prise de contact avec les partenaires. En ce sens, d'après les discours de Sieni, la danse ne serait d'abord qu'une recherche intime en mouvement, et un soin de l'autre.

Conclusions : danser en démocratie?

Le système de validation de la pratique chez Sieni semble penser les projets de danse en amateur comme des actions de réappropriation d'une culture incorporée. Prendre soin de ses gestes intimes et de l'autre serait par conséquent une métonymie de l'activité antiéconomique du « faire culture », à savoir, cultiver sa propre appartenance à une civilisation particulière (européenne, méditerranéenne, etc.) et de contribuer à son évolution collective.

En même temps, le geste devient un dispositif ouvrant la voie à la composition des unités moléculaires du mouvement et de la perception. Alors que, pendant le *processus* de transmission et de création, les interprètes questionnent ce que leur corps peut faire, le chorégraphe et ses assistants les invitent à questionner également les conditions perceptives et affectives permettant cette capacité. *Ainsi, la pratique chorégraphique ne se limite pas au seul déploiement des corps sur scène, mais elle s'étend à la manipulation et l'harmonisation des états de corps*⁴³², *du prémouvement et des relations des danseurs entre eux et avec l'espace.*

432. À savoir, « l'ensemble des tensions et des intentions qui s'accumulent intérieurement et vibrent extérieurement et à partir duquel le spectateur peut reconstituer une généalogie des intensités présidant à l'élaboration, volontaire ou non, d'une forme corporelle ou d'un mouvement. » Philippe

À la lumière des pratiques chorégraphiques et de transmission de Sieni, la notion de présence traduit finalement l'expérience de stratégies raffinées de mobilisation : le toucher et les discours. Bien qu'il s'agisse d'outillages visant la mise en place d'un partage de savoirs, ils sont également les instruments nécessaires pour créer de la fascination et du consentement. La gestualité de Sieni s'infiltré dans la pièce comme extension des gestes que les danseurs amorcent. Le même genre de stratégie, conduite par le discours, permet de « préparer », d'accorder et de modeler l'imaginaire, les modalités d'écoute et de relation. Plus précisément, les discours de l'artiste fonctionnent en tant que *dispositifs de croyance, visant à affecter la qualité du geste en continuité avec la pratique corporelle. En outre, ces systèmes opèrent sur la réception des performers et des spectateurs; ils les persuadent de la coïncidence entre la poétique de l'artiste et une prétendue essence, ou vérité métaphysique du geste et des sensations ressenties pendant la performance.* Qu'elle soit l'expression d'une démocratisation de la pratique ou bien de l'affirmation de l'autorité de l'artiste, la présence est donc un dispositif poétique renvoyant à des expérimentations sur le rapport entre la subjectivité, la collectivité et le vaste plan du vivant. D'un point de vue épistémologique et écologique, par conséquent, la question posée à la présence conduit à une plus vaste interrogation sur les politiques des affects en danse et demande de comprendre les logiques et l'interdépendance entre devenir des corporéités et devenir des idées.

GUISGAND, « À propos de la notion d'état de corps », dans Josette FÉRAL (dir.), *Pratiques performatives. Body Remix*, coll. « Le spectaculaire. Série théâtre », Presses universitaires de Rennes (Rennes) et Presses de l'université du Québec (Québec [Canada]), 2012, p. 234.

JOHANNA BIENAISE

**POUR UNE APPROCHE ÉCOLOGIQUE
DES PROCESSUS DE CRÉATION EN DANSE :
DES DYNAMIQUES RELATIONNELLES EN STUDIO À
L'ÉMERGENCE DE L'ÉCO-CORPORÉITÉ DES ŒUVRES**

En novembre 2014, lors du colloque « Écosomatiques », le groupe Soma&Po. Somatiques, esthétiques, politiques⁴³³ de l'université Paris 8 proposait de réfléchir sur les perspectives écologiques du champ de l'éducation somatique, comprise comme un ensemble de pratiques visant l'apprentissage de la conscience du corps en mouvement dans l'environnement. L'appel à contribution était, dans ce sens, éloquent :

« Les pratiques somatiques partagent un certain nombre de principes proposant une approche écologique et notamment leur appréhension holistique du sujet et de son environnement. En effet, elles proposent de mettre au cœur de leur approche les interactions nécessaires à la vie — que cet écosystème soit celui de l'individu (en tant que multiple) ou celui de l'homme et de son milieu, que ces interactions soient avec les humains, les non-humains ou encore les éléments. »

Dans ce contexte, la notion de « *soma-écosystème* » proposée par Joanne Clavel et Isabelle Ginot, chercheuses membres du groupe Soma&Po, semble aller encore plus loin dans le sens d'une réflexion écosystémique, en proposant à l'intérieur

433. Voir l'introduction, p. 9 du présent ouvrage. Le colloque « Écosomatiques » a eu lieu du 8 au 10 décembre 2014 au Centre national de la danse à Pantin.

même de l'environnement de considérer l'« *individu comme environnement*⁴³⁴ ». Associer la notion de « *soma* » au concept d'écosystème, tout comme associer le préfixe « éco » au champ de la somatique, comme le propose le présent ouvrage, s'apparente à mon intuition de regarder le champ de la création chorégraphique contemporaine d'un point de vue écologique, le champ chorégraphique et les pratiques somatiques se rejoignant dans une conception holistique de l'individu et du monde. En effet, comme interprète en danse contemporaine, je reconnais également que ma pratique artistique se développe à travers une conscience affinée du mouvement et qu'elle s'inscrit définitivement dans son environnement, c'est-à-dire dans le milieu dans lequel je vis, agis et interagis.

À l'instar d'une perspective écosomatique, je tenterai, dans cet article, d'approcher le champ de la création chorégraphique contemporaine d'un point de vue écologique. Si, comme l'écrivent Blandin *et al.*, « le terme écologie (du grec « *oikos* », « demeure », et « *logos* », « science ») a été proposé par Ernst Haeckel en 1866 pour désigner la science qui étudie les rapports entre les organismes et le milieu où ils vivent⁴³⁵ », je me baserai sur les résultats d'une recherche-création doctorale dans laquelle je souhaitais mieux comprendre ce qui pouvait se jouer dans l'espace relationnel entre le danseur et l'environnement de différents *processus* de création.

Deux questions avaient guidé la démarche de cette recherche doctorale⁴³⁶ : quels sont les défis et les enjeux d'adaptation du danseur contemporain à différents projets chorégraphiques ? Et quelles sont les modulations possibles de la relation à la gravité du danseur dans son travail adaptatif ? L'adaptation était approchée comme un enjeu d'équilibration afin de trouver une adéquation possible entre les données de son environnement et ses propres ressources dans un échange perpétuel d'informations et de réajustements. La relation à la gravité, quant à elle, était comprise comme un élément fondateur de la corporéité de

434. Joanne CLAVEL et Isabelle GINOT, « Pour une écologie des somatiques ? », *Revista Brasileira de Estudos da Presença*, vol. 1, n° 5, Universidade Federal do Rio Grande do Sul (Porto Alegre [Brésil]), 2015, p. 95.

435. Patrick BLANDIN, Denis COUVET *et al.*, « Écologie », dans *Encyclopædia Universalis* [en ligne], France. Récupéré de <<http://www.universalis-edu.com.proxy.bibliotheques.uqam.ca:2048/encyclopedie/ecologie/>>. Les références ici mentionnées provenant de l'*Encyclopædia Universalis* font l'objet d'un accès limité, nous ne mentionnerons donc pas les U.R.L. dans ces cas précis.

436. Johanna BIENNAISE, *Défis et enjeux de l'adaptation à différents projets chorégraphiques et mise en jeu de la relation à la gravité dans la pratique de l'interprète en danse contemporaine*, UQAM, Montréal (Canada), 2015.



l'individu dans son histoire ontologique, s'exprimant à travers les variations de tonicité, de résistance ou d'abandon à la force de pesanteur, véritable façon d'entrer en relation avec le monde⁴³⁷.

À partir de ces deux questions, la recherche-crédation s'est basée sur l'observation de mon expérience d'interprète dans trois projets de création en *solo*, avec trois chorégraphes différents. Les trois *processus* analysés se sont alors dévoilés, tour à tour, comme de véritables écosystèmes mettant en jeu les chorégraphes, les divers collaborateurs de chaque projet et moi-même. Entendons ici le terme « écosystème » dans le sens où l'entend le sociologue et philosophe Edgar Morin :

« Éco-système : ce terme veut dire que l'ensemble des interactions au sein d'une unité géophysique déterminable contenant diverses populations constitue une unité complexe de caractère organisateur ou système⁴³⁸. »

L'observation des dynamiques relationnelles mises en jeu dans chaque projet de création et de leur impact sur l'émergence de chaque œuvre m'a alors amenée à m'interroger plus particulièrement sur la mise en lien possible entre les *processus* de création en tant qu'écosystèmes et le développement du champ de la corporéité dans la création chorégraphique par le philosophe Michel Bernard, qui présente la création en danse comme le lieu d'activation d'un « spectre sensoriel et énergétique d'intensités hétérogènes et aléatoires⁴³⁹ ». Je présenterai ici comment la notion d'« éco-corporéité » de l'œuvre chorégraphique a commencé peu à peu à prendre forme dans ma réflexion. L'éco-corporéité pourra être comprise comme l'expression des dynamiques écosystémiques des *processus* de création dans l'émergence de l'œuvre.

Pour ce faire, je décrirai tout d'abord les différentes dynamiques relationnelles vécues en studio dans les trois *processus* traversés et leur impact sur ma relation à la gravité à l'intérieur des œuvres. De ces dynamiques, j'exposerai

437. Julian de AJURIAGUERRA, « Le corps comme relation », *Revue suisse de psychologie pure et appliquée*, n° 21, Hans Huber (Berne [Suisse]), 1962, pp. 137-157; Henri WALLON, *Les Origines du caractère chez l'enfant. Les préludes du sentiment de personnalité*, coll. « Quadrige », Presses universitaires de France, Paris, 2009 [1949]; Donald WINNICOTT, *Jeu et Réalité. L'espace potentiel*, traduit de l'anglais par Claude Monod et Jean-Bertrand Pontalis, coll. « Connaissance de l'inconscient », Gallimard, Paris, 1975.

438. Edgar MORIN, *La Vie de la vie, La Méthode*, t. II, Les Éditions du Seuil, Paris, 2008, p. 20.

439. Michel BERNARD, *De la création chorégraphique*, Centre national de la danse, Paris, 2001, p. 17.



comment les notions d'émergence, de complexité et d'écologie d'action⁴⁴⁰ se sont rencontrées pour une compréhension écologique de l'avènement d'une œuvre en danse. Je présenterai alors le concept d'éco-corporéité de l'œuvre chorégraphique qui m'est apparu pertinent pour parler de la matière propre à l'œuvre issue d'un écosystème complexe, fait de mises en interaction de différents éléments entre eux. De nombreux rapprochements se feront ici entre ce désir de proposer une perspective écologique sur la création en danse et la volonté de développer une écosomatique. Je terminerai enfin en envisageant la dimension politique d'une telle réflexion qui se dévoilera, entre autres, à travers le principe dialogique d'autonomie-dépendance propre à tout individu en relation avec son environnement.

Dynamiques relationnelles et mise en jeu de la corporéité

En sociologie et en anthropologie, le corps a été abordé par de nombreux auteurs comme lieu d'inscription privilégié d'un contexte social et culturel. Dans son article « Les techniques du corps⁴⁴¹ », l'anthropologue Marcel Mauss proposait une lecture du corps comme manifestation d'une culture et d'une éducation. La marche, la course, la nage, etc., apparaissaient comme des manières d'incorporer le bon usage d'actions particulières tel qu'il était déterminé par les sociétés elles-mêmes. Par la suite, les sociologues Émile Durkheim, Max Weber, Oswald Spengler, Norbert Elias et surtout Pierre Bourdieu ont utilisé le terme « *habitus* » pour marquer l'institution du social dans les corps⁴⁴².

En danse, de nombreuses études nourries de recherches en psychomotricité font référence au fait que c'est par la mise en jeu de sa relation à l'environnement que le danseur trouve de nouvelles cartographies de sensations, renégociant à chaque création ses habitudes de geste et sa dynamique posturale. Ce travail sur la posture qui se construit dans un dialogue permanent avec l'environnement⁴⁴³

440. Ces notions seront définies plus loin dans le texte.

441. Marcel MAUSS, « Les techniques du corps », dans *Sociologie et Anthropologie*, coll. « Quadrige. Grands textes », Presses universitaires de France, Paris, 2003, pp. 363-386.

442. Christian GODIN, *Dictionnaire de philosophie*, coll. « Sciences humaines », Fayard et Éditions du Temps, Paris, 2004.

443. Julian de AJURIAGUERRA, « Le corps comme relation », art. cit. ; Henri WALLON, *Les Origines du caractère chez l'enfant. Les préludes du sentiment de personnalité*, op. cit. ; Donald WINNICOTT, *Jeu et Réalité. L'espace potentiel*, op. cit.

et qui fonde l'expressivité du danseur⁴⁴⁴, nous révèle, précisément, cette part insaisissable de la création chorégraphique soumise à un jeu permanent d'interactions et de rétroactions entre l'ensemble de ses composantes. Les chercheuses en danse Christine Roquet et Isabelle Launay le décrivent très bien :

« [...] [L]a posture est pensée comme le potentiel de gestes d'un individu en relation avec son environnement. Elle signe un moment de son rapport à l'environnement⁴⁴⁵. »

Or, à travers l'étude de terrain effectué dans ma recherche doctorale, j'ai pu effectivement observer comment le contexte de création de chacun des trois *processus* et ma rencontre avec chacun des chorégraphes avaient pu générer des corporalités fort différentes en fonction de trois manières de travailler très distinctes me mettant en jeu dans divers rôles comme interprète. Il est important de mentionner ici les éléments qui ont certainement influencé la manière d'agir et d'interagir de chacun des chorégraphes : chaque *solo* était une commande que je leur avais faite ; le temps en studio était relativement court pour chacun, c'est-à-dire soixante heures de répétition réparties sur un mois de travail à chaque fois ; le contexte de la recherche doctorale demandait de faire une captation vidéo des répétitions et m'amenait à vivre un *processus* réflexif approfondi sur mon expérience, dans un journal de bord et des entretiens individuelles. Le contexte de création a ainsi été vécu différemment par chaque chorégraphe, avec des objectifs et des focalisations très différentes pour la création, en fonction de leurs expériences passées et de leurs attentes. Dans ces différents *processus*, est alors apparue une corrélation entre la nature de ma relation avec chaque chorégraphe et les modulations possibles de ma relation à la gravité.

La première chorégraphe a saisi l'invitation de participer à la recherche-création pour appréhender le travail comme un espace de découverte et d'analyse en profondeur du geste. Elle m'a ainsi amenée sur le terrain de la décomposition du mouvement et de sa compréhension dynamique, anatomique et fonctionnelle, dans une expérience du déséquilibre permanent, des tangentes, des lignes obliques et spirales. Ses intérêts de travail ont ouvert la

444. Hubert GODARD, « Le geste et sa perception », dans Marcelle MICHEL et Isabelle GINOT (dir.), *La danse au XX^e siècle*, Bordas, Paris, 1995, pp. 224-229.

445. Isabelle LAUNAY et Christine ROQUET, « De la posture à l'attitude, ou ce qu'un danseur peut dire aux hommes politiques », *Posture(s), imposture(s)*, musée d'Art contemporain du Val-de-Marne, 2008, p. 3. Voir : <http://www.danse.univ-paris8.fr/chercheur_bibliographie.php?cc_id=4&ch_id=6>. Consulté le 2 décembre 2018.

voie à une focalisation sur la technicité du mouvement dansé, la chorégraphe devenant un véritable modèle pour moi. En effet, elle était très impliquée physiquement dans la recherche du mouvement afin de préciser toujours plus la logique des chemins gestuels souhaités. En la voyant danser, je percevais une intelligence corporelle exacerbée que je cherchais à reconstituer dans ma propre expérience. L'espace relationnel entre nous était ainsi extrêmement dynamique dans un aller-retour permanent entre moi et elle, dans une recherche incessante de cohérence entre mes sensations, mon vécu somatique et ce que je percevais de nos échanges physiques et verbaux. La pièce, dont le titre était *Waypoints*, était directement inspirée la chanson *That's Life* de Frank Sinatra. Mon trajet dans la pièce, le travail de différentes chutes au sol mais aussi des moments de suspension, de déséquilibre, m'amenaient à me raconter une histoire dans laquelle je représentais un personnage fictif aux prises avec ses combats, ses difficultés tout comme ses espoirs. Les hauts et les bas de la vie comme l'incessante déstabilisation produite par les aléas de notre quotidien recouvraient tout leur sens dans une gestuelle dynamique qui jouait sur un perpétuel déséquilibre. Ma relation dynamique avec la chorégraphe et le thème de la pièce se rencontraient avec cohérence, me conduisant à vivre une expérience du déséquilibre permanent, dans une « danse du squelette », avec une tonicité relâchée mais cherchant toujours l'efficacité.

Pour le deuxième *solo*, j'ai rencontré un chorégraphe pour lequel le contexte de travail proposé représentait un espace de liberté pour expérimenter l'aspect performatif de sa démarche artistique. Nous sommes ainsi entrés dans une relation d'échange très stimulante, nos nombreuses discussions devenant le cœur du *processus* de création. Je me sentais dans une relation de collaboration entière, une relation clairement horizontale, nourrie d'un échange d'idées et d'une confiance totale entre l'un et l'autre. Dans l'optique du *solo*, ce deuxième chorégraphe s'est intéressé davantage à la composition performative et structurelle de l'œuvre même, soucieux d'offrir un propos pertinent à un contexte culturel et social. À travers la pièce, qui s'intitulait *Dysmorphic Delicious*, nous souhaitions soulever des questions qui nous semblaient refléter les préoccupations actuelles d'une société où le corps est, trop souvent, considéré comme un objet. Dans ce contexte, plusieurs questions sont venues hanter notre travail : quel rapport entretenons-nous avec nous-mêmes ? Comment se perçoit-on ? Comment s'imagine-t-on ? Comment notre perception de la réalité, la représentation et la conscience que l'on a de soi-même et notre sentiment même d'identité sont-ils, parfois, déformés, aliénés, influencés par les pressions sociales, médiatiques et marchandes qui nous entourent ? Cette



réflexivité en action, associée à une relation horizontale entre le chorégraphe et moi-même, m'a permis d'accéder à l'expérience d'une verticalité corporelle assumée, une tonicité vigilante toujours prête à faire des choix, valorisant mon positionnement d'interprète-créateur.

Enfin, la troisième chorégraphe n'a pu se détacher du contexte doctoral, trouvant difficilement son désir de création dans un contexte de commande. Reprenant des concepts expérimentés dans des œuvres précédentes, elle m'a invitée à entrer, à partir d'improvisations dirigées, dans une expérience somatique raffinée tout en me guidant dans une conception du geste dansé extrêmement précise et rigoureuse. Une relation hiérarchique très forte s'est alors installée, la chorégraphe devenant très directive et se positionnant avec moi tel un maître face à son élève. Le sujet de la pièce, que nous avons intitulée *Brenda*, en hommage à la chanson de Brenda Lee *I'm Sorry*, est resté assez vague tout au long du travail. La chorégraphe me mentionnait seulement son désir de traiter du thème de la féminité. Ce n'est que vers la fin du *processus* que j'ai pu accéder à ce que cette pièce représentait pour moi : j'associais mon état émotif au personnage d'une femme, Brenda, que je voyais enfin émerger, lessivée, quelque fois forte mais surtout vulnérable, fragile, à fleur de peau, parfois muette, aveugle la majeure partie du temps, ne pouvant voir la réalité que par l'acceptation d'une confiance vacillante mais retrouvée. Associé aux tensions reliées à notre relation hiérarchique difficile, le travail gestuel m'a ainsi conduite à vivre une expérience somatique de l'horizontalité qui était très forte et empreinte d'une grande émotivité. Je ressentais une large ouverture de ma ceinture scapulaire et une véritable porosité entre mon espace intérieur, ma peau et l'espace environnant, dans un étalement de moi-même et une tonicité dilatée.

La manière unique de chaque chorégraphe de vivre le contexte particulier de cette recherche doctorale, ma relation établie avec chacun d'eux et les dynamiques de travail en studio ont clairement trouvé une cohérence avec mon vécu de chacun des univers gestuels proposés. Les observations menées dans le cadre de ma recherche-crédation et décrites plus haut semblent ainsi nous renvoyer à un principe fondateur de l'éducation somatique et plus particulièrement de la méthode Feldenkrais, comme nous le précisent Joanne Clavel et Isabelle Ginot :

« Dans ses ouvrages, Feldenkrais ne cesse de revenir à sa définition du mouvement non pas comme action corporelle, mais comme interaction avec le monde⁴⁴⁶. »

446. Joanne CLAVEL et Isabelle GINOT, « Pour une écologie des somatiques? », art. cit., p. 87.



Ce à quoi elles précisent :

« La séance Feldenkrais considère l'action de l'environnement comme agent de transformation du potentiel de geste du sujet⁴⁴⁷. »

L'action de l'environnement permettrait ainsi la mise en disponibilité d'un réseau potentiel de gestes, le champ des somatiques empruntant alors le principe d'*affordance* à la théorie du psychologue américain James J. Gibson :

« En proposant la notion d'*affordance*, Gibson met l'accent sur la réciprocité intrinsèque entre les capacités d'action projetées par le sujet, dès leur émulation perceptive, et les possibilités d'action offertes par un milieu qui se forme et se structure à partir de celles-ci⁴⁴⁸. »

Or, n'était-ce pas ce que j'avais expérimenté au cours des trois *processus*? Des dynamiques et des orientations de travail très différentes, nourries par une relation au contexte toujours renégociée, qui avaient permis d'ouvrir la voie, chacune à leur manière, à une corporéité singulière? Cette réciprocité entre l'environnement et l'individu me renvoie définitivement au concept d'adaptation étudié dans ma thèse, et plus particulièrement, à l'approche complexe proposée par Edgar Morin qui envisage l'adaptation comme l'« intégration d'une (auto) organisation dans une éco-organisation⁴⁴⁹ », c'est-à-dire comme la mise en relation d'une organisation interne de l'individu avec une organisation écosystémique, l'individu et son environnement s'influencent mutuellement dans un jeu complexe d'échange continu d'informations. C'est ainsi que l'épistémologie de la complexité développée par Edgar Morin a trouvé sens dans ma réflexion, me renvoyant aux notions d'émergence et d'écologie d'action qui, à leur tour, ont éclairé ma perspective écologique des *processus* de création en danse.

Émergence, complexité et écologie d'action

Qui est l'auteur d'une œuvre chorégraphique? Cette question est, à juste titre, très souvent posée dans le milieu professionnel en danse. La reconnaissance de la complexité des interactions vécues au sein des *processus* de création brouille les pistes et ne rend pas la réponse facile. Chaque œuvre est en effet

447. Joanne CLAVEL et Isabelle GINOT, « Pour une écologie des somatiques? », art. cit., p. 97.

448. Carla BOTTIGLIERI, « Médialités : quelques hypothèses sur les milieux de Feldenkrais », dans Isabelle GINOT (dir.), *Penser les somatiques avec Feldenkrais. Politiques et esthétiques d'une pratique corporelle*, coll. « Lignes de corps », L'Entretemps, L'avrune, 2014, p. 96.

449. Edgar MORIN, *La Vie de la vie, La Méthode*, t. II, op. cit., pp. 49-50.



issue de la rencontre d'un chorégraphe, comme initiateur de projet et maître de jeu, avec un ou plusieurs interprètes, dont les rôles peuvent varier, et avec d'autres collaborateurs (directeur des répétitions, compositeur, dramaturge, scénographe, concepteur lumière). Chaque *processus* de création prend ainsi vie dans un écosystème dynamique qui, rappelons-le, prend place dans des contextes de production et de diffusion variées (projets subventionnés ou non, diffusion dans des festivals et des théâtres de petite, moyenne ou grande envergure, diffusion hors-théâtre, *in situ*, etc.). La création chorégraphique apparaît dès lors comme une pratique complexe, du latin « *complexus* », « ce qui est tissé ensemble », c'est-à-dire comme une pratique constituée d'une multitude d'éléments dont les interactions, non prévisibles, laissent émerger une organisation unique et singulière. Morin spécifie ainsi que la complexité...

« demande que l'on essaie de comprendre les relations entre le tout et les parties. La connaissance des parties ne suffit pas, la connaissance du tout en tant que tout ne suffit pas, si on ignore celle des parties ; on est donc amené à faire un va-et-vient en boucle pour réunir la connaissance du tout et celle des parties. Ainsi, au principe de réduction, on substitue un principe qui conçoit la relation d'implication mutuelle tout-parties⁴⁵⁰. »

Dans son livre *Ob.scène, récit fictif d'une vie de danseur*, la danseuse et chercheuse Énora Rivière reprend, sous sa plume, le témoignage de danseurs professionnels, mettant justement en lumière la reconnaissance de cette complexité dans l'émergence de l'œuvre :

« Tu ne te mets plus de pression pour inventer des choses dites nouvelles parce que tu ne crois plus à cette histoire d'originalité, à ces idées prédéfinies, définitives et religieuses. Tu sais pertinemment que les choses émergent, surgissent depuis un contexte, au contact des autres, que si créativité il y a, elle se situe dans cet intervalle, ce dialogue entre toi et ce qui t'entoure, la manière dont tu vas agencer chaque nouvelle situation⁴⁵¹... »

450. Edgar MORIN, « Complexité restreinte, complexité générale », dans Jean-Louis LE MOIGNE et Edgar MORIN (dir.), *Intelligence de la complexité. Épistémologie et pragmatique*, Éditions de l'Aube, La Tour-d'Aigues, 2007, pp. 28-50, ici p. 33.

451. Enora RIVIÈRE, *Ob.scène. Récit fictif d'une vie de danseur*, coll. « Parcours d'artistes », Centre national de la danse, Pantin, 2013, p. 81.



Chaque *processus* de création semble ainsi pouvoir être compris comme un système complexe dans lequel l'émergence d'une réelle « création » au sens de « produire et former un être ou une chose qui n'existait pas auparavant⁴⁵² » provient du mélange et de mises en relation d'éléments qui ne coexistaient pas auparavant. À l'instar de la citation d'Énora Rivière, la notion d'« émergence » en création apparaît être un concept fécond pour comprendre les *processus* en art. Louis-José Lestocart⁴⁵³, critique d'art et de cinéma et chercheur en épistémologie artistique, précise, entre autres, qu'une dizaine d'approches du concept d'émergence a pu être développée pour envisager la création en art contemporain. Rémy Lestienne, physicien et neurobiologiste, retrace de son côté l'histoire de ce concept d'émergence en physique. Il explique :

« Il existe dans la théorie physique toutes sortes de concepts qui n'ont pas de définition possible à l'échelle la plus élémentaire. Ce sont des concepts que l'on ne peut attacher qu'à une population, qu'à un ensemble d'éléments de base, et qui n'ont aucun sens si on les applique à un seul de ces éléments isolés⁴⁵⁴. »

Tout comme la notion d'émergence la laisse envisager, je perçois aujourd'hui l'indispensable regard posé sur ma pratique d'interprétation en danse dans son intégration à un écosystème, à une dynamique d'interrelations sans lesquelles il est difficile de comprendre l'émergence de la corporalité inhérente à chaque œuvre. J'ai en effet l'impression, en regardant *a posteriori* les œuvres créées, qu'elles ne pouvaient être comprises que dans la globalité des éléments qui les avaient portés et qu'elles m'échappaient au moment de leur émergence — ou

452. Centre national de ressources textuelles et lexicales (C.N.R.T.L.), *Le Trésor de la langue française informatisé*, 2012. Voir <<http://atilf.atilf.fr>>. Consulté le 2 décembre 2018.

453. « Que ce soit l'entéléchie (Aristote, Leibniz), la morphogenèse (D'Arcy Thompson, Turing), la mécanique statistique (Boltzmann), les effets de seuil qualitatif, le potentiel organisateur de la théorie des catastrophes (Thom), le *processus* d'individuation transductive (Simondon), l'emboîtement des formes (propriétés émergentes qui n'existent pas dans chaque élément séparé), l'organisation autopoïétique d'un système vivant, la boucle rétroactive (Wiener), les phénomènes récursifs (Gödel) d'une construction interactive avec l'environnement, la totalité qui n'est plus une somme d'éléments, mais vient du langage, ou enfin l'auto-organisation des automates cellulaires (Von Neumann, Ulam, Langton, Wolfram); ce sont toutes sortes d'émergences susceptibles épistémologiquement d'être rapprochées d'une certaine création artistique au XX^e siècle. » Louis-José LESTOCART, « Épistémologie de la complexité et art contemporain », 2007. Voir <http://www.intelligence-complexite.org/nc/fr/thematiques/navigation-par-contributeur/contributeur/lestocart.html?tx_mcxapc_pi1%5Baction%5D=contributeurDetail&cHash=ef23ad255a6e109b71e4f7dd07a62f88>. Consulté le 2 décembre 2018.

454. Rémy LESTIENNE, *Dialogues sur l'émergence*, coll. « Essais & documents », Éditions Le Pommier, Paris, 2012, p. 66.



plutôt qu'elles se dévoilaient enfin, dans toute leur complexité. Cette non-prévisibilité de l'émergence de l'œuvre peut alors nous renvoyer au principe d'« écologie d'action » telle que développée par Morin :

« Le principe d'écologie d'action est, à mon avis, central : dès qu'une action entre dans un milieu donné, elle échappe à la volonté et à l'intention de celui qui l'a créée, elle entre dans un jeu d'interactions et de rétroactions multiples et elle va donc se trouver dérivée hors de ses finalités, et parfois même aller dans le sens contraire⁴⁵⁵. »

C'est cette sensation que chaque œuvre m'échappe comme interprète et que des transformations sous-jacentes m'habitent au moment même de chaque performance qui m'amène aujourd'hui à considérer la perspective écologique de plus en plus révélatrice de ma réalité d'artiste en danse. Je me questionne également sur les résultats même de cette écologie d'action, au cœur des *processus* de création en danse, sur la réception des œuvres par les spectateurs. Comment pourrions-nous envisager un regard écologique porté sur la création en danse? Cette question m'a conduite à réfléchir sur la possible rencontre du champ de l'écologie avec le concept de corporéité tel que développé par Michel Bernard, tentant de proposer une « subversion esthétique de la catégorie traditionnelle de “corps”⁴⁵⁶ » et de définir l'acte créateur comme la mise en jeu « d'un réseau matériel et énergétique mobile et instable de forces pulsionnelles et d'interférences d'intensités disparates et croisées⁴⁵⁷ ». »

De l'écologie des *processus* de création à l'éco-corporéité de l'œuvre chorégraphique

Si Thomas Hanna a proposé avec le concept de « soma » de décroquer une approche anatomiste et empreinte du dualisme cartésien du corps, toute la réflexion de Michel Bernard vise également à déconstruire cette définition du corps issue de la philosophie occidentale et à ouvrir une nouvelle conception de notre incarnation sensible par le concept de corporéité compris comme « spectre sensoriel et énergétique d'intensités hétérogènes et aléatoires⁴⁵⁸ ». Cette

455. Edgar MORIN, « Complexité restreinte, complexité générale », *op. cit.*, p. 47.

456. Michel BERNARD, *De la création chorégraphique, op. cit.*, p. 17.

457. Michel BERNARD, « De la corporéité fictionnaire », *Revue internationale de philosophie*, vol. 4, n° 222, Association revue internationale de philosophie (Bruxelles [Belgique]), 2002, p. 526.

458. *Id.*, p. 524.



corporéité s'exprime à travers quatre chiasmes sensoriels : un chiasme intrasensoriel, rattaché à la réversibilité d'un même sens, entre le senti et le sentant, un chiasme intersensoriel, compris comme la correspondance croisée de tous les sens entre eux, un chiasme parasensoriel, qui « entrelace le sentir et le dire⁴⁵⁹ » et, enfin, un chiasme intercorporel défini ainsi par le philosophe :

« [C]ette intercorporéité ne désigne, selon moi, que le croisement illimité des virtualités projetées par la diversité des corporéités, autrement dit la trame fictive, mouvante et singulière de l'imaginaire immanent à nos sensorialités⁴⁶⁰. »

Ce dernier chiasme me semble particulièrement pertinent pour la réflexion menée dans cet article. En effet, l'intercorporéité convoque l'*inter*, c'est-à-dire ce qui se passe *entre* les corporéités, dans une dynamique de réciprocité, d'une action mutuelle, mais aussi invitant l'intervalle. La relation *entre* les corporéités mises en jeu dans des *processus* de création et sensibles à l'environnement dans lequel elles s'inscrivent devient dès lors centrale pour comprendre l'émergence complexe d'une œuvre chorégraphique. L'*inter* indique cette poétique propre à la rencontre en danse, qui ouvre sur une infinité des possibles du devenir d'une œuvre. Par la suite, au moment même de la performance, l'écosystème du *processus* de création laisse place à l'écosystème de l'œuvre elle-même, laquelle se dévoile alors dans un réseau de cohérence, de friction, de dialogue, de résonance. L'intercorporéité — sous-tendant la sensorialité du *processus* de création — laisserait alors voir ce que je propose d'appeler *l'éco-corporéité de l'œuvre chorégraphique*, le préfixe « éco », du grec « οἶκος » qui signifie « maison, habitat » précisant l'émergence de ce monde en soi qu'est une œuvre chorégraphique dans sa matérialité perceptible aussi bien par le spectateur que vécue par le danseur.

L'éco-corporéité pourrait ainsi être définie comme la matière émergente de l'œuvre chorégraphique, mise en jeu dans une écologie d'action dans un contexte de création particulier. Le danseur et le chorégraphe se rencontrent dans une intercorporéité en action, c'est-à-dire dans une mise en relation de leur corporéité respective, rencontre dirigée par la suite dans le sens de l'activité (sens comme direction mais également sens comme signification, celle-ci pouvant être personnelle ou collective), afin de développer une œuvre inscrite dans un temps et un espace particulier, révélant cette éco-corporéité, avec tous ses enjeux sensibles et politiques, propre au partage d'un « corps commun » ou

459. Michel BERNARD, « De la corporéité fictionnaire », art. cit., p. 531.

460. *Id.*, p. 533.



d'une « pâte commune » pour reprendre les expressions du critique de danse et praticien de la méthode Feldenkrais, Gérard Mayen, et de la chorégraphe Sylvie Pabiot⁴⁶¹. Dans cette perspective éco-systémique, il semblerait désuet de chercher à connaître l'auteur réel de la matière d'une œuvre. Il s'agirait davantage de parler d'une porosité de la rencontre permettant l'émergence d'une œuvre unique et singulière. Cette perspective ouvre sur des questions éminemment politiques puisqu'elles sont rattachées à des préoccupations actuelles du travail collaboratif en danse et de l'être-ensemble, mais aussi puisqu'elles convoquent des questions relatives au rôle que peut avoir la danse comme vecteur potentiel de transformation des corporités immanentes à un environnement.

Politique et dialogique autonomie-dépendance à l'environnement

Envisager la création chorégraphique d'un point de vue écologique implique la reconnaissance de la responsabilité de chacun dans l'émergence de l'œuvre. Bien loin de vouloir uniformiser les *processus* de création au risque d'homogénéiser également les esthétiques chorégraphiques, il s'agit au contraire, dans une conscience politique, de valoriser la spécificité du rôle de chacun, et d'encourager l'échange, aussi bien dans le *consensus* que le *dissensus*. La négociation, les compromis et les prises de décisions seront, à des niveaux différents pour chacun, au cœur du travail en studio, ce qui teintera l'éco-corporité de l'œuvre. Dès que le danseur entre en scène, dans cet espace public et partagé, l'éco-corporité émergente devient une proposition citoyenne de rapport à soi et au monde, les artistes partageant avec le public une expérience sensible commune. Au moment du spectacle, cette expérience commune de l'œuvre devient alors « source de lien social », pour reprendre les mots de la sociologue et politologue française Dominique Schnapper à propos du principe de citoyenneté⁴⁶² — le lien social se construisant à travers l'expérience du sensible inscrite au cœur de la corporité de chacun. Dans ce lien social mis en jeu, la notion de responsabilité semble refaire surface à travers la notion d'éthique, c'est-à-dire de réflexion sur nos manières de vivre ensemble. En effet, pour reprendre les mots de Morin,

461. Gérard MAYEN, « Vu en commun. Entretien avec Sylvie Pabiot », *Repères. Cahier de danse*, n° 25, La Briqueterie/C.D.C. du Val-de-Marne (Vitry-sur-Seine), 2010, pp. 28-31.

462. Dominique SCHNAPPER, « Citoyenneté », *Encyclopædia Universalis* [en ligne], France.



« [T]out regard sur l'éthique doit percevoir que l'acte moral est un acte individuel de reliance : reliance avec un autrui, reliance avec une communauté, avec une société et, à la limite, reliance avec l'espèce humaine⁴⁶³. »

Cette perspective citoyenne, associée à notre approche écologique des *processus* de création en danse, demande ainsi de prendre soin de l'*espace entre*, de ce qui circule, pour comprendre toute la complexité ontologique de l'émergence de l'œuvre. Dans cette optique, lors du colloque « Écosomatiques » en 2014, Sylvie Fortin, Professeure à l'UQAM et praticienne somatique, a proposé sept repères pour une approche écosomatique⁴⁶⁴ dont trois me semblent pertinents à transférer pour une approche écologique de la création chorégraphique dans une perspective écocitoyenne.

Elle proposait tout d'abord de faire un usage critique et créatif des méthodes de travail et de tenir compte de l'ensemble des expériences des personnes. Si l'on considère l'importance du contexte et des dynamiques relationnelles dans la création en danse, il semble essentiel de réfléchir sur les méthodes de création utilisées et de l'apport possible de chaque intervenant selon la richesse et la spécificité de leurs expériences passées. Chaque *processus* de création, en devenant un écosystème dynamique, met en effet en place des modes de fonctionnement qui guideront l'ensemble du groupe, le politique en jeu dans les *processus* s'exprimant dans l'espace de représentation.

Fortin mentionnait ensuite l'importance, pour les praticiens écosomatiques, de s'adapter aux environnements des différents partenaires (adaptation culturelle, de temporalités et financière). En danse, cette adaptation aux environnements de création et de diffusion des œuvres — qui influencent de nombreux facteurs de la création (durée des temps de préparation, montant des subventions obtenues, contexte de représentations, etc.) — est à prendre en considération pour comprendre la genèse des œuvres, l'orientation de certains choix, les valeurs soutenant chaque projet et les contraintes qui ont dû être contournées pour explorer des pistes de solutions créatives et innovantes, permettant ou non la remise en jeu du « geste social figé dans une posture » et conduisant ou non à une « crise de la représentation du corps social et de ses espaces d'action⁴⁶⁵ ».

463. Edgar MORIN, *Éthique, La Méthode*, t. VI, Les Éditions du Seuil, Paris, 2004, p. 16.

464. Voir son article « Repères pour une approche écosomatique de l'éducation somatique », p. 155 du présent ouvrage.

465. Isabelle LAUNAY et Christine ROQUET, « De la posture à l'attitude, ou ce qu'un danseur peut dire aux hommes politiques », *op. cit.*, p. 4.



Enfin, Fortin suggère de faire confiance au *processus* collectif de construction et de diffusion des résultats, en parlant de recherches menées dans une perspective écosomatique. Une approche écologique des *processus* de création en danse encouragerait, dans le même sens, une confiance accordée à la dynamique de groupe, chaque individu se sentant partie prenante de l'émergence de l'œuvre.

À ce titre, je reviendrais, en guise de conclusion, sur un élément des résultats de ma recherche doctorale ayant contribué à ma compréhension de ce partage des responsabilités, qui a favorisé mon engagement dans chaque projet, soit le principe d'autonomie. Dans les trois *processus* de création traversés, l'acquisition progressive de mon autonomie dans le travail, comprise comme une caractéristique requise afin de « pouvoir exercer ses compétences et son jugement pour résoudre des problèmes et prendre des décisions qui concernent son travail⁴⁶⁶ », me permettait en effet de reconnaître ma responsabilité quant à mon interprétation des œuvres et de me sentir active dans les situations de répétition et de performance. Mon autonomie ne pouvait alors advenir que dans une relation intégrée à mon environnement — relation dans laquelle je pouvais à la fois me sentir en lien avec chacun des éléments du *processus* de création et me positionner face à eux. Ce double sentiment d'intégration et d'autonomisation me renvoie à la pensée complexe d'Edgar Morin, qui précise :

« On arrive à ce que j'appelle logiquement le complexe d'autonomie-dépendance. Pour qu'un être vivant soit autonome, il faut qu'il dépende de son environnement en matière et en énergie, et aussi en connaissance et en information. Plus l'autonomie va se développer, plus des dépendances multiples vont se développer⁴⁶⁷. »

Dans cette citation, une dialogique essentielle du rapport à l'environnement est relevée : celle d'autonomie/dépendance. J'ai en effet eu l'impression, et ce, tout au long de mon parcours adaptatif que plus ma relation aux chorégraphes et aux œuvres se construisait, plus j'étais capable d'aller chercher une autonomie de fonctionnement et, en même temps, plus je pouvais devenir autonome, plus je pouvais saisir ma relation au contexte et m'y engager avec discernement.

466. Estelle MORIN, *Sens du travail, santé mentale et engagement organisationnel*, I.R.S.S.T., Montréal (Québec [Canada]), 2008, p. 23. Voir <<http://www.irsst.qc.ca/media/documents/pubirsst/r-543.pdf>>. Consulté le 2 décembre 2018.

467. Edgar MORIN, « Complexité restreinte, complexité générale », *op. cit.*, p. 7.



Or, ne serait-ce pas cela, une approche écologique de la création en danse pour l'interprète : reconnaître ce jeu subtil entre l'acquisition constante de son autonomie et le développement d'une vision claire et lucide de son environnement ?

ROBIN DECOURCY

SE (RE)CONNECTER AU VIVANT PAR LES TREK DANSE

Entretien avec Joanne Clavel⁴⁶⁸

JOANNE CLAVEL. — *Qu'est-ce que sont les trek danse?*

ROBIN DECOURCY. — Les trek danse sont un moyen d'aller à la rencontre de notre environnement, interne et externe. J'utilise ce titre pour faire vivre des expériences collectives, des expériences de perception en milieu naturel. Je choisis des parcours spécifiques et j'interroge des lieux qui me fascinent, avec une prédilection pour le Lubéron où je vis. Je m'intéresse à la plastique du lieu, à son histoire, ses légendes, sa géologie, sa végétation... Je l'observe, m'y perds... Je les étudie également par des lectures d'ouvrages et les moyens que m'offre le *Web*. Comme pour les facettes d'un *rubik's cub* qui s'entremêlent, le parcours se prépare comme un terrain de jeux où les participants n'auraient plus qu'à enfiler leurs chaussures et à se laisser aller. Les formules sont simples comme : « Qu'est-ce que ça vous fait de marcher en silence avec des bouchons d'oreilles? » ; « Qu'est-ce que ça vous fait de marcher en empathie avec quelqu'un pendant deux ou trois heures? » J'entends par empathie le fait de penser à l'autre, de se sentir traversé par l'autre, de l'imiter, de lui proposer des points d'appuis qui vont réorganiser la marche. C'est aussi une empathie avec le paysage : regarder de loin, de près... Avec les participants, nous testons plusieurs de ces modalités perceptives en pleine nature.

468. Entretien réalisé le vendredi 16 octobre 2015 au matin par Skype. Joanne Clavel et Robin Decourcy se connaissent un peu, ils se sont rencontrés plusieurs fois autour du projet abandonné *Des dauphins à la campagne*, initié par Boris Nordmann. Lors d'une rencontre sur deux jours, Robin les a emmenés explorer les collines du Lubéron dans les environs de Buoux.

J. C. — *Travailles-tu avec les forces de la nature? Je pense au vivant évidemment mais aussi aux forces inertes ou telluriques.*

R. D. — Oui, complètement. Étrangement, les retours qui me sont faits sont plutôt sur des problématiques individuelles comme si cet aspect de la nature n'y était pas. Ce qui m'excite beaucoup personnellement, c'est de connecter les gens aux forces de la nature. Pour moi, ça n'a rien d'inerte, c'est très poreux... on est dedans. Il s'agit de faire vivre en nous les forces de la nature, celles qui sont autour et celles qui sont en nous. Il n'y a pas de séparation. Dans les environnements naturels, les mouvements sont variés : le mouvement des branches, des feuilles, le mouvement de l'eau de la rivière, le mouvement de la poussée végétale, des sons, etc. En ce moment, je m'intéresse plus particulièrement aux mouvements aériens comme le vent ou les marées d'air. Les marées d'air ont plus de puissance que les marées de mer. On peut s'intéresser aussi à l'effet des cycles des saisons ou des astres qui agissent en nous. Le trek danse est une invitation à créer des relations avec l'environnement, c'est un renfort, être en présence des énergies de la nature, s'identifier, se reconnecter à soi. Tes jouissances comme tes peurs apparaissent plus facilement et du coup ta colonne vertébrale est plus vivante, tes émotions sont plus fortes.

J. C. — *Peux-tu, alors, préciser ton idée de nature?*

R. D. — Je n'ai jamais réfléchi au terme « nature ». Je n'aime pas vraiment la ville et je ne pense pas que les mégapoles soient un cadre épanouissant pour l'être humain, mais cela reste de la nature organisée. Le béton, le nucléaire c'est de la nature. La question pour moi est plutôt : comment respecter les mouvements et les énergies? Si tu exploites du pétrole, tu vas aller creuser au fond de la terre pour extraire un liquide qui a peut-être une utilité géophysique pour l'ensemble de la dynamique de la terre. Par exemple l'extraction des gaz de schistes crée des déséquilibres, des tremblements de terre. Ce qui m'intéresse avec le trek danse, c'est la manière dont je compose avec ces forces de la nature. Le corps humain a des besoins pour être épanoui, il a besoin d'un équilibre énergétique et les animaux, végétaux et minéraux l'aident à se lier et se connecter avec ces flux énergétiques... Les minéraux sont des conglomerats d'atomes avec de l'espace et du mouvement, une vibration de et dans la matière — un mouvement si lent qu'il est presque invisible pour notre rythme humain. On pourrait parler d'une reconnexion par le mouvement à la matière. En ville, l'artificialisation crée des symptômes et des maux collectifs, la ville est un déséquilibre.



J. C. — *Comment fonctionne un trek danse? Quels sont les types de relations engendrées?*

R. D. — Le trek danse est une invitation à créer ou à renouer par la marche des relations avec la Terre. Cela m'évoque des pratiques comme le surf, les sports de glisse en général ou de plongée pour lesquels la notion d'immersion est prégnante. Elles fabriquent une expérience incarnée⁴⁶⁹ où le processus de « ré-engrammage⁴⁷⁰ » neurologique opère, il y a ainsi une refonte de l'imaginaire ou, pour le dire autrement, une assimilation par-delà culture et raison. L'expérience émotionnelle y joue un rôle déterminant. La jouissance et la peur y coexistent, avec une gamme sensible très large, et où certaines définitions d'états sont difficiles à décrire. La colonne vertébrale, tout entière dans son ondulation, comme une algue, une chenille, un serpent, rejoue cet aller-retour essentiel entre la terre et le ciel. La moelle épinière se « re-élastise », insufflant de l'énergie dans les méridiens et dans notre appareil humain devenu cybernétique.

Je prépare une conduite avec des partitions physiques et des sujets que je peux aborder pendant le trek danse. Après trois heures d'exercices, le groupe s'installe dans un site bien particulier où je partage un laïus qui peut porter autant sur la taille des nuages en élévation que les révolutions des astres ou les anciens dinosaures résidant dans le coin... variations selon les saisons, les envies... Quelque chose que tout le monde pourrait faire, sauf que je l'ai organisé pour que cela arrive à un moment bien précis, dans un site bien précis. Par exemple, j'emmène le groupe dans une grotte où vivaient des hommes de Néandertal et je parle des dernières recherches sur ces anciens hominidés.

J. C. — *Quelle est la place de la promenade? J'entends « promenade » comme une connexion à l'environnement, mais aussi comme une oisiveté faisant une large place à des imprévus.*

R. D. — Le silence est requis et cela transforme la perception de l'environnement. Mais ce ne sont pas des promeneurs solitaires : il y a une puissance du groupe qui change complètement l'expérience. Pour être en empathie avec

469. Robin Decourcy utilise le terme « corpréhension » comme un équivalent d'« *embodiment* ».

470. L'engramme est une trace biologique de la mémoire dans le cerveau, le processus mnémonique construit et structure les informations pour les constituer en connaissances. Ainsi, ce que Robin Decourcy appelle ré-engrammage serait un nettoyage, une remise à plat, voire une revitalisation du processus de la mémoire. Pour Timothy Leary, auquel il emprunte cette expression, il est important de nettoyer son engramme par l'usage de psychotropes; ici ce serait l'expérience somatique de la nature qui offrirait ce nettoyage. Voir Timothy LEARY, *Neurologique*, Edilivre-Aparis, Saint-Denis, 2014 [1977].





quelqu'un pendant deux heures, tu vas devoir lâcher ton cerveau et te mettre au service d'une marche. L'émotion du paysage. Je suis très ému par l'histoire des lieux. Pour moi le passé est très important; le passé pourrait être notre futur. J'ai beaucoup aimé un passage du livre d'Yves Coppens qui disait que potentiellement on était peut-être à un moment de révolution, comme l'a été la Renaissance en redécouvrant la période antique. Et bien on est peut-être à un moment où il faudrait se reconnecter avec notre préhistoire pour trouver une renaissance. La préhistoire est une période où la relation avec la nature est forte et nécessaire.

Récemment, j'ai compris l'origine de mon travail. Quand j'étais jeune en banlieue parisienne j'adorais m'échapper, trouver des systèmes de sorties dans des forêts, des ruines, par l'escalade... et découvrir de nouveaux lieux publics, privés, autorisés ou non, pour ensuite ramener mes potes. On était jeune, on allait là-bas, on fumait de l'herbe, on passait la nuit dans une maison en ruine. J'allais chercher des lieux spéciaux, des *spots*, pour les partager avec des ami.e.s. Aujourd'hui, je fais toujours ça : je cherche des *spots* pour les faire découvrir...

J. C. — *Comment parlerais-tu des trekeurs? Ils et elles deviennent des performers? Ou au contraire les trek danse ce sont des ateliers en nature pour toi?*

R. D. — Ce ne sont pas des ateliers, mais des laboratoires ouverts à tou-te-s pour expérimenter et s'ouvrir à de profonds changements de communication. Ce qui fait œuvre — si c'est le cas — dans le trek danse, c'est l'expérience et le souvenir de l'expérience, à l'intérieur de chacun des participants.

J'ai aussi remarqué que les participants produisent parfois des formes plastiques, comme s'il s'agissait d'objets transitionnels, comme pour faire un lien symbolique avec le sol, soit en utilisant des éléments naturels, soit en agençant des déchets. Ai-je orienté cet intérêt, faisant ainsi le lien avec mes recherches plastiques? Dès lors, je propose plus consciemment des partitions de récoltes de petites ordures et de parures fétichistes. Aussi, je poursuis ma collaboration avec le peintre et scénographe PAB, artiste voyageur qui travaille depuis des années sur la peinture collective dans de nombreux endroits de la planète; invitant chacun à s'exprimer sur une toile commune, pour composer une poésie sur nos inconscients collectifs. Nous travaillons souvent ensemble, impliquant aussi des réflexions sur les attributs, la couleur et l'habit, en proposant, par exemple, aux danseurs de dessiner le témoignage sensoriel de leur parcours sur le corps d'un partenaire. Et ainsi continue l'idée d'œuvre mais ici, via la trace, le résidu. Dans mon travail l'expérience et l'histoire vécue sont une œuvre.





J. C. — *Nos sociétés de consommation tendent à nous faire perdre notre capacité à faire expérience, expérience du temps, des autres, de la nature... Ton trek danse est-il un antidote, un pharmakon, un moyen de retrouver nos capacités d'expérience?*

R. D. — Je suis obsédé par l'expérience, toute ma vie est impliquée dans la question de l'expérience. Qu'est-ce qu'un moyen? Dessiner c'est apprendre à regarder; danser c'est apprendre à se mouvoir, écrire c'est apprendre à parler... L'art est un moyen de jouer à sa propre vie. Au début, c'est thérapeutique, et après ça devient un espace de jeu, donc je transmets le jeu, puis ses outils. Parmi les activités artistiques qui ont le plus influencé ma pratique figurent principalement des outils d'autodétermination et de création, sous formes de partitions, de protocoles, de jeux... Le contact improvisation, les partitions performatives de Fluxus (très sèches, très brèves), les rencontres pluri-disciplinaires et ludiques de la Judson Church, les techniques inventées par des artistes exceptionnels auprès de qui j'ai eu la chance de former mon langage : le *Tuning Score* de Lisa Nelson, la composition instantanée de Julyen Hamilton, la poésie sonore d'Henri Chopin ou celle de John Giorno. Il y a également tous les dispositifs du passé que l'on peut revisiter et réitérer, l'*organum* du Moyen Âge, les peintures rupestres dont on découvre aujourd'hui toutes les vertus interprétatives⁴⁷¹, et qui occupent une place omniprésente dans ma recherche.

J. C. — *Quel est ton lien avec ce qu'on pourrait appeler l'« art thérapie », ou les aspects thérapeutiques du trek danse? Tu parles du trek danse comme d'une proposition purement artistique tout en parlant de ses effets thérapeutiques possibles, c'est quelque chose qui t'intéresse ou bien le laisses-tu comme le résultat personnel de l'expérience?*

R. D. — Je me sens obligé de m'intéresser à cela. C'est-à-dire que j'ai eu tellement de retours là-dessus que je m'interroge. Des retours comme « cela produit beaucoup de changements en moi » avec souvent des précisions et des descriptions de problèmes, et parfois des résolutions de problèmes. Je ne peux donc pas faire l'impasse sur ces retours, mais je n'ai clairement pas les outils

471. Robin Decourcy fait ici référence à Iégor REZNIKOFF, « L'existence de signes sonores et leurs significations dans les grottes paléolithiques », dans Jean CLOTTES (dir.), *L'Art pléistocène dans le monde*, actes du Congrès IFRAO, symposium « Signes, symboles, mythes et idéologie... », Tarascon-sur-Ariège, 2010.



pour y répondre à ce jour et je ne souhaite pas que les treks danse deviennent liés directement à ça. Donc sans vouloir en faire un tabou, je ne sais pas encore précisément quoi faire de cela.

Ce que j'aime beaucoup en travaillant sur l'expérience, c'est que — contrairement à l'outil — elle n'est pas récupérable, c'est très important pour moi. L'art développe des imaginaires qui sont trop souvent récupérés par le pouvoir, le système capitaliste... et avec l'expérience ça n'est pas possible. Contrer la récupération est un sujet qui me travaille beaucoup. Je me sens très engagé à mon échelle locale avec une proposition forte et difficilement récupérable.



BIOGRAPHIE DES CONTRIBUTEURS

Groupe Soma & Po

Le groupe de recherches « Soma & Po. Somatiques, esthétiques, politiques » réunit des chercheur·euse·s et praticien·ne·s travaillant sur les techniques du geste à partir de la perspective des pratiques somatiques; d'orientation résolument politique, il vise à contribuer au champ émergent des recherches sur les pratiques du geste, dans une approche interdisciplinaire où sciences humaines et philosophie croisent la biologie, et surtout, où le travail de conceptualisation s'articule à partir des pratiques elles-mêmes. Fondé en 2010 par Marie Bardet, Carla Bottiglieri, Joanne Clavel, Isabelle Ginot et Beatriz Preciado, sa composition fluctue au fil des années et des projets. Soma & Po fait partie du laboratoire Musidanse (équipe d'accueil numéro 1572) de l'université Paris 8, et de l'équipe « Danse, geste, corporéité ».

Auteurs et autrices

Ayreen Anastas et René Gabri (Palestine/ Iran, États-Unis)

Artistes basés à New York, Ayreen et René entretiennent avec d'autres un lieu commun dédié à la pensée, la recherche et la pratique au 16 Beaver Street, à New York. Ils sont impliqués dans de multiples enquêtes collectives, d'extrême pertinence pour ce livre, et ont exploré avec plusieurs ami·e·s ce rapport social que

l'on appelle argent et les relations sociales qui ne peuvent pas être subsumées par — ou réduites à — celles de l'échange, de la hiérarchie ou de la propriété. Une préoccupation fondamentale de leur recherche concerne la manière dont le corps est appréhendé, formé et investi dans la relation, et la manière dont ces relations de — et avec des — corps peuvent introduire de nouvelles considérations sur ce que l'on appelle politique.

Marie Bardet (Argentine, France)

Marie Bardet est Docteure en philosophie (université Paris 8) et en sciences sociales (université de Buenos Aires) et enseigne à l'université de San Martín en Argentine. Elle explore les pratiques d'improvisation et les somatiques, interrogeant la puissance de penser depuis les corps en mouvement et les dimensions sociales et politiques de ces pensées-pratiques. Cette transversalité nourrit son écriture (*Penser et Mouvoir. Une rencontre entre danse et philosophie*, coll. « La philosophie en commun », L'Harmattan, Paris, 2011), ses conférences performatives (*Des-articulando*, 2012), ses projets artistiques (*Autour de la table*, 2013-2016), autant que son enseignement à l'université et dans des institutions artistiques. Elle participe à différents collectifs en France et en Argentine, Kom-post, 12/24, Orgie et la Casa de Bajos Estudios, et aux groupes de recherche Soma & Po; Corps (sensibles) et biens (communs) (UNSAM, universités Paris 8 et Paris 7) et N.D.R. (NingunDerechoReservado). Elle dirige la collection « Pequeña Biblioteca Sensible » aux éditions Cactus.

Johanna Bienaise (Canada)

Johanna Bienaise est Professeure en interprétation au département de danse de l'université du Québec à Montréal (UQAM) depuis juin 2012. Comme interprète professionnelle à Montréal depuis 2002, elle a expérimenté des projets aux formats et aux modes de création variés avec plusieurs chorégraphes et metteur·euse·s en scène. Docteure en études et pratiques des arts, ses projets de recherche portent sur le travail de l'interprète en danse contemporaine, sur les méthodologies de recherche-crédation et sur la formation professionnelle en danse. Elle est responsable du Groupe de recherche interdisciplinaire en arts vivants (GRIAV), rattaché à la faculté des arts de l'UQAM, depuis 2015.

Carla Bottiglieri (Italie et France)

Chercheuse et praticienne somatique, Carla Bottiglieri s'est formée à l'approche body-mind centering et à la méthode Rolfing. Entre 2008 et 2012, elle a conduit une recherche-action auprès de quelques associations de lutte contre le V.I.H./Sida à Paris, et a participé au groupe Soma & Po, depuis sa constitution jusqu'en 2014. En Italie, elle a créé, avec Thomas Greil, le noyau de recherche indépendante « *Minima somatica* ».

Joanne Clavel (France)

Joanne Clavel est Chargée de recherche au C.N.R.S., au LADYSS (unité mixte de recherche numéro 7533). Docteure en écologie et évolution, elle a conduit ses recherches au Muséum national d'histoire naturelle de Paris pendant presque 10 ans, étudiant l'impact des changements globaux sur la biodiversité et l'homogénéisation biotique. Depuis 2008, elle s'est rapprochée des humanités : art et performance, écologie politique et médiation, en collaborant avec l'université de Liège, l'université de Californie à Berkeley, l'université Paris 8. Ses recherches questionnent les « expériences de natures » qui relèvent à la fois de la disparition massive du vivant mais aussi de nos modes de vie collectif et de nos capacités individuelles de présence aux choses. Elle est membre de Soma & Po, qui questionne les pratiques somatiques comme instruments de dés-assujettissement, d'invention d'écocollectif et d'écoute de la nature. Elle a fondé le collectif d'artistes Natural Movement.

Jérémy Damian (France)

Jérémy Damian est anthropologue intermittent de la recherche. Ses travaux cartographient, dans les franges de notre naturalisme moderne, des pratiques collectives de mise en culture de « sensorialités aberrantes. » Avec l'association Pli sur pli, il tente de construire des milieux hospitaliers au côtoiement des savoirs académiques, des pratiques somatiques et des écritures contemporaines. Compagnon du T.J.P., il coordonne la revue *Corps-Objet-Image*. Il est chercheur associé au Magasin des horizons. Il a soutenu une thèse en 2012 intitulée *Intériorités/sensations/consciencés. Les expérimentations somatiques, du contact improvisation et du body-mind centering.*

Robin Decourcy (France)

Robin Decourcy est un chorégraphe et plasticien français, créateur des trek danse. Il a étudié à la Villa Arson et aux Beaux-Arts de Mexico, monté un lieu d'art, Le Désappartement, puis une association d'artistes marcheur·euse·s autour de la Méditerranée. Sa pratique *in situ* s'est modifiée au cours de ses voyages en Asie, en Amérique latine et en Amérique du Sud. Sa rencontre avec Paul McCarthy, Julyen Hamilton, Lisa Nelson, John Giorno et plusieurs membres de Fluxus le mène à intégrer des techniques d'improvisation et de partition en temps réel. Il intervient dans des structures dédiées à la danse, collabore en tant que *performer*-interprète et continue à exposer son travail plastique. Engagé dans des pratiques visant à métisser et à perturber les disciplines, son œuvre sous-tend une démarche écologique et sociale, expérimentant des *processus* de micropolitiques avec les arts vivants.

Armelle Devigon (France)

Armelle Devigon découvre les arts vivants à travers l'apprentissage des techniques aériennes à Yole, anciennement école du Cirque plume, et de la danse verticale auprès de la compagnie Roc In Lichen. Dès 2001, elle grimpe dans les arbres et développe des petites danses sensibles pieds nus dans les branches. En 2004 se crée le projet « Hommages » au domaine départemental de Chamarande (91), performances corporelles et plastiques au fil des quatre saisons, au contact de deux arbres centenaires. Elle est formée en « anatomie pour le mouvement » auprès de Blandine Calais-Germain, et se passionne pour les pratiques somatiques et énergétiques qu'elle associe et croise avec des expérimentations en nature. À l'été 2014, elle crée dans son village *Nos paysages*, promenades artistiques contemplatives déclinées au lever du jour, au goûter et au coucher du soleil.

Margherita Di Giorgi (Italie, Japon)

Margherita De Giorgi est chercheuse en résidence à la Graduate School of Management de l'université de Kyoto (Japon). Après avoir soutenu sa thèse sur les poétiques de la présence en 2017, en cotutelle avec le département des arts de l'université de Bologne et l'EDESTA (école

doctorale « Esthétique, sciences et technologies des arts » de l'université Paris 8), elle étend ses recherches aux pratiques du geste et aux politiques identitaires des communautés d'artisan·e·s et des praticien·ne·s somatiques à Kyoto. Parmi ses publications, le dossier *Divenire amateur, devenir professionniste* (édité avec Cinzia Toscano, *Antropologia e Teatro*, 2016) et « Présence et micropolitique du sensible : ouverture Alcina, un cas de composition postdramatique » (*Revista Brasileira de Estudos da Presença*, vol.7, n°.3, Porto Alegre [Brésil], septembre-décembre 2017).

Sylvie Fortin (Canada)

Sylvie Fortin est professeure au département de danse de l'université du Québec à Montréal. Ses récentes activités de recherche portent sur les impacts de la danse et de la méthode Feldenkrais sur des artistes en danse professionnelle mais aussi sur des enfants et des adultes en situation de vulnérabilité (fibromyalgie, dépression, troubles du comportement alimentaire, maladies neuromusculaires dégénératives, accident vasculaire cérébral et toxicomanie). La reconnaissance internationale envers son travail l'a amenée à prononcer des conférences et à dispenser des ateliers pratiques à travers des lieux majeurs de formation en Europe, Asie, Afrique et Amérique.

Isabelle Ginot (France)

Isabelle Ginot est Professeure au département Danse de l'université Paris 8 et praticienne Feldenkrais. Elle est également membre fondatrice du groupe de recherches « Soma & Po. Somatiques, esthétiques, politiques ». De 2008 à 2018, elle a fondé et dirigé le *cursus* de formation continue Somadanse (Danse, éducation somatique et publics fragiles). Depuis une dizaine d'années, ses recherches sont centrées sur les pratiques somatiques et leurs usages politiques, ainsi que sur la mise en scène de danseur·euse·s non normé·e·s qu'elle nomme « figures faibles ». Elle est engagée dans nombre de recherches-actions en direction de publics fragilisés — précaires, migrant·e·s, patient·e·s chroniques... Elle a notamment dirigé l'ouvrage *Penser les somatiques avec Feldenkrais, politiques et esthétiques d'une pratique corporelle* (coll. « Lignes de corps », L'Entretemps, Lavérune, 2014), et la plupart de ses publications sont accessibles sur <www.danse.univ-paris8.fr> (consulté le 20 décembre 2018).

Albin Hamard (France)

Albin Hamard est Docteur en STAPS et enseigne l'anthropologie, la psychologie et les techniques de conscience du corps au Collegium « Sciences et techniques » de l'université d'Orléans. Ses travaux pluridisciplinaires et sensibles à une approche d'anthropologie cognitive multi-sites (Australie, France, Inde, Népal et Tibet) portent sur les pratiques de méditation (tibétaines, laïques et laïcisées), les techniques de conscience du corps culturellement métissées (M.B.S.R., yoga, Feldenkrais, etc.), leur appropriation culturelle et scientifique, leur diffusion et transfert possible dans les domaines de l'éducation, du soin et de la formation. Avec Michaël Hilpron et Marceau Chenault, il étudie l'intérêt et la faisabilité d'une transposition didactique de techniques de conscience du corps dans le champ de l'É.P.S. et des STAPS. Ces pratiques somatiques complémentaires aux jeux sportifs suscitent une réflexion transdisciplinaire ouvrant la voie d'une éducation motrice « écologique » et par là, l'accessibilité pour tous à une meilleure connaissance de soi.

Michaël Hilpron (France)

Michaël Hilpron est Docteur en STAPS (université d'Orléans). Ses recherches portent sur la construction de l'expertise en judo de haut niveau par la culture matérielle. À l'aune d'une approche ethnologique multi-située (Tenri [Japon], Orléans, Martinique) interrogeant la problématique anthropologique du partage, il questionne la place des sensations dans l'appropriation des techniques du corps du judo et dans leur enseignement. Une ergonomie de la formation basée sur l'optimisation du potentiel *via* le développement d'une meilleure connaissance de soi et d'une attention-vigilance accrue à l'environnement, permet de fonder une approche écologique de la performance.

Une collaboration avec un collectif de chercheur·euse·s orléanais·es, notamment Albin Hamard et Marceau Chenault, le pousse à travailler sur l'intérêt de développer les techniques de conscience du corps en vue du développement d'une éducation motrice efficiente, tant dans le sport de compétition que dans la filière STAPS.

Marine Legrand (France)

Docteure en anthropologie de l'environnement, elle a soutenu en 2015 au Muséum national d'histoire naturelle une thèse intitulée *La mise en ordre écologique des parcs urbains, savoirs, pratiques, paysages*. Ses activités se partagent aujourd'hui entre recherches-actions et collaborations art-science (collectifs Natural Movement et Chaoïde). Elle s'intéresse aux transformations culturelles liées à la prise en compte des dynamiques écologiques dans l'(a) ménagement des territoires (biodiversité, paysage, métabolisme territorial). Cette démarche d'exploration s'adosse à une approche sensible de la parole partagée, qui passe notamment par l'expérimentation littéraire. Elle est actuellement chargée de recherche et animation au laboratoire Eau, environnement et systèmes urbains (école des Ponts ParisTech).

Valérie Marange (France)

Valérie Marange est Docteure en philosophie de l'université Paris 8, psychanalyste et praticienne certifiée de la méthode Feldenkrais. Elle a enseigné à l'université Paris 8 de 1992 à 2012 ; spécialiste de l'éthique des pratiques médicales, éducatives et sociales, elle développe une pratique à la fois clinique, éducative, théorique et politique, et anime un blog où l'on trouvera ses nombreuses publications : <<http://valeriemarange.fr>> (consulté le 18 janvier 2019).

Boris Nordmann (France)

Après des études de biologie et d'écologie, puis d'art contemporain, Boris Nordmann développe une pratique « art & science » avec des chercheurs. Partager le décentrement est le centre de son activité, depuis le « kit optique pour se voir avec les yeux de l'autre » (Lépine, 2009), jusqu'aux fictions corporelles. À travers plusieurs voyages, il rencontre des dauphins, passe par l'É.H.É.S.S. pour une science sociale animalière naissante. En 2016, il trouve un ancrage terrestre en Haute Provence. Pister et rencontrer ses voisins animaux devient une pratique régulière, corporelle, vocale, empathique. Les deux créations en cours (2018-2019) explorent des manières de se sentir loup (à vocation de médiation environnementale garou, avec comité de pilotage) et se sentir Terre.

Annette Orphal (France)

Psychologue clinicienne depuis 1997 et praticienne des méthodes Feldenkrais et Child'Space, Annette Orphal exerce en crèches et centres sociaux de banlieue parisienne, ainsi qu'en activité libérale et à titre de formatrice. Dans une démarche essentiellement consacrée à la prévention, ses recherches sur le vécu corporel dans les interactions précoces et son impact sur le développement global depuis la petite enfance, ont fait l'objet de sa thèse de doctorat (2012) par une mise en dialogue entre la pratique de la méthode Feldenkrais et l'apport théorique d'Henri Wallon. Interloquée par une augmentation inquiétante de problématiques liées à des contextes de violence dans les familles et la société ambiante, elle a complété plus récemment sa formation par un D.U. Psychotraumatologie, lui permettant désormais d'inclure dans son approche psychocorporelle cette autre perspective, hélas de plus en plus présente au premier plan de sa pratique, aussi bien institutionnelle que privée.

Suely Rolnik (Brésil)

Suely Rolnik, brésilienne, est psychanalyste, écrivain et Professeure au sein du doctorat de psychologie clinique à l'université catholique de São Paulo et de la maîtrise interdisciplinaire en théâtre et arts vivants (MITAV) de l'université nationale de Colombie à Bogotá. Ayant été exilée à Paris de 1970 à 1979, Rolnik y a fait des études de sociologie et philosophie à Paris 8, et de sciences humaines cliniques à l'université Paris 7. Sa recherche porte sur le régime d'inconscient colonial-capitalistique, propre aux politiques de subjectivation dominantes dans la culture moderne occidentale, une recherche indissociable d'une pragmatique politique-clinique qui l'a menée à s'impliquer dans plusieurs domaines, dont l'art où elle a notamment créé les *Archives pour une œuvre-événement*. Il s'agit d'un projet de recherche et d'activation de la mémoire du corps de l'œuvre de Lygia Clark et de son contexte, qui a donné lieu à 65 films d'entretiens dont 20 ont été publiés en français par Carta blanca éditions. Elle est l'auteure de nombreux essais, dont *Anthropophagie Zombie* (traduit du portugais par Renaud Barbaras, BlackJack éditions, 2011) et *Micropolitiques*, en collaboration avec Félix Guattari (traduit du portugais par Renaud Barbaras, coll. « Les empêcheurs de penser en rond », Les Éditions du Seuil, 2007).

Violeta Salvatierra García de Quirós (Espagne, France)

Violeta Salvatierra García de Quirós est chercheuse en danse et praticienne somatique (certifiée Rolfer). Avec un long parcours en diverses techniques somatiques et approches de l'improvisation en danse, elle intervient depuis plusieurs années dans des contextes liés à la précarité sociale, la captivité et le monde du soin. Elle prépare actuellement une thèse sous forme de recherche-action autour des usages politiques de l'atelier de danse et d'éducation somatique dans des contextes liés à une pluralité d'expériences de la précarité. Elle participe au groupe de recherche Soma & Po, et enseigne au département Danse de l'université Paris 8. Elle a collaboré à des projets de créations en danse et autres approches transdisciplinaires avec des artistes comme Laurence Pagès, Philippe Cote, le collectif Presqueruines, Silvia Maglioni et Graeme Thomson, Pol Pi, Pauline Le Boulba.

Magali Sizorn (France)

Maîtresse de conférences à l'université de Rouen et membre du CETAPS (équipe d'accueil numéro 3832), Magali Sizorn mène des recherches sur le cirque, la danse, les arts de la rue, et plus généralement sur les transformations des activités artistiques et sur les pratiques culturelles dites « populaires ». Elle participe également à la réalisation d'enquêtes de publics et enseigne la sociologie et l'anthropologie des pratiques corporelles à l'U.F.R. STAPS ainsi qu'à l'U.F.R. de lettres et sciences humaines de Rouen, où elle est coresponsable du master « Direction de projets ou d'établissements culturels ».

Nadia Vadori-Gauthier (France)

Nadia Vadori-Gauthier est artiste, Docteure en esthétique de l'université Paris 8 et formatrice en body-mind centering. Formée aux arts de la scène et de l'image, spécialisée dans diverses pratiques du mouvement, ses thèmes de recherche — basés sur la mise en œuvre d'un continuum théorique-pratique — questionnent sensation, perception et représentation dans les *processus* de création en relation aux publics et aux environnements naturels et urbains. Ses recherches se situent dans une perspective éthique et écologique qui place la relation et la

résonance au cœur des *processus*. En janvier 2018, elle dirige la publication de l'ouvrage *Danser/Résister*, aux éditions Textuel. Elle mène, depuis 2015, un acte quotidien de résistance poétique : *Une minute de danse par jour*.

Manuela Zechner (Autriche, Espagne)

Manuela Zechner (Docteure) est une chercheuse (université Aristote de Thessalonique) travaillant sur les *processus* collectifs et d'autogestion entre l'Espagne et l'Autriche. Son travail s'articule autour des thématiques du *care*, des micropolitiques, du politique et des migrations. Actuellement, elle recherche les auto-organisations du soin des enfants (*childcare commons*, avec sa fille) dans le quartier de Poble Sec à Barcelone, et les micropolitiques du municipalisme en Espagne. Ses projets comprennent le « Future Archive » (2005-présent, <<http://futurearchive.org/>> et <<https://thefuturearchiveblog.wordpress.com/>>, consultés le 6 décembre 2018), le programme radio *Sounds of Movement* (2013-2015, <<https://soundsofmovement.noblogs.org/>>, consulté le 20 décembre 2018) et la plateforme « Radical Collective Care Practices » (2013-2016, <<http://radicalcollectivecare.blogspot.com/>>, consultée le 6 janvier 2019).







TABLE DES MATIÈRES

Remerciements	5
MARIE BARDET, JOANNE CLAVEL, ISABELLE GINOT	
Introduction	9
ÉCOSOMATIQUES.	21
JOANNE CLAVEL ET MARINE LEGRAND	
Respirations communes : les pratiques somatiques comme créativités environnementales	23
JÉRÉMY DAMIAN	
Les collectifs intérieurs : l'intériorité peuplée, cultivée et politisée du body-mind centering	47
NADIA VADORI-GAUTHIER	
Chemins liquides	60
Fluidités somatiques du body-mind centering.	66
BORIS NORDMANN	
Fiction corporelle : devenir animal	76
PRATIQUES SOMATIQUES.	87
ALBIN HAMARD ET MICHAËL HILPRON	
Les techniques de conscience du corps : d'une éducation motrice efficiente au développement personnel.	89
ANNETTE ORPHAL	
Politique de l'éducation (implicite) dès la plus tendre enfance : initiation précoce à la citoyenneté.	115





ISABELLE GINOT

Milieux du geste et geste comme milieu : la séance Feldenkrais 137

SYLVIE FORTIN

Repères pour une approche écosomatique de l'éducation somatique. 155

VALÉRIE MARANGE

Révolutions du sens : « Tu me fais tourner la tête ». 169

MICROPOLITIQUES ÉCOSOMATIQUES.177

MARIE BARDET

Faire front avec nos dos 179

SUELY ROLNIK

Savoirs-du-corps, savoirs étho-écologiques et résistances micropolitiques
Entretien avec Marie Bardet 188

MANUELA ZECHNER

Habiter la ville néolibérale : sujets collectifs et précarités du *care*
dans la crise européenne 204

AYREEN ANASTAS ET RENÉ GABRI

Chorégraphie du capital : chorégraphies du commun. 222

CARLA BOTTIGLIERI

Minima somatica. 231

VIOLETA SALVATIERRA GARCÍA DE QUIRÓS

Fabriques et ruines du sentir. 241

ESTHÉTIQUES ET CRÉATIONS ÉCOSOMATIQUES259

ARMELLE DEVIGON

Danser avec les êtres de nature 261

MAGALI SIZORN

Politiques du corps et utopies en acrobatie contemporaine. 272

MARGHERITA DE GIORGI

Être-là, danser avec.
Penser la présence comme technique
à travers la recherche gestuelle de Virgilio Sieni 285

JOHANNA BIENAISE

Pour une approche écologique des *processus* de création en danse :
des dynamiques relationnelles en studio
à l'émergence de l'éco-corporéité des œuvres. 304



ROBIN DECOURCY

Se (re)connecter au vivant par les trek danse 320

Biographie des contributeurs 327







Couverture :
Maud-Cécile Carette.

Optimisation numérique des photographies :
Christophe Bara.

Préparation de copie :
Maud-Cécile Carette.

Normalisation ortho-typographique :
Mandy Vila.

Mise en page :
Louisa Marmol.

Corrections ortho-typographiques :
Maud-Cécile Carette et Louisa Marmol.

Dernières vérifications sur épreuves :
Chloé Nevier.

Cet ouvrage a été achevé d'imprimer
sur les presses de l'imprimerie Printcorp
(6, boulevard Clémenceau, CS 10006, 22099 Saint-Brieuc Cedex 9)
en Bulgarie, en février 2019,
sur un papier bouffant ivoire 70 g/m² pour les pages de texte
et sur un papier couché mat 130 g/m² pour le cahier de photographies.
Il a été composé en *Adobe Garamond* pour les pages intérieures,
en *Geo Sans Light* et *Letter Gothic Std* pour la couverture.

Dépôt légal : 2019.
Numéro d'éditeur : 978-2-37769.
Imprimé en Bulgarie.
Diffusion : Théâdiff.
Distribution : SODIS.


DEUXIÈME ÉPOQUE

