

Ce texte est la version revue et corrigée de l'exposé prononcé par Maurice Courchay aux journées d'étude *Identification et empathie dans le triangle acteur/personnage/spectateur* (Groupe de recherche *Identification, empathie, projection dans les arts du spectacle*, UMR ARIAS/Labex Transfers, 12-13 mars 2015, Paris, INHA).

Pour citer ce texte :

Maurice Courchay, « Relation(s) à soi, relation(s) à autrui, dans les processus d'identification et d'empathie en danse en forme de partage d'expériences », journées d'étude *Triangle de l'empathie. Identification et empathie dans le triangle acteur/personnage/spectateur*, Paris, INHA, projet IdEm, 2015.

https://idem.hypotheses.org/files/2021/03/Maurice-Courchay_-Relations-a-soi-relations-a-autrui_2015.pdf

Maurice Courchay

Relation(s) à soi, relation(s) à autrui

dans les processus d'identification et d'empathie en danse.

En forme de partage d'expériences.

RESUME :

Dans ce texte, Maurice Courchay, chorégraphe et directeur du département danse au Pont Supérieur (Nantes), aborde le rapport entre le danseur et la chorégraphie dans laquelle le danseur crée un « personnage » et fait naître un rapport émotionnel avec le spectateur. M. Courchay discerne le pivot de ce rapport dans *construction tonique* effectuée par le personnage par le danseur. L'auteur met en lumière la manière dont le travail du danseur sur sa posture, l'appel à la musculature profonde, se lie de manière profonde à ses émotions entraînant ainsi un processus d'identification chez le spectateur plus profond que dans le cas d'un danseur qui aurait simplement bien mémorisé un mouvement dans sa forme purement visuelle ou cherché à le reproduire pour ainsi dire de l'extérieur. Le degré d'empathie suscité chez le spectateur dépendra directement du degré de présence à soi du danseur. Le développement de cette thèse s'accompagne dès lors d'une nécessaire réflexion sur la pédagogie.

1. Postulat

Du degré de conscience sensible que le sujet développe et entretient avec lui-même, sa corporéité, sa structure anatomo-physiologique, son tissu émotionnel, dépendent les interactions qui s'élaborent dans la « construction tonique du personnage », sa « vie chorégraphique » et, par-delà, les relations et les interactions qui pourront en découler avec le spectateur. Dans ce jeu, les mécanismes d'identification au « personnage », à la « variation chorégraphique d'un répertoire », et les problématiques qu'ils posent, sont réinterrogés à l'aune du contrepoint structurel et tonique que le danseur est à même de contacter, de mobiliser en lui.

« C'est seulement maintenant (...), que je comprends la clef de la réussite de Cieslak dans cette transformation. Il avait retrouvé la corporalité exacte d'un enfant, le processus physique vivant qui soutenait ce cri d'enfant. Il ne cherchait pas l'état émotionnel de l'enfant, plutôt avec son corps il se rappelait les actions physiques de l'enfant ».¹

De cette capacité de l'acteur-danseur à s'ouvrir à ses sous-bassements, ses fondations intentionnelles, dépend la qualité de l'invite non-verbale que le spectateur reçoit, de sa mise en résonance possible avec le jeu de l'acteur d'autant plus profondément que le jeu est profond. Se développe ainsi un dialogue de « fonction tonique » à « fonction tonique » (réseau de la musculature profonde qui régit le comportement postural du sujet), de « système émotionnel » à « système émotionnel », car « système tonique » et « système émotionnel » sont en interaction permanente et ce que ressent l'un peut être, par là, ressenti par l'autre, mécanismes de transmission de l'être au monde.

« La fonction tonique, en assurant la régulation des réactions émotives et, par là, de la vie affective, permet du même coup son extériorisation, son expression et, par conséquent son action sur autrui dont elle assimile simultanément les réponses. En somme la fonction tonique du corps est la fonction primitive et essentielle de communication, d'échange... ce que J. de Ajuriaguerra appelle un "Dialogue tonique" ».²

¹ Thomas Richards, *Travailler avec Grotowski sur les actions physiques*, trad. fr. par Michel A. Moos, Arles, Actes Sud, 1995, p. 40.

² Michel Bernard, *Le Corps*, Paris, Editions du Seuil, 1995, p. 37-38.

2. Une situation emblématique

J'assiste, dans un Grand Théâtre, ce jour là, à ce moment là, au programme mixte d'une compagnie internationale. Les chorégraphes (de renoms), dont les pièces sont jouées, ne seront pas cités, car cet exemple n'est pas là pour évaluer leur travail artistique respectif.

Une première pièce : la compagnie au complet, seules des images chorégraphiques « plates » en mouvement m'apparaissent, et je suis surpris du peu de maturité des danseurs, pourtant aguerris.

Entracte ...

Retour dans la salle, inquiet de l'ennui pour la suite.

Deuxième pièce : une métamorphose !

La compagnie, toujours au complet, est là dans toute sa maturité, dans la diversité des danseurs qui la composent. Les artistes et le propos chorégraphique remplissent l'espace soudain devenu vivant, passage de la 2D à la 3D ! Chacun existe, chacun "signant" son geste chorégraphique en harmonie avec les autres.

Connaissant le directeur de la compagnie j'en profite, à l'issue de la représentation, pour questionner les danseurs.

- « Que s'est-il passé, comment avez-vous travaillé avec l'un et l'autre des chorégraphes ? »
- « Dans les deux cas on a fait ce qu'on nous a demandé, mais autant dans la première pièce nous avons appris des pas et nous nous appliquons à les faire le mieux possible, autant pour la seconde, nous avons été très sollicités individuellement par le chorégraphe au travers de questions personnelles. »

Et cela, indépendamment des styles des danses concernées.

Premières lectures : le danseur, convoqué en tant que sujet dans le processus chorégraphique, passe d'un phénomène de reproduction du mouvement à un investissement de celui-ci mu par l'ensemble de ses ressorts émotionnels et corporels. Il ne s'agit plus de se conformer à, mais il s'agit dès lors de vivre et ressentir. Restant extérieur à la première pièce qui se déroule sous mes yeux, je me trouve émotionnellement invité, impliqué en tant que spectateur par la deuxième, à la mesure, semble-t-il, des *connexions personnelles* établies par chaque danseur dans son acte d'interprète, les liens intimes qui s'activent entre les propositions du chorégraphe et sa

réalité historico-culturelle. Cette démarche entraîne un lien entre séquence gestuelle et intimité du sujet au sens de la relation qu'il y a entre système tonique et système émotionnel, muscles profonds qui sous-tendent la posture et imaginaire du sujet. Le fait, pour le danseur, de s'ouvrir à ses sensations modifie son tonus postural et, par là, donne à voir une dimension élargie de ses actions. L'action physique renvoie à des émotions dans la mesure où système tonique et système émotionnel sont reliés.

3. L'œnologie à la rescousse

Dans *French Kiss*, film américain de Lawrence Kasdan, sorti en 1995, nous assistons à une scène pour moi savoureuse, dans laquelle Kevin Kline va présenter sa mallette d'œnologie, confectionnée dans son enfance, au personnage interprété par Meg Ryan. Après une première gorgée de vin qui ne lui procure « qu'une agréable sensation », Kline l'invite à s'ouvrir plus à ses perceptions intimes : « *I think you can do better* ». Ryan prend une nouvelle gorgée : l'actrice alors donne son impression subjective soudain fort étonnée et comme en s'excusant de « parler d'elle », de ce que ça suscite en elle : « *actually, I was just talking about myself* ». C'est alors qu'il l'invite à humer quelques-unes des fioles de sa mallette : romarin, champignon, lavande, groseille... et il lui demande de goûter le vin à nouveau : la mise en scène et les acteurs nous transportent alors dans le scintillement de sensations révélées par les stimulations et l'activation des mémoires olfactives et émotionnelles du goûteur. Le même vin passe du statut de « bon » à celui d'hologramme gustatif qui parle de l'univers sensible du sujet, de ses propres associations. D'abord expérience de surface dans laquelle la personne s'implique peu, la stratégie vise progressivement à conduire le sujet dans la connexion à ses sensations intimes. Le processus, en stimulant plusieurs couches de mémoires dans une atmosphère émotionnellement favorable, élargit le spectre perceptif de la personne, dilate son expérience sensorielle. Cette évolution, reconstruite par l'actrice, me met en tant que spectateur, en empathie avec son émerveillement. En s'ouvrant à ses sensations l'actrice joue sur sa musculature tonique et modifie ainsi son état postural. Le corps parle ainsi de ce qui se joue dans la personne.

« Cette adaptation émotionnelle est essentiellement d'origine posturale et a pour étoffe le tonus musculaire : toutes les manifestations émotives, des plus frustes aux plus raffinées, du rire au sourire, mettent en jeu des contractions toniques du muscle, c'est à dire de simples variations de sa consistance sans changement de forme, ni allongement ou raccourcissement comme c'est le cas avec les contractions phasiques exigées par l'action sur les objets extérieurs ».³

Je me sers souvent de cette scène pour aborder avec les étudiants le voyage dans leurs sensations corporelles, la plus-value qu'il y aura à percevoir de manière sensible les mécanismes qui sous-tendent leurs mouvements, leur musculature profonde dans la gestion de leur expressivité, dans l'identification des organisations qu'ils mobilisent, en lien avec leurs intentions, pour réaliser une séquence chorégraphique. Rappelons à nouveau que cette musculature profonde, tonique, est directement reliée au système émotionnel du sujet, qu'elle en imprime et en traduit chacun des états.

Je peux faire un mouvement très bien appris, correct formellement (proposition 1 de l'exemple emblématique) mais qui en fait ne trouve pas d'écho sensible en moi, d'ajustement subtil. La proposition est appréhendée dans son apparence et le danseur s'y conforme (dans ce cas les schèmes du mouvement sont principalement conditionnés par l'usage de la musculature phasique ou encore plus prosaïquement appelés muscle de surface). Dans ce cas de figure l'intention du danseur est bien de correspondre à ce qui est demandé, à l'usage qu'il croit devoir faire de lui-même. La stimulation, l'appel à des situations dans lesquelles le sujet est différemment impliqué sensoriellement et émotionnellement favorise le passage du désir de « bien faire » au désir de « vivre et ressentir » ; elle ouvre une voie vers la mobilisation de différents plans de l'être (Proposition 2 du programme). Pris en compte en tant que sujet et pas seulement en tant qu'exécutant, l'acteur-danseur libère, consciemment et/ou inconsciemment, une expressivité qui lui est propre, facilitant ainsi le passage de l'usage prédominant de sa musculature phasique, volontaire, à un équilibre avec celui de sa musculature profonde, plus inconscient, mais porteuse de son histoire émotionnelle, de son histoire tonique. Ce passage modifie la relation du sujet à lui-même et alors du sujet au spectateur et du spectateur à lui-même. C'est bien ce que le sujet opère avec lui-même qui touche le spectateur, démarche qui pose les bases d'une

³ M. Bernard, *Le Corps*, p. 37.

empathie à l'égard de soi, un « ressentir à l'intérieur de soi » comme potentialisateur de la rencontre empathique avec l'autre et de l'autre avec lui-même (Dialogue tonique).

Dans cette démarche, déclinons la métaphore œnologique, ouvrons quelques « fioles kinesthésiques », qui vont renvoyer le sujet à la perception consciente et subtile de lui-même dans l'acte chorégraphique : « Ressens-tu la réaction de ton talon au moment où tu lèves ton bras sur le côté ? Perçois-tu l'infime glissement de tes omoplates sur ta cage thoracique quand tu oscilles d'avant en arrière sur tes pieds ? Est-ce que tu as la sensation que ta nuque se détend lorsque l'on stimule doucement le bas de ton dos ? Qu'est-ce qui s'est passé pour toi lorsque cette image a été projetée ? Qu'as-tu ressenti lorsque la musique a démarré ? » ... Le mouvement initial, comme le verre de vin de l'expérience, libère alors un potentiel de sensations multiples, subtiles, qui amène à une réorganisation de celui-ci par changement de réseau musculaire. Être stimulé en ce sens permet peu à peu de se rendre disponible à l'élargissement de la perception profonde de sa corporéité. Il s'agit bien dans cette aventure, dans ces exercices, de quêter le point de bascule du réseau phasique au réseau tonique qui le sous-tend.

« Il existe un art secret de l'acteur et du danseur, autrement dit des "principes qui reviennent" et qui commandent la vie scénique des acteurs et danseurs des diverses cultures et époques. Il ne s'agit pas de recettes mais de points de départ qui permettent aux qualités individuelles de devenir présence et de trouver une expression individualisée et efficace dans le contexte de l'histoire de chacun »⁴.

Cette démarche permet d'accéder à un clavier postural et gestuel délicat et puissant, de sortir de la « mise en forme » pour s'ouvrir aux palettes de sens du mouvement pour soi, aux sensations qu'il engendre. C'est bien la modification de cette relation à soi qui entraîne la possible modification de la relation que le spectateur peut avoir avec moi. En ressentant j'invite le spectateur à ressentir.

Ainsi accompagné, l'étudiant développe un système de références internes. Le danseur-acteur quitte alors la seule notion de correspondance aux modèles qui restent

⁴ Eugénio Barba, Nicola Savarese, *L'Énergie qui danse, Un dictionnaire d'anthropologie théâtrale*, tr. fr. par Eliane Deschamp-Pria, Montpellier, Editions l'Entretemps, 2008, p. 310.

externes à lui pour les traduire dans ses langages intimes, tant sémantiques que sensibles. Il développe les sensations de ses propres correspondances internes, trouve des échos dans ses mémoires posturales et émotionnelles, dans les organisations profondes auxquelles, chemin faisant, il accède. « La connaissance la plus précieuse que nous puissions posséder est celle de l'usage et du fonctionnement de soi »⁵. Le mouvement appris peut alors, si nous l'interrogeons, devenir une découverte de soi dans l'acte. Ce processus, par le jeu des dialogues toniques, peut conduire le spectateur à ses propres mémoires sensorielles, émotionnelles, à d'autres possibles de lui-même, à d'autres imaginaires. La modification subtile des organisations posturales du sujet acteur/danseur interpelle le spectateur dans les siennes propres. La subjectivité du sens assumée par l'acteur renvoi le spectateur à sa propre subjectivité.

Cela nous conduit à la notion de « présence », qui dépend directement de la qualité, de la profondeur de la relation à soi, dans le mouvement comme dans l'apparente immobilité, de la conscience que l'on en a. Être présent c'est être là, connecté à l'entièreté des signaux de ses structures internes dans la réalisation de chaque action, sans autre effort que de rester relié aux courants qui se dessinent en soi. Être présent c'est être en capacité de développer un double regard, une perception simultanée de ce qui se joue à l'intérieur de soi et de l'espace dans lequel nous sommes en train d'agir. On pourrait trouver sous la plume d'un auteur Zen un : je suis là parce que je suis LÀ! Sous-entendu : je suis là parce que j'assume totalement d'être là, associé, présent à ce que j'accompli, quand bien même ce que j'accompli nourrit une interaction avec autrui ou se nourrit d'une interaction avec autrui. Être présent à son action c'est aussi s'abstraire du jugement du monde sur soi, pour être relié à soi dans l'acte, et à ses propres motivations pour l'accomplir. Du degré de cette « présence », de ce degré d'empathie avec soi, ses organisations et ses intentions, dépend le degré d'empathie suscitée chez le spectateur. Ce à quoi je pense, ce vers quoi est orienté mon champ de conscience dans toutes ses déclinaisons intimes et relationnelles, c'est bien cela qui est perçu par le spectateur sensible par le jeu des micro-modifications posturales. « La

⁵ F. Matthias Alexander, *L'Usage de soi*, tr. fr. par Eliane Lefebvre, Bruxelles, éditions Contredanse, 1996, p. 26.

fonction tonique, qui sous-tend la fonction posturale, est à la fois assimilation d'autrui et action sur autrui »⁶.

Lorsque j'ai découvert les travaux de Rizzolatti et Sinigaglia sur les « neurones miroirs », j'y ai lu une explication possible à ce fameux « dialogue tonique », une interface à ce qui se joue dans la relation à autrui, à la perception des modifications posturales, toniques, en fonction des préoccupations, des intentions des personnes en interaction. Ma conscience perçoit ce qui se joue pour l'autre, mon système postural enregistre ce qui se joue dans le système postural d'autrui me donnant ainsi accès à ses modulations.

« L'acte du spectateur est un acte potentiel, induit par l'activation des neurones miroirs capable de coder l'information sensorielle en termes moteurs et de rendre ainsi possible cette réciprocité d'actes et d'intentions ... »⁷.

Sur ce présumé nous pouvons poursuivre en disant que plus l'acteur est associé à son action, impliqué de manière profondément corporelle, profondément originale au sens où il en est totalement l'auteur, plus le signal du lien implication-posture est intense et plus le spectateur est potentiellement "bougé" par celle-ci dans ses états internes. Plus l'acteur est présent à lui-même dans l'acte et plus il incarne une invitation empathique au spectateur. L'expérience du danseur/acteur, son état interne, peut devenir pour partie celle du spectateur quand bien même ce dernier ne la réalise pas réellement. Il peut cependant s'ouvrir à un spectre de possibles précédemment inconnus de lui, et qui tissent avec ses mémoires intimes un réseau d'organisations internes dont la perception va se traduire en sensations, en émotions. De son voyage en lui-même, le danseur invite le spectateur à son propre voyage, lui ouvrant ainsi la porte sur des contrées qu'il n'avait jusqu'alors explorées. Dans ce type d'état interne, de réceptivité sensible, vibratile, chaque situation prend une nouvelle dimension, une dimension holographique. De la présence à soi dans l'acte peut dépendre la présence d'autrui à lui-même.

⁶ M. Bernard, *Le corps*, p. 55.

⁷ G. Rizzolatti, C. Sinigaglia, *Les Neurones miroirs*, tr. fr. par Marilène Raiola, Paris, Odile Jacob, 2008, p. 143.

4. Pierre Le Grand, de la biographie au mouvement dansé

Lors de la création du rôle de Pierre Le Grand, dans le Ballet *Souvenirs de Léninegrad* créé en décembre 1987 à Lausanne par Maurice Béjart sur des textes de François Weyergans, est revenue à moi la question de l'approche du personnage, question que j'avais commencé à explorer quelques années auparavant à la lecture de l'ouvrage de Michael Chekhov, *Être acteur : Technique du comédien* :

« Le véritable rôle de l'artiste créateur n'est pas simplement de copier l'apparence extérieure de la vie, mais bien d'interpréter la vie dans toutes ses manifestations, ses prolongements, de montrer ce qui se cache d'émotions derrière les phénomènes, d'entraîner le spectateur au-delà des apparences, au-delà même d'une simple explication des choses ».⁸

Le personnage ne se construisait pas par le "dehors", par mimétisme, par correspondance à une "référence externe" mais par "référence interne", par l'écho que le personnage apparaissant sous la plume de ses biographes, trouvait, déclenchait dans mes états internes (mémoires sémantiques, mémoires posturales et émotionnelles, leurs couplages) .

Je voudrais à ce propos faire une parenthèse pour introduire quelques réflexions que la lecture des travaux de Lev Vygotski⁹ et plus particulièrement ceux concernant la dialectique « sens-signification » et l'élaboration du « langage intérieur », m'a suscitée. Dans la genèse du sujet, ses premières expositions au monde, au monde dans lequel il arrive, viennent imprimer en lui, via la nécessaire satisfaction de ses besoins, un certain mode de communication issus des interactions avec son environnement. Les éléments langagiers auxquels il est soumis sont chargés des motivations et affects de ceux qui les produisent, ses parents. Ce n'est pas, dans ces premiers temps, la dimension sémantique qui le touche, mais bien la charge émotionnelle dont celle-ci est porteuse et qui se véhicule de « corps à corps ». Chemin faisant les mots deviendront les déclencheurs d'actions, de réactions à haute teneur symbolique. Lorsqu'avec l'éducation le sujet accède à la variété des utilisations du langage parlé, c'est avec une trace des couplages entre émotion, corporéité et langage. C'est cette dialectique qui

⁸ Michael Chekhov, *Être acteur : Technique du comédien*, tr. fr. par Elisabeth Janvier, Paris, Éditions Pygmalion/Gérard Watelet, 1980, p. 21.

⁹ Lev Vygotski, *Pensée et langage*, tr. fr. par Françoise Sève, Paris, Éditions La Dispute, 1997.

sera à la base de la construction du sens pour le sujet, sens qui s'élabore de l'interaction entre la signification des mots, crête commune, socialement partagée, avec l'aventure historico-culturelle de la personne. Chacun élabore ainsi son propre réseau de sens à partir de son exposition aux significations communes : iceberg de la communication. En brûlant quelques étapes, nous pouvons postuler que chaque mot ou séquence de mots déclenche chez le lecteur une aventure subjective dont il est le créateur. Apprivoiser cette dialectique, mondes intérieurs / mondes extérieurs, ouvre la porte à l'originalité des actions que mène le sujet, originalité non pas parce qu'innovante forcément dans la forme, mais originalité parce qu'unique, parce qu'expression de la création de sens propre à chacun dans sa réalité historique et culturelle, véritable dynamique holographique évoquée plus haut. Il ne s'agit alors plus, pour retrouver notre Pierre Le Grand, de correspondre par la forme à l'image d'un caractère, mais bien de laisser ce caractère résonner en nous, écouter les échos qu'il provoque dans nos mémoires toniques, émotionnelles, pour que s'engendre une gestuelle, des postures émanant de ces rencontres intimes. Plus de mime mais bien des états qui, par ricochet, « échoïent » du personnage à l'acteur-danseur et de l'acteur-danseur au spectateur : du texte à l'état interne, de l'infusion des mots dans l'état tonique du sujet à la réaction posturale de celui-ci... Construire par le dedans – laisser venir en soi.

« Je vous ai fait découvrir toutes les propriétés et possibilités de mon procédé de création de la "vie du corps humain" : ce procédé analyse automatiquement la pièce ; attire automatiquement dans l'acte de création la nature organique, dotée d'importantes forces intérieures qui nous soufflent les actions physiques ; il convoque automatiquement, de l'intérieur, le matériau humain vivant ... »¹⁰.

Cette approche permet de passer des processus de correspondance à la seule « *forme de l'autre* » aux mécanismes d'empathie (*Ein-fühlung* : sentir à l'intérieur de) : se laisser pénétrer par les ressorts d'autrui, se laisser activer par l'imaginaire de l'autre. Entrer « dans la peau d'un personnage » correspond plutôt à « laisser le personnage rentrer en soi », accueillir les réactions que sa découverte déclenche en soi, se laisser toucher par chacun des mots qui le dépeignent, l'analysent, de le contempler en situation sous la plume du biographe. Comme pour l'œnologie, les mots que je lis

¹⁰ Stanislavski cité par Marie-Christine Autant-Mathieu, *La Ligne des actions physiques, répétitions et exercices de Stanislavski*, Montpellier, l'Entretemps éditions, 2007, p. 27.

fonctionnent comme des activateurs, réactivateurs de mémoires sensorielles intimes, fruit de mon histoire en tant que sujet. Chaque mot, chaque phrase, chaque paragraphe renvoie ainsi à une expérience sensorielle, émotionnelle. Les muscles toniques engramment et traduisent les émotions, interagissent avec elles. Un hologramme se construit donc à l'intérieur de l'acteur, du danseur, un élan postural émerge, fruit de la rencontre de la vie d'autrui avec la sienne propre. Donner vie au personnage suppose donc d'ouvrir, par le jeu de l'empathie, mon propre système tonique à celui du personnage, à ses résonances imaginaires. Il ne s'agit plus de "parler" le personnage mais de laisser le personnage, son imaginaire corporel, via la trace des mots qui en parlent, ou qu'il utilise, infuser en soi...

Et puis Oublier ..., et puis faire Silence ..., et puis laisser Faire ...

À ce jeu là, plus l'acteur-danseur interroge ainsi ses zones de sens et plus il invite potentiellement le spectateur, le témoin de la situation, à interroger les siennes. Personnage, acteur, spectateur sont ainsi constitués en système où la mesure de l'écho empathique que peut ressentir le dernier est le fruit de l'écho empathique que le second a été en capacité d'avoir avec le premier.

5. Travail personnel à partir d'une variation de répertoire

Une variation en danse est le résultat du processus de création d'un chorégraphe, à un moment donné, dans un système culturel donné. Cette variation est un système de relations, une combinatoire d'éléments entre eux associés, par l'imaginaire, la sensibilité, la réceptivité, l'émotion du chorégraphe. Lorsqu'un danseur apprend cette « variation », ce texte chorégraphique, il l'aborde par son apparence, sa trace, son aspect manifeste, sa forme, sa structure. Il essaie de s'y modeler, de s'y conformer, de s'y identifier. Sa démarche est d'abord en « référence externe ».

La suite du travail est de se connecter à ce que cette variation suscite en lui tant sur un plan biomécanique que sur un plan émotionnel (à l'identique des mécanismes à l'œuvre entre biographie de Pierre Le Grand et Mouvements dansés). Cette démarche va le conduire peu à peu à approfondir en lui les courants, les schèmes dont la forme est le résultat apparent. Il accède ainsi à sa propre présence dans le mouvement, au déploiement de sa conscience tonico-posturale sensible. Appréhendé ainsi, le

"modèle" l'invite à ce voyage sensoriel et imaginaire unique, à ce voyage dans le déploiement de références internes.

Ainsi interrogé, le texte chorégraphique opère comme une infusion libérant ses parfums uniques. En explorant ce que cela sous-tend en lui, le danseur passe de l'usage prédominant de la musculature phasique (mise en forme) à l'écoute de soi et à l'écoute de sa musculature tonique (trouver la vie intime du mouvement).

L'expérience de la variation, en lien avec ce qu'il est en train de découvrir, de sentir émerger, de ressentir de lui-même, va devenir une expérience sensorielle profonde, il va réaliser que les formes sont véritablement des résultantes de processus organiques tissés avec les intentions qui les quêtent et les émotions qui traduisent leurs apparitions. Mû par son intériorité, par la gestion sensible de son rapport à la gravité qui le libère de toutes contractions parasites et le rend disponible à toutes variations tonico-émotionnelles, le danseur entre en résonance avec lui-même. C'est à ce moment précis que danser dans l'espace devient faire danser l'espace de sa danse intérieure, processus dont l'écho mettra en mouvement intime le spectateur.

Le spectateur ne contemple alors plus un objet externe qui peut l'émerveiller par sa virtuosité ou ses contours plastiques, mais est touché par le voyage kinesthésique qui s'accomplit devant lui.

Conscientiser et développer les mécanismes d'empathie avec soi, avec les mécanismes de la fonction tonique du corps accentuée, favorise les conditions pour qu'autrui entre en empathie avec moi ... avec lui-même, c'est à dire avec les mécanismes de sa propre fonction tonique ! « La liberté est dans la remontée aux sources »¹¹.

6. Transmission : inviter autrui à ce voyage avec lui-même

Débutons l'aventure par un travail de préparation corporelle, dont l'objectif est de permettre au sujet de se centrer sur ses repères proprioceptifs, sur la perception qu'il peut développer des organisations posturales qui rendent possible sa posture verticale en lien avec la gravité. Nous passons de l'observation/palpation physique d'un

¹¹ Edmond Jabès, cité par Dominique Dupuy, *François Delsarte, Une anthologie*, de Alain Porte, Paris, Éditions IPMC, 1992, p. XIII.

squelette à la sensation en soi de notre "coquillage interne spiralé", de ses ressorts dynamiques.

Le climat de confiance que nous sommes à même de faire exister conditionne le degré de calme émotionnel qui rend possible l'aventure. Après un temps d'observation sur soi, nous entrons en relation avec autrui, deux par deux, par le toucher : déposer ses mains sur les épaules de l'autre, devant soi, sur la partie haute de ses trapèzes, entre l'épaule et le cou, dans un toucher qui accueille, apaise, vient rassurer chacun sur ce qu'il sera à même de laisser venir en lui en termes d'expérience kinesthésique.

« L'épaule, chez tout homme ému, s'élève sensiblement, sans que la volonté participe en rien à cette ascension dont il ne semble même pas soupçonner l'existence ; les développements successifs de cet acte inconscient sont, je n'en puis douter, en rapport de proportion absolue avec l'intention passionnelle dont ils forment la mesure numérique, de telle sorte que l'épaule constitue (...) le thermomètre de la passion comme de la sensibilité »¹².

Autrui progressivement se rend disponible à ce toucher qui l'invite à une réorganisation posturale fine. Plus l'individu accède à une disponibilité profonde aux muscles et organisations qui sous-tendent sa posture, et plus sa sensibilité perceptive s'accroît.

Je revois toujours cette réorganisation gravitaire que j'ai observé un jour chez un violoniste pour accorder son instrument : ce point de moindre contraction musculaire qui offre une perception optimale des vibrations produites par son trait d'archer qui quête le la... Se réorganisant ainsi, le sujet devient un véritable cil vibratile qui enregistre l'harmonie des sons.

S'ensuit alors une exploration qui invite à se déplacer en ligne droite dans la salle, tout en restant en relation avec ses partenaires d'atelier. Il s'agit là de maintenir cette relation à soi-même tout en se connectant au déplacement d'autrui sur la même ligne. Une double relation s'instaure : relation à soi / relation à l'autre dans une intégration sensorielle de plus en plus lisible, réceptive.

Chemin faisant, les stagiaires seront invités ensuite à introduire une dimension imaginaire liée aux verbes d'action/intention suivant : observer, scruter, être aux aguets.

¹² François Delsarte, cité par Ted Shawn, *Chaque petit mouvement. A propos de François Delsarte*, Editions Complexe Vrin, Paris, Centre Nationale de la Danse, 2005, p. 86.

Le principe de densification, au niveau des muscles profonds, de la conscience dans le geste s'accroît, les intentions de chaque sujet sont de plus en plus kinesthésiquement lisibles et donc perceptibles tant entre les partenaires de travail, qu'entre les « acteurs » et les témoins de la situation. Les stagiaires travaillent en sous-groupes, et à chaque passage chacun reconnaît la progression sensible auquel il assiste.

Lorsque, plus tard, les groupes auront produit une petite séquence « chorégraphique » qui réinvestira les différentes étapes de l'atelier, la manière dont ils les ont vécues, les sensations/perceptions déclenchées en eux, chaque groupe spectateur témoignera de son degré de réceptivité devant la proposition de l'autre. Ayant traversé ensemble l'expérience, ils deviennent extrêmement réceptifs, poreux à l'expérience de l'autre.

« Ces expériences ne font que confirmer le rôle de la connaissance motrice pour la compréhension de la signification des actes d'autrui. Non que ces actes ne puissent être compris d'une façon différente, grâce à des processus intellectifs fondés sur une élaboration plus ou moins élaborée de l'information sensorielle en général, et visuelle en particulier »¹³.

Ainsi le degré de profondeur d'intégration de l'intention de l'action, investissant la concentration du sujet dans ses actes et donc ses muscles profonds, prolongé par l'action des muscles phasiques qui déploient le mouvement dans l'espace, dans un contexte de disponibilité réciproque des personnes en présence les unes aux autres, provoque une réaction empathique par excellence d'autant plus importante que le spectateur partage des références kinesthésiques communes, une sensibilité à soi partagée. Ce qui milite ici pour une éducation artistique par immersion dans l'expérience sensible porteuse de traces toniques. Toute aventure artistique est une aventure corporelle, quel que soit son médium de manifestation. Toute aventure corporelle est une aventure partageable à la mesure de la sensibilité des personnes en présence.

« Quand je pense à Ryszard Cieslak, je pense à un acteur créatif. Il me semble qu'il était vraiment l'incarnation d'un acteur qui joue comme un poète écrit, ou comme Van Gogh peignait (...) un retour aux plus subtiles impulsions de l'expérience vécue, pas simplement pour la récréer, mais pour s'envoler vers cette impossible prière »¹⁴.

¹³ G. Rizzolatti, C. Sinigaglia, *Les Neurones miroirs*, p. 149.

¹⁴ J. Grotowski, " Hommage à Ryszard Cieslak ", cité par Thomas Richards, *Travailler avec Grotowski sur les actions physiques*, tr. fr. par Michel A. Moos, Arles, Actes Sud, 1995, p. 43.

7. De "ressembler" à "vivre et ressentir" ... pour faire ressentir

Quels liens se tissent donc entre l'image, la référence, le texte et l'expérience subjective de l'apprenant, entre les modes et stratégies de couplage à l'expérience, à soi-même dans l'apprendre ?

Le piège des mécanismes du « vouloir ressembler à » coupe le sujet d'une relation profonde à lui-même et, du coup, paradoxalement, à autrui.

« Nous vivons à une époque où notre vie intérieure est dominée par le mental discursif. Cette fraction du mental divise, sectionne, étiquette – elle empaquette le monde et l'emballage comme s'il était " compris ". C'est cette machine en nous qui réduit ce mystérieux objet qui oscille et ondule à juste " un arbre ". L'" inconnu " ainsi rétréci et pétrifié, est transformé en " connu ". Un filtre se dresse entre l'individu et la vie. Un malentendu a souvent lieu quand nous étudions le travail d'une autre personne. Le danger est que nous limitons, réduisons et mettons en cage cette personne, ne voyant que ce que nous voulons ou sommes capable de voir »¹⁵.

Comment, alors, passer d'un processus de correspondance formelle aux images, réduction de soi à celles-ci, à l'écoute des processus de ce qu'elles déclenchent en nous ? Comment se rendre disponible à nos perceptions, sensations et aux informations qu'elles nous donnent, fruits de notre ouverture au monde ... et à soi ? L'ensemble des étapes par lesquelles nous sommes passés, des exemples sur lesquels nous nous sommes appuyés, démontrent et illustrent que le sujet ne peut faire abstraction de lui-même dans la relation à l'autre, voire que de la qualité de la relation à soi dépend la qualité de la relation à l'autre. Il s'agit bien d'une dialectique soi-autrui. Cette démarche nous ouvre à nous même en nous mettant en relation avec nos zones de sens, lesquelles zones de sens sont le fruit d'un tissage entre de l'émotionnel, du postural et du sémantique, et que le fait de s'y ouvrir, et de les cultiver, modifie notre tonus postural et, du coup, notre gestuelle. Ces modifications peuvent être perçues par le témoin, le spectateur qui par là se voit renvoyé à ses propres zones de sens, à ses propres expériences kinesthésiques et émotionnelles, comme un écho, un sentir à

¹⁵ Th. Richards, *Travailler avec Grotowski sur les actions physiques*, tr. fr. par Michel A. Moos, Arles, Actes Sud, 1995, p. 30.

l'intérieur, une "*Ein-Fühlung*", un Dialogue Tonique. Plus je sens à l'intérieur et plus je donne à autrui la possibilité de sentir en lui-même. Notre simple réduction à des images, notre simple mise en correspondance n'ouvrent pas ces zones de possible : elles ne donnent qu'une copie de l'évènement. En revanche, se mettre à l'écoute de nos fondements posturaux élargit notre palette tonique, déploie notre sentiment d'identité, accentue notre confiance gravitaire et réengendre la vie du mouvement ... d'une simple copie je deviens un élan d'inspiration, une mélodie cinétique qui, par écho empathique, interagit avec autrui, avec son propre système tonique.

Autrui, son jeu, sa danse, son attitude potentiellement me "renvoie à moi-même", il n'est plus une image à laquelle je me dois de ressembler, mais il devient, dans cette démarche, un véhicule grâce auquel je peux réaliser des dimensions, des imaginaires, des sensations, des réflexions qui m'étaient jusqu'alors inconnues et qui peuvent venir enrichir, élargir mon patrimoine sensible, mon patrimoine historico-culturel. Nous quittons le monde des images pour nous relier au monde de sensations ... passer de l'autre côté du miroir !

Il me semble profondément que le sujet doit être encouragé à accéder à lui-même au moins autant que ce qu'il est encouragé à s'inspirer de l'autre ; que ses références internes doivent être stimulées pour interagir avec les références externes qu'incarne pour lui le modèle, la trace ; qu'un rituel de mise en route d'une séquence d'apprentissage, de transmission ou de création doit démarrer par un temps qui permet à chacun de changer « de réseau musculaire », de système de référence : inviter le sujet à se prendre en compte dans ce qui le constitue. « Dans la pièce, l'acteur incarne le projet de l'auteur et doit faire sien le texte, mais dans "l'étude", il est lui-même l'auteur dramatique et l'acteur de son propre texte »¹⁶. Seule la personne dans son intimité peut faire l'expérience de ses organisations, de ses schémas, de ses postures quand bien même elle y est tout d'abord conduite, invitée.

C'est bien par ces processus que chaque expérience libère un parfum unique et c'est bien ce parfum qui touche autrui, qui touche le spectateur dans son intimité. La qualité de la relation à l'autre dépend de la qualité de la relation à soi. La qualité de la relation empathique qu'autrui peut avoir avec moi dépend de la qualité de la relation

¹⁶ Stanislavski cité par M.-C. Autant-Mathieu, *La ligne des actions physiques*, p. 164.

empathique que je peux avoir avec moi-même, lui offrant ainsi la capacité de développer une relation empathique à lui-même ! Sur cette fréquence, l'expérience de l'autre devient un enrichissement pour soi, et Michel Serres nous dit à ce propos : « Aime l'autre qui engendre en toi une troisième personne : l'Esprit »¹⁷.

Maurice Courchay

Bibliographie

F. Matthias Alexander, *L'Usage de soi*, tr. fr. par Eliane Lefebvre, Bruxelles, Les éditions de Contredanse, 1996.

Michael Chekhov, *Etre acteur : Technique du comédien*, tr. fr. par Elisabeth Janvier, Paris, Editions Pygmalion/Gérard Watelet, 1980.

Marie-Christine Autant-Mathieu, *La ligne des actions physiques, répétitions et exercices de Stanislavski*, Montpellier, l'Entretemps éditions, 2007.

Eugénio Barba, Nicola Savarese, *L'énergie qui danse*, « Un dictionnaire d'anthropologie théâtrale », tr. fr. par Eliane Deschamp-Pria, Montpellier, l'Entretemps Editions, 2008.

Michel Bernard, *Le Corps*, Paris, Editions du Seuil, 1995.

R.K. Massie, *Pierre le Grand*, Fayard, Paris, 1985.

Alain Porte, *François Delsarte, Une anthologie*, Paris, Editions IPMC, 1992.

Thomas Richards, *Travailler avec Grotowski sur les actions physiques*, tr. fr. par Michel A. Moos, Arles, Actes Sud, 1995.

G. Rizzolatti, C. Sinigaglia, *Les Neurones miroirs*, tr. fr. par Marilène Raiola, Paris, Odile Jacob, 2008.

O. Rouquet, *La Tête aux pieds*, Paris, Recherche en mouvement, 1991.

M. Serres, *Le Tiers-Instruit*, Paris, François Bourin, 1991.

Ted Shawn, *Chaque petit mouvement Chaque petit mouvement. A propos de François Delsarte*, Vrin, Paris, 2005.

F.J. Varela, *Autonomie et Connaissance. Essai sur le vivant*, tr. fr. par Paul Bourguin et Paul Dumouchel, Paris, Seuil, 1989.

Lev Vygotski, *Pensée et Langage*, tr. fr. par Françoise Sève, Éditions La Dispute, Paris, 1997.

Film

L. Kasdan, *French Kiss*, MGM, 1995.

Ballet

Maurice Béjart, François Weyergans, *Souvenirs de Léningrad*, ballet créé le 21 décembre 1987 à Lausanne.

Pierre le Grand, opéra-comique de André Grétry, libretto par Jean-Nicolas Bouilly, 1790.

¹⁷ Michel Serres, *Le Tiers-Instruit*, Paris, Editions François Bourin, 1991, p. 87.