

## L'ÉDUCATION SOMATIQUE DE L'ACTEUR ET DU SPECTATEUR UNE EXPÉRIENCE À PARTAGER POUR CRÉER DU SENS

par Odette Guimond Ph.D., comédienne et metteuse en scène, professeure certifiée de la Méthode FELDENKRAIS<sup>MD</sup>, directrice d'AUTOPOÏÉSIS, école d'art FELDENKRAIS

Article publié dans *Symbolon*, vol. 9 (*Spectateur, Expérience, Réception*), Universitatea de Arta Teatrala, Tg Mures, novembre 2005

### RÉSUMÉ DE L'ARTICLE

Tout en élaborant un parallèle entre les origines du théâtre chez les grecs et l'apparition de l'éducation somatique en occident au siècle dernier, l'auteure met en relation les données apportées par les sciences biologiques et les sciences cognitives récentes et le phénomène de la représentation théâtrale. Si l'on considère que la connaissance est d'ordre biologique et expérientiel, alors que la représentation de cette expérience est associée de près au domaine linguistique, l'auteure pose l'hypothèse que l'on peut retracer le passage de la quête initiale de sens à la théorie de la «représentation» au sein de la rupture de la triade relationnelle sur laquelle reposait la relation entre acteurs et spectateurs par la médiation du chœur. S'appuyant sur les études récentes portant sur les capacités proprement humaines d'empathie, plutôt que de nier la distance nécessaire entre acteur et spectateur, elle propose une ré-éducation somatique de leur capacité d'empathie qui permet de modifier la relation habituelle à la perspective.

La relation entre la scène et la salle est au coeur des préoccupations théâtrales actuelles. Le *theatron*, le lieu d'où l'on voit, comme l'ont inventé les grecs, continue de miser sur la dimension visuelle du spectacle. Mais on cherche en même temps à retrouver une relation entre le spectateur, celui qui voit, et ceux qu'il regarde. Le spectacle est-il offert à sa vue seulement? Quel type d'expérience vivent acteurs et spectateurs, de part et d'autre d'un quatrième mur de convention, que le XVIIe siècle a commencé à ériger et que l'on tente depuis la deuxième moitié du XXe siècle d'abolir? Du concept de *mimesis* aristotélicien à la théorie de la «représentation» ne s'est-il pas passé un rétrécissement, un aplatissement de la perception et de la réflexion?

Il est intéressant de remarquer que les questionnements que soulève actuellement la problématique de la représentation au théâtre en recoupent d'autres dans le domaine des sciences cognitives, elles-mêmes nourries par des changements profonds dans le domaine de la biologie. Un nouveau paradigme est apparu en sciences, tout comme il s'en dessine un dans le domaine des arts. Au coeur de ce changement de paradigme, l'éducation somatique est considérée comme nouveau champ disciplinaire regroupant un certain nombre de méthodes apparues en occident depuis plus d'un siècle, dont les pédagogies sont axées sur l'apprentissage de la prise de conscience de soi en mouvement dans l'environnement. (1) Peut-être qu'une éducation somatique de l'acteur et du spectateur est en voie de s'imposer et permettra de redécouvrir autrement l'activité théâtrale.

### MIMESIS ET ÉDUCATION SOMATIQUE

Thespis a fait scandale, en 534 avant Jésus-Christ, en substituant l'acteur au narrateur. La lutte entre Aristote et Platon se trouvait alors enclenchée, une lutte entre *mimesis* et *diegesis* qui a continué à nourrir toute l'histoire du théâtre et de l'esthétique spectaculaire. Le «personnage», cette force dynamique, cette idée incarnée dans le monde des apparences, offrait à la perception du spectateur la simulation vivante d'une pensée en actes. Ce «masque» dialoguant avec le chœur, c'est-à-dire à la fois avec les dieux et avec la cité, fascinait et terrifiait à la fois par sa prise de parole et le passage à l'acte, «incarnant» un point de vue en mouvement dans l'espace. Le spectateur se voyait appelé à participer différemment au nouveau rituel initié par cet «hypocrite».

Le mot *soma* hérité du grec signifie, depuis Hésiode, «corps vivant», le corps perçu et vécu de l'intérieur, pour le différencier du corps objet, du corps mort. La notion de mouvement est liée directement à la reformulation de la vision du monde proposée par la somatique. Celle-ci s'appuie au départ sur le passage

d'une interrogation intellectualiste et essentialiste, pour ne pas dire platonicienne, en ce qui concerne le vivant, à une vision phénoménologique et existentielle. Ne plus tenir la vie pour une abstraction lui redonne un sens. Le mouvement est ce qui permet de distinguer ce qui est vivant de ce qui ne l'est pas. On peut observer, dans le mouvement, comment la vie se manifeste, comment le *soma* pense, comment il se comporte. L'éducation du *soma* en mouvement, par le mouvement senti et vécu de l'intérieur, peut s'inscrire dans l'évolution de la conscience occidentale. Thespis, le premier acteur, posait les bases d'un art et d'une esthétique où l'activité de connaissance est d'ordre biologique et expérientiel.

## CONNAISSANCE ET EXPÉRIENCE

L'apprentissage est ce qui détermine le processus des inter-relations que l'homme établit entre sa conscience, ses fonctions biologiques et l'environnement. Il suppose un processus d'inter-relations et, chez l'être humain que l'on considère de plus en plus comme prématuré à la naissance comparativement aux autres espèces animales, une liberté de choix en ce qui a trait à l'organisation de son action. Celle-ci est en effet le principe intégrateur de l'apprentissage. Pour Moshe Feldenkrais, l'un des pionniers de l'éducation somatique (2), qui avait beaucoup de considération pour le travail de l'acteur, «l'image du moi se compose de quatre données qui participent à chacune de nos activités: le mouvement, la sensation, le sentiment et la pensée. Ces composantes sont aussi parties intégrantes de chaque action. (...) Si l'un des éléments de l'action se rétrécit au point de ne plus exister qu'à peine, la vie elle-même peut se trouver menacée.»(3)

Le *soma* humain a développé un mode de pensée différent de celui des autres animaux, qui rend son apprentissage et son éducation extrêmement complexes. Il a développé une faculté d'auto-observation qui lui permet une mobilité de perception face à lui-même. Le jeu de dédoublement dont il reste le maître (du moins le souhaite-t-il) lui permet de se saisir à volonté dans sa dimension de «je» et dans sa dimension de «il». La somatique renouvelle la problématique traditionnelle opposant objectivité et subjectivité. Thomas Hanna (que l'on considère comme le fondateur du domaine de la somatique) définit les humains comme des «illusions optiques» dans la mesure où ils peuvent être «vus» de deux manières différentes, mais qu'ils ne peuvent être «conscients» que d'un seul point de vue à la fois. (4) Leur expérience du monde est complexe. Et cela d'autant plus que très tôt chez l'humain se développe, grâce à l'existence de neurones miroirs que des recherches récentes ont découvertes, la capacité de reconnaître en l'autre un autre «je», ce qui serait à la source d'une activité de simulation mentale potentiellement très riche de conséquences. (5)

Récemment Jean-Luc Petit, reconsidérant les développements philosophiques du concept d'intersubjectivité, rappelle qu'«un monde ne se constitue pour moi que si j'en mets en mouvement les apparences grâce à mes kinesthèses. Or mes kinesthèses ne répondent pas seulement à ma volonté, elles *conspirent* avec celles d'autrui. Transgressant les limites solipsistes du *cogito* cartésien, par elles, nous participons, sinon directement à cette expérience d'autrui, du moins analogiquement lorsque nous procédons de concert à l'individuation active des vécus dans la spatialité immanente d'un corps, base de l'expérience d'être soi et d'avoir autrui en face de soi.» (6) Ne croirait-on pas lire ici un hommage à Thespis?

## AUTOPOIÈSE HUMAINE: UNE SPIRALE COGNITIVE

C'est en 1972, que la notion d'*autopoïèse* apparaît en biologie. C'est à Humberto Maturana et à Francisco Varela (7) que nous devons l'élaboration d'une nouvelle théorie (dont le nom s'inspire d'ailleurs de la poésie), qui propose une définition de la vie caractérisée par le mouvement au sein d'unités *autopoïétiques*, c'est-à-dire entretenant en elles-mêmes le processus de leur création. Ils en sont venus à proposer cette nouvelle théorie en reconnaissant au départ l'impossibilité de décrire une unité vivante selon des critères linguistiques: par l'addition de ses composantes, sa structure, sa fonction. Ils se centrent alors sur la notion d'organisation circulaire des interactions, dont le processus se reconnaît au sein de l'activité de chaque cellule. Ils ont mis en lumière que c'était le mouvement qui maintenait constante cette organisation, en produisant les composantes qui la font fonctionner et qui la définissent comme unité, assurant la survie de l'individu et donnant un sens à sa vie.

Toute unité, par définition, ne peut être décrite que par sa différence pour se poser comme distincte, individuelle, autonome et irremplaçable. Tout système vivant, de par sa circularité homéostatique, de par son processus d'auto-régulation, est auto-référentiel. C'est son organisation qui assure la stabilité et

constitue l'identité de l'unité, alors que ses composantes et sa structure sont en mouvement. Le processus de transformation qu'elle suppose ne prend fin qu'avec l'impossibilité d'intégrer l'imprévu, avec la perte d'identité et la désintégration de l'unité vivante, la mort.

L'organisation vivante est conservatrice et répète inlassablement ce qui marche, ce qu'elle a appris dans son expérience passée, ce qui a jusqu'ici assuré sa survie et qui constitue son identité. Paradoxalement, l'organisation vivante qui assurera le plus longtemps sa survie se reconnaît à sa capacité d'adaptation, sa capacité de synthétiser, et d'apporter des changements à ses habitudes, d'intégrer l'expérience présente. Car si toute unité vivante se recrée constamment elle-même jusqu'à perte d'identité, en tant que système clos sur lui-même, elle est en même temps partie essentielle d'un environnement avec lequel elle entretient des interactions vitales.

N'est-ce pas ce que sont en train d'expérimenter durant le siècle de Périclès, les continuateurs de Thespis, dans des lieux théâtraux dont les aménagements sont encore provisoires? Deux, puis trois acteurs se sont dégagés du chœur, dialoguent, simulent des conflits. Des personnages tragiques accumulent les erreurs funestes en tentant de se dégager de ceux qui assurent la conservation du «sens commun». D'autres, comiques, rassurent les spectateurs, maintiennent la cohésion du groupe, pourtant appelé à réfléchir sur l'actualité en s'esclaffant devant des figures grotesques. À certains moments de l'année, ils se retrouvent tous là au présent.

Assis en hémicycles, les spectateurs regardent des acteurs créer des lignes à l'intérieur d'un espace circulaire, et avancer dans une direction qui devance leur intention. Pour avancer, ils reculent. Pour aller vers la droite, ils vont vers la gauche. Pour aller vers le ciel, ils vont vers la terre. D'où viennent-ils? Où vont-ils? Pour qui se prennent-ils? Quelle relation y a-t-il entre eux et nous? L'acquisition du langage va de pair avec celle de la marche. La marche n'est ni purement verticale, ni purement circulaire. Toute démarche humaine dessine une spirale cognitive dans l'espace, perceptible désormais au théâtre, à la fois de l'intérieur et à l'extérieur de soi.

### **PERSONNAGES, CHOEUR ET SPECTATEURS: LA TRIADE RELATIONNELLE**

À la différence du chœur évoluant dans un espace-temps cyclique, les personnages tragiques, dressés sur leurs cothurnes, incarnent différents points de vue, cherchant d'où ils viennent et où ils vont dans un espace-temps linéaire, de plus en plus confinés à une dimension frontale. Dans le même ordre d'idées, Maturana rappelle l'importance de différencier le domaine biologique de la connaissance de celui de la représentation linguistique. Celui-ci est une spécialisation produite par l'activité cognitive, contribuant à l'homéostasie de l'organisme. Par la voie de ce monde fictif, il devient possible d'interagir avec son propre monde de représentations qui peuvent devenir pures relations. Si le domaine biologique existe sans le domaine linguistique, l'inverse est pure illusion.

Dans l'activité réflexive de l'acteur et du spectateur, médiatisée par le chœur, l'organisme trouve le moyen d'interagir avec lui-même par la représentation de son expérience passée, telle qu'il la réarrange pour assurer sa survie dans le présent, et par une représentation des probabilités concernant son expérience future, tirées de ce réarrangement dans le phénomène présent de la mémoire, le présent qui est le seul temps du vivant. Le domaine linguistique fictif, théorique, fabulatoire, s'organise de manière analogue à celui de la connaissance, et fonctionne en vue d'assurer la survie de l'organisme. Il est lui aussi conservateur et appelé pourtant à s'adapter au changement. Faute de quoi, le «personnage» meurt peut-être misérablement, ou sème la destruction autour de lui.

L'émergence du domaine linguistique a vu la création, dans l'organisme humain, d'une identité fictive, devenue peut-être plus réelle et plus crédible que l'identité biologique: celle de l'observateur. Cet observateur est une création typiquement humaine du néo-cortex. C'est au spectateur que revient d'incarner cette fonction au sein du nouveau rituel inventé par Thespis. Le spectateur s'est détaché du chœur, alors que l'auteur s'affublait du masque où il incarnait un double de lui-même capable de se hausser à la hauteur des dieux. Pour ce faire, lui-même mettait en jeu sa fonction d'observateur, et réalisait que «je est un autre». Une relation s'établissait entre l'acteur, ce «je» assumant sa dimension de «il», et le spectateur, ce «je» en résonance avec cet autre «je». L'activité théâtrale désormais différenciée du rituel religieux par le

point de vue du spectateur, permettait à celui-ci d'apprendre à s'identifier sympathiquement à cet autre «je».

Il ne faut pas oublier cependant que ce jeu de miroir linguistique dont est capable le cerveau humain dans toute activité dite «réflexive» exige cependant la présence d'un tiers. Le dialogue exige qu'existe une triade relationnelle. L'utilisation du langage n'a de sens qu'en fonction d'une relation affective entre une personne et une autre, entre un «je» et un «tu» qui est un autre «je». «Je» parle à quelqu'un («toi») à propos de moi (qui suis un autre «toi») ou de lui («toi» qui es un autre «je»). «Je» crée le monde («IL») pour toi ( qui es un autre «je») et avec toi (qui es un autre «je»). (8)

Thomas Hanna, père du domaine de la somatique, analyse bien aux plans philosophique et psychologique, les enjeux associés à l'apparition de cette triade (9). À la lumière de sa réflexion, on pourrait dire que lorsque la recherche d'inclusion de la triade relationnelle est centrée sur le «je», le domaine du pré-verbal, l'expérience est d'ordre mystique. Quand elle est axée sur l'absorption du «je» par le «tu», l'accent est mis sur l'expérience de la prière. Quand la symbolisation prévaut, alors que la recherche d'inclusion passe par le «IL», l'expérience est davantage d'ordre cosmique. C'est l'expérience de la création. C'est le domaine du théâtre que les grecs ont inventé, au-delà du rituel dont il est issu.

### **DE LA QUÊTE DE SENS À LA REPRÉSENTATION**

Le chœur incarne au théâtre les conditions d'une activité réflexive émergente. Le chœur, entité responsable de la relation entre auteur/acteur et spectateur, est intégrateur. Il rappelle que ce nouveau rituel a pour fonction de créer du sens. La création de sens est biologique, non-verbale, et de nature auto-référentielle. Le «sens» est relié à la fois à l'expérience préverbale des «sensations», à leur interprétation «émotive», à laquelle les sciences cognitives actuelles accordent une importance privilégiée dans les processus associés à la prise de décision (10). Le «sens» c'est aussi la «direction» que recherche le personnage dans son espace-temps liénaire, pour assurer la survie de l'individu et de l'espèce. Le sens qui se crée dans le chœur, de plus en plus observateur et réflexif, en même temps qu'il continue à pouvoir dialoguer avec le personnage, reflète à son tour l'organicité du *soma* et la fonction prédictive du cerveau.

Mais voilà que bientôt, le nouveau rituel devient spectacle et que le chœur disparaît. Le cercle originel perd sa fonction chez les Romains, avides de spectaculaire, et peu préoccupés par le type de réflexion proposé par les «jeux grecs». Le dialogue auquel on prête plus ou moins d'attention, se passe maintenant uniquement sur scène. Puis, plusieurs siècles plus tard, la relation entre auteur/acteur et spectateur est déniée. La scène d'illusion apparaît. Puis l'édition des textes de théâtre. Le texte existe sans la scène, sans l'auteur/acteur. L'auteur/acteur est privé de sa voix, de son geste, de son mouvement. La scène est coupée de la salle.

Bientôt, l'acteur ne saura plus établir un dialogue avec un auteur, un «texte», pour laisser émerger le personnage de son interaction avec cette parole d'un autre «je». Il ne saura plus identifier quelle est sa propre voix, reconnaître la signature de son propre mouvement. Entre le «je» et le «il», un gouffre profond s'est créé. Une guerre à long terme s'engage entre «corps» et «esprit». La tradition romaine, occultant la participation du chœur, incluant dans le «spectacle» le chant et la danse, ouvrait paradoxalement la voie à la dominance bi-dimensionnelle du pictural, mais aussi à celle de la focalisation étroite (la perspective), un intérieur inaccessible, vu de l'extérieur.

L'observateur, création du néo-cortex, est à l'origine du sentiment de supériorité de l'homme, de sa quête de liberté, de sa capacité de faire des choix éclairés, d'agir même en fonction du bien-être d'autres «je» au détriment de sa propre survie. Cette identité fictive («je» qui se voit comme «un autre») se donne aussi pour fonction de décrire son expérience par le langage. Au XVIIe siècle, elle en est culturellement arrivée à confondre la description et le phénomène, le discours et la pensée, la représentation et la connaissance, nourrissant cette rupture symbolique non seulement entre soi et l'autre, entre intérieur et extérieur, mais aussi entre «la tête» et «le corps».

Une pensée dichotomique régit la définition de l'être humain en occident, particulièrement depuis Descartes, avec pour conséquence la rupture entre l'écrit (le pictural) et l'organicité de la rencontre théâtrale. La métaphore opposant l'esprit et le corps, la raison et les émotions, le langage et le mouvement a nourri tout

naturellement la distance entre acteur et spectateur. Il s'agit d'autant de malentendus issus de l'activité du néo-cortex, dont les facultés de différenciation ont nourri le fonctionnement binaire de nos ordinateurs primitifs et la métaphore du cerveau-ordinateur qui a surgi des premières hypothèses formulées par les sciences cognitives, depuis longtemps dépassées.

### **CATHARSIS OU DISTANCIATION?**

Maturana et Varela distinguent les machines vivantes (les unités biologiques) des machines non vivantes (les artefacts), comme relevant de deux modes d'organisation différents. Les unités vivantes (dites *autopoïétiques*, homéostatiques, autoréférentielles, auxquelles le *feedback* est intégré) se distinguent des machines *allopoïétiques*, qui produisent autre chose qu'elles-mêmes et dont l'organisation fonctionnelle implique ce qui est extérieur à ce qui les constitue comme unités.

L'observateur en nous a acquis la capacité de décrire un phénomène "comme si" physiquement il en était coupé, afin d'assurer à sa «raison» le contrôle de ses «passions» et de contrer la contagion émotionnelle. Au XVIIe siècle, il en est venu à confondre «machines» *autopoïétiques* et *allopoïétiques*. L'observateur est désormais fasciné par le fait qu'il peut faire «comme si» le vivant n'était pas vivant et tente de donner l'apparence du vivant à ce qui ne l'est pas. Il tente de contrôler le mouvement, source de danger, de changement, d'imprévu. Le voilà inventant l'«illusion scénique», voulant contrôler à sa façon le chaos dionysiaque, baroque en lui substituant le geste, l'ordre apollinien, classique.

Le cerveau du *soma* humain s'est doté d'un néo-cortex, mais à partir des ajustements et des adaptations multiples d'un cerveau qui s'est développé dans toute l'échelle animale, à partir du plus primitif, le cerveau reptilien, qui assure la protection du territoire. Organe de la conscience, le cerveau est issu des mêmes cellules que celles qui détermineront les frontières du système clos et interactif du *soma*, l'organe de la peau. Il dépend du fonctionnement d'un système nerveux complexe. Ce cerveau prédictif et intégrateur assure la survie de l'individu et contribue, dans le meilleur des cas, à celle de l'espèce, quand l'humain se souvient qu'«IL» n'est ni un dieu, ni un étranger. Devant la nouvelle forme de contagion émotionnelle ou de catharsis née de la scène d'illusion, Brecht, en mettant l'accent sur la nécessité de la distanciation, souhaitait que l'auteur/acteur et le spectateur retrouvent une liberté de réflexion et d'action. Pour certains même, Brecht voulait éviter qu'ils puissent se mettre à la place des personnages pour les comprendre, craignant les effets pervers de l'empathie. (11)

Devant la rupture créée entre scène et salle, il convient à présent de réintroduire une théorie de l'empathie comme simulation mentale, telle que formulée par Jean Decety (12), au sein d'une théorie du langage dont on ne chercherait pas uniquement à décrire la finalité et la structure, mais aussi la fonction et le processus. Au sein d'un intérêt pour la signification du spectacle, il s'agit de réintroduire la dimension fondamentale de la création de sens, dont le chœur grec, dans son espace-temps cyclique, était le premier responsable.

### **LE SPECTATEUR EMPATHIQUE**

Celui qui participe à l'organisation d'un phénomène, comme composante en rapport avec d'autres composantes dans une structure en transformation (comme le spectateur et l'acteur dans le présent de la "représentation" théâtrale, l'auteur ou le metteur en scène dans le présent de leur création), celui-là ne "sémiotise" pas, il vit une expérience empathique. Son expérience de récepteur n'est pas celle d'un récepteur artificiel, *allopoïétique*, qui capte des «émissions» d'un émetteur artificiel, *allopoïétique*, qu'il peut «interpréter»: un ensemble de signes selon un modèle logico-mathématique. Ce récepteur humain est sensible à lui-même, doté d'un cerveau vivant autrement complexe, capable non seulement de sentir, mais de comprendre et de décider, en tant qu'unité vivante, ce qui fait du sens pour lui.

Le spectateur empathique est capable d'une mise à distance. Il ne cherche pas à échapper à la simulation mentale et au processus d'identification préalables à cette mise à distance. Il demeure capable de se mettre dans la peau de l'autre, tout en ne s'absorbant pas en l'autre. Il ne s'agit pas là de créer une rupture avec l'autre, mais au contraire d'entretenir une relation humaine axée sur la «compréhension» (concept issu du verbe *comprehendere*: saisir), la «captation partagée» d'un univers de représentations, génératrice de sens et d'action dans le monde.

Le mode de relation «empathique» devrait se différencier d'un mode de relation «sympathique». La relation empathique est typiquement humaine. Selon Gérard Jorland, «l'empathie consiste à se mettre à la place de l'autre sans forcément éprouver ses émotions, comme lorsque nous anticipons les réactions de quelqu'un; la sympathie consiste inversement à éprouver les émotions de l'autre sans se mettre nécessairement à sa place, c'est la contagion des émotions...» (13).

Cette capacité de l'observateur à dénier le présent au théâtre comme dans sa vie quotidienne assure le sentiment de soi, le sens de la pérennité, éventuellement la survie de l'espèce. Elle relève bien sûr du jeu au théâtre et contribue dans le domaine des sciences et des arts, à créer théories et fictions qui, si elles ne se reconnaissent pas pour telles, deviennent à la fois naïves et dangereuses, créant une distance de plus en plus grande entre la description et le phénomène, (ainsi que le dénoncent, dans plusieurs champs de recherche, théoriciens et praticiens dérivant en des mondes de plus en plus distincts), une distance de plus en plus grande entre soi et ses semblables.

Comment traverser le jeu de miroirs de la représentation? Une étude menée par J.B.Bavelas et son équipe voilà bientôt une vingtaine d'années, nous donne une piste importante. Entre «s'identifier à autrui» sympathiquement, et «se mettre à la place d'autrui» empathiquement, s'impose le retour au cercle initial. Dans une relation sympathique, l'observateur imite le sujet «en miroir». Dans une relation empathique, l'observateur doit avoir appris à changer de point de vue, à faire une rotation sur lui-même. (14) Nous voici revenus à l'hémicycle grec et au parcours cyclique du chœur. Où commence et où finit la connaissance?

### **COMMUNICATION OU INTERACTION?**

Selon Maturana et Varela, il est possible à un être humain d'apporter du changement dans un autre système vivant, *i.e.* d'entrer en relation avec lui, de deux manières. La première s'inscrit dans le domaine biologique de la connaissance; la seconde dans le domaine linguistique de la communication. Dans le premier cas, il y a interaction: les deux systèmes vivants changent ensemble et l'un par rapport à l'autre. Quand il y a interaction entre deux vivants, il s'agit d'un processus par lequel ils créent ensemble un mouvement homéostatique, pouvant aller (grâce à la reproduction) jusqu'à la création d'un autre système autopoïétique autonome. C'est l'interaction entre vivants, la qualité de leur présence et de leur mouvement qui, au théâtre comme dans la vie, génèrent la connaissance et la survie individuelle et collective.

Dans le cas de la communication, les deux systèmes vivants rétablissent l'un et l'autre, dans un jeu par le langage, l'organisation individuelle de leurs représentations. Le domaine de représentations de chacun peut être plus ou moins bouleversé et de manière plus ou moins stable ou divergente par un tel processus de réarrangement. Les deux individus ne partagent jamais un même mouvement, une même connaissance, ils développent des mouvements aussi différents que les individus le sont eux-mêmes. Ce sont des systèmes clos, à la différence des ordinateurs, ce dont témoigne, à sa manière, tout ce discours sur l'incommunicabilité par le langage entre les humains dans le théâtre du XXe siècle.

On le sait, dans le domaine linguistique, s'il y a dénotation entendue comme signification, celle-ci ne crée pas de sens. Maturana et Varela rejoignent là Umberto Eco qui avait déjà senti l'importance de distinguer la signification de l'information (15), en soulevant par ailleurs l'importance de l'inférence (16) dans sa description du sens comme absence de structure (17), dans *L'oeuvre ouverte*, (1965) *la structure absente* (1972), puis *Lector in fabula*. (1985). Il ne se produit du sens que dans la mesure où il y a intégration de la déformation proposée à l'organisme dans son processus d'*autopoïèse*, un processus de transformation de l'identité en cette même identité.

### **ÉDUCATION SOMATIQUE, ÉTHIQUE ET ESTHÉTIQUE**

En esthétique, le mouvement est le critère commun à tous les arts pour évaluer la qualité de l'oeuvre. C'est du moins ce que proposait déjà Suzanne Langer, dans *Feeling and Form* (18) en 1953. Machine *autopoïétique* particulière, le *soma* humain s'est donné comme possibilité de pouvoir créer des artefacts de tous ordres, dont les plus complexes et les plus magiques sont sans doute les oeuvres d'art. L'artiste aura su y créer l'illusion d'une unité *autopoïétique* par le processus que l'objet d'art suscite chez le spectateur/lecteur, qui aura le sentiment d'interagir avec elle. L'artiste arrive à donner fictivement vie à des

matières non vivantes grâce au mouvement, à l'émotion, à la forme, à l'organisation qu'il arrive à faire surgir en lui-même en utilisant matériaux et signes arbitraires: des mots, des notes, des lignes, des couleurs, du marbre ou du plastique. Ainsi l'oeuvre «ouverte», telle que définie par Umberto Eco en 1965, obéit-elle à une organisation de machine non-vivante (*allopoiétique*), et arrive-t-elle paradoxalement à créer l'illusion d'une machine vivante (*autopoiétique*) quand elle renvoie l'humain qui entre en interaction avec elle, par le mouvement, à sa propre organisation en circuit fermé où se crée le sens, phénomène auto-référentiel.

Dans le cas des arts de la performance, le pouvoir créateur de l'artiste est non seulement complexe, mais implique des choix éthiques. Depuis la disparition de la fonction de médiation incarnée par le chœur grec, que privilégions-nous au théâtre? La connaissance ou l'illusion de celle-ci? Un changement de paradigme s'impose au théâtre, comme dans l'organisation sociale même. L'éducation somatique repose sur l'apprentissage de la prise de conscience de soi en mouvement, en relation avec son environnement. Par conséquent, la pratique de l'éducation somatique développe non seulement présence, précision, efficacité et créativité, mais aussi tolérance et compassion. Ce ne sont pas des exercices qu'elle propose, mais une relation nouvelle à soi et aux autres.

Que se passe-t-il quand des *somas* humains décident de créer collectivement une «machine *allopoiétique*» aussi complexe qu'un spectacle théâtral? On y retrouve bien sûr une représentation de la connaissance, de l'expérience biologique de chacun des artistes impliqués. Une représentation qui, en soi, ne pourra jamais communiquer qu'elle-même. On y retrouve une représentation collective soigneusement orchestrée, à l'image peut-être de ce qui se passe dans le fonctionnement du cerveau d'un seul, si l'on se reporte à la belle métaphore développée par Gerald Edelman(19), à l'intérieur de laquelle une autre expérience biologique est vécue dans l'instant et qui, elle, n'est pas représentée, mais qui génère ou non du sens.

En tant qu'auteur/acteur, en tant que spectateur, il faut à mon sens rééduquer l'observateur en nous, ce qui est l'un des principes majeurs de l'éducation somatique. Sans cette rééducation, les humains risquent de se détruire dans un monde de fabulations impuissantes qui n'a plus rien de commun avec l'expérience d'eux-mêmes dont ils ont perdu la clé. Il s'agit d'apprendre à développer sa capacité à changer de point de vue, sa capacité de «rotation» mentale. En éducation somatique, cela s'apprend à travers le mouvement, en apprenant à bouger, à rouler, à tourner tout autour de son centre et à devenir habile à explorer dans toutes les directions possibles. La focalisation de son attention à l'intérieur de soi permet cette ouverture sur le monde. Il s'agit peut-être là d'une inversion du principe de la perspective qui a biaisé notre perception du monde depuis la Renaissance.

## Notes

(1) Il existe au Québec un Regroupement pour l'éducation somatique, organisme à but non lucratif créé dans l'intention de faire connaître ce champ disciplinaire, de soutenir la recherche et de promouvoir des activités qui intéressent l'ensemble du réseau regroupant actuellement différentes associations (dont l'Association *FELDENKRAIS* Québec) et certains individus intéressés au domaine. (Visitez le site [www.education-somatique.ca](http://www.education-somatique.ca)) En ce qui concerne le domaine des arts, consulter un dossier dont l'auteur a assumé la supervision et qui a été rédigé par Vandana Claire GILLAIN, intitulé «L'éducation somatique et l'art», Montréal, Regroupement pour l'éducation somatique, 2002.

(2) La Méthode *FELDENKRAIS*<sup>MD</sup> porte le nom de son auteur, un juif né en Russie en 1904. Moshe Feldenkrais a gagné la Palestine par ses propres moyens à l'âge de 14 ans et contribué à l'édification de son pays. À partir de 1928, il a étudié à Paris, où il est devenu simultanément docteur en Sciences et ingénieur. Il a travaillé comme ingénieur et comme physicien, entre autres au laboratoire des Joliot-Curie. Sportif accompli, il a été très actif dans l'implantation du judo en France et en Angleterre dans les années '30 et '40. Ce long travail d'apprentissage et d'enseignement d'un art martial a été une source d'inspiration très importante pour l'élaboration de sa méthode et sans doute en ce qui concerne son intérêt pour le travail de l'acteur. L'autre facteur déterminant a été une blessure grave au genou, blessure qui l'a forcé à s'intéresser à sa rééducation, au lien entre le mouvement et le fonctionnement du système nerveux, et à l'unité indivisible de la psyché et du soma. La synthèse de ses expériences antérieures, mêlée à une grande curiosité entre autres pour la biologie, la neurophysiologie, la psychologie et le développement périnatal, lui a permis de prendre en charge sa propre rééducation. Cette découverte personnelle le mena à élaborer sa recherche et la

méthode de travail qui en est issue. Il a enseigné en Europe, aux États-Unis, en Australie et en Israël où il est mort en 1984.

Il a écrit de nombreux livres dont certains portent des titres évocateurs. Voir par exemple *La conscience du corps*, Paris, Robert Laffont, 1971 (*La santé en 12 leçons*, Paris, Marabout service #211, 1972, actuellement réédité sous le titre *Énergie et bien-être par le mouvement*, Paris, Dangles, 1993). Ou encore *L'évidence en question*, Paris, L'Inhabituel, 1997. Déjà il publiait, en 1948, *L'être et la maturité du comportement, une étude sur l'anxiété, le sexe, la gravitation et l'apprentissage*, Paris, Espace du Temps présent, 1993. Il s'agissait d'une synthèse surprenante pour l'époque, et cela même pour ceux qui avaient une vision globale de l'être humain. Suivra, l'année suivante, *La puissance du moi*, Paris, Robert Laffont, coll. Réponses, 1990. Cette oeuvre avance que la spontanéité (opposée à la compulsion) s'apprend.

FELDENKRAIS<sup>MD</sup> est une marque déposée au Canada par la FELDENKRAIS Guild of North America et protégée au Québec par l'Association FELDENKRAIS Québec, toutes deux affiliées à la Fédération FELDENKRAIS Internationale.

(3) FELDENKRAIS, Moshe, *La santé en 12 leçons*, op cit,, pp.42-44

(4) HANNA, Thomas, "Optical Illusion: Reflections of the Editor", in *Somatics, Magazine-Journal of the Mind/Body Arts and Sciences*, Novato, vol.1, no 3, Autumn 1977, Inside Front Cover. Thomas Hanna est l'éditeur fondateur de la revue *Somatics*, publiée à partir de 1976.

(5) Il a été démontré en premier lieu par G. Rizoletti et son équipe qu'il existe, dans le cortex moteur et dans le cortex pariétal, des neurones miroirs responsables d'une forme de résonance motrice qui déchargent non seulement lorsque le sujet effectue un geste, mais aussi lorsqu'il voit quelqu'un l'effectuer. Suite à cette découverte dans les années '90, des chercheurs dans différents domaines s'interrogent sur le phénomène de l'empathie pour le redéfinir et lui retrouver une fonction privilégiée. Voir les études publiées sous la direction de BERTHOZ, Alain et Gérard JORLAND, *L'Empathie*, Paris, Odile Jacob, 2004. Voir en particulier, dans la section I portant sur la Psychologie cognitive, le chapitre de Jean Decety, «L'empathie est-elle une simulation mentale de la subjectivité d'autrui?», pp.53-88.

(6) Voir BERTHOZ, Alain et Gérard Jorland, op cit, dans la section II portant sur la Philosophie, le chapitre de Jean-Luc Petit, «Empathie et intersubjectivité», p.142.

(7) MATURANA, Humberto R. and Francisco J. VARELA, *AUTOPOIESIS, The Organization of the Living* a été publié à l'origine au Chili sous le titre *De Maquinas y Seres Vivos*, Editorial Universitaria S.A., 1972. Publié ensuite avec MATURANA, Humberto R., *Biology of Cognition* (1970), dans un ouvrage qui regroupe les deux essais: MATURANA, Humberto R. and Francisco VARELA, *AUTOPOIESIS AND COGNITION, The Realization of the Living*, D. Reidel Publishing Company, Dordrecht: Holland / Boston: U.S.A / London: England, Boston Studies in the Philosophy of Science, volume 42, 1980.

(8) «Pour posséder un langage, il faut l'intervention d'au moins une autre personne, même s'il ne s'agit que du souvenir que l'on en garde -c'est-à-dire d'un interlocuteur intériorisé. Cette condition nécessaire écarte l'idée cartésienne selon laquelle ses conclusions dépendraient de lui-même et de personne d'autre.» in Gerald M. EDELMAN, *Biologie de la conscience*, Paris, Odile Jacob, 1992, p.55

(9) Voir HANNA, Thomas, «What is Somatics?», Part Three, in *Somatics, Magazine-Journal of the Bodily Arts and Sciences*, vol VI, no 2, Spring/Summer 1987, Novato, CA: Novato Institute for Somatic Research and Training, pp.56-61, ISSN 0147-5231.

(10) Se reporter par exemple à DAMASIO, Antonio R, *L'Erreur de Descartes*, Paris, Odile Jacob, 2001; ou du même auteur, *Le sentiment même de soi- corps, émotions, conscience*, Paris, Odile Jacob, 2000. Ou à BERTHOZ, Alain, *La décision*, Paris, Odile Jacob, 2003.



(11) Dans son chapitre d'Introduction consacré à «L'empathie, histoire d'un concept», Gérard Jorland s'appuyant sur la théorie de W. WÖRRINGER développée dans *Abstraktion und Einfühlung*, 4e éd., Munich, R. Piper &Co, 1916, rappelle que «Brecht a construit son esthétique de la distanciation précisément pour contrer l'empathie, laquelle peut avoir comme effet pervers de tout comprendre, y compris son propre agresseur comme dans le syndrome de Stockholm.». Voir BERTHOZ, Alain et Gérard JORLAND, op cit, p.43.

(12) «J'avance l'idée que l'empathie repose sur une simulation mentale de la subjectivité d'autrui en m'appuyant essentiellement sur des travaux empiriques réalisés dans les sciences du comportement et du cerveau. Cette simulation est possible parce que nous possédons une disposition innée à ressentir que les autres personnes sont «comme nous» et parce que nous développons rapidement au cours de l'ontogénèse la capacité de nous mettre mentalement à la place d'autrui. Deux composantes fondamentales interagissent pour créer l'empathie: d'une part, une composante de résonance motrice dont le déclenchement est le plus souvent automatique, non contrôlable et non intentionnel; d'autre part, la prise de perspective subjective de l'autre qui est contrôlée et intentionnelle. La première composante apparaît au cours du développement et plonge ses racines dans l'histoire évolutive de nos ancêtre primates non humains. La seconde est plus récente et semblerait même être propre à l'espèce humaine.», in BERTHOZ, Alain et Gérard JORLAND, op cit, pp.54-55.

(13) BERTHOZ, Alain et Gérard JORLAND, op cit.p.20.

(14) ID, IBID, p.21.

(15) ECO, Umberto, *L'oeuvre ouverte*, Paris, Seuil, 1965 (Points 107).

(16) ID, *Lector in fabula*, Paris, Grasset, 1985.

(17) ID, *La structure absente*, Paris, Mercure de France, 1968.

(18) LANGER, Suzanne, *Feeling and Form*, London, Routledge & Kegan Paul Limited, 1953.

(19 ) «Imaginez un étrange quatuor à cordes dont les musiciens réagiraient en improvisant aux idées et aux signaux qui leur sont propres ainsi qu'à ceux qui sont issus de l'environnement. Puisqu'il n'y a pas de partition, chaque musicien produirait ses airs caractéristiques. Au début, il n'y aurait pas de coordination entre eux. Imaginez maintenant que les corps des musiciens soient connectés entre eux par une myriade de fils très fins de sorte que leurs actions et leurs mouvements soient très rapidement exprimés dans un sens et de l'autre par des signaux changeant la tension dans les fils, laquelle réagirait instantanément aux actions de chaque musicien. Les signaux connectant instantanément les quatre musiciens susciteraient la corrélation de leurs sons et donneraient ainsi des sons nouveaux, plus cohérents, plus intégrés qui résulteraient des efforts sinon indépendants de chaque musicien. Ce processus corrélatif affecterait aussi l'action suivante de chaque musicien, et, par ce moyen, le processus se répéterait pour donner de nouveaux airs, encore plus corrélés. Aucun chef d'orchestre ne donnerait d'instruction au groupe ni ne le coordonnerait. Chaque musicien conserverait son style et son rôle. Et cependant ses productions tendraient à être plus intégrées et plus coordonnées. Cela donnerait lieu à une sorte de musique mutuellement cohérente qu'aucun d'entre eux jouant seul ne pourrait produire simplement en contribuant aux sons de l'ensemble.» EDELMAN, Gérald et Giulio TONONI, *Comment la matière devient conscience*, Paris, Odile Jacob, 2000, p.68.