



**Processus de guérison par les actions rituelles et
l'image archétypique: Témoignages d'un parcours avec
Ryszard Nieoczym (LeTHAL)**

Mémoire

Annie Caron

**Maîtrise en littérature et arts de la scène et de l'écran - avec mémoire
Maître ès arts (M.A.)**

Québec, Canada

© Annie Caron, 2018

Résumé

Ce projet de création-recherche s'inscrit dans une démarche parathéâtrale menée de 2006 à 2012 à travers les ateliers du théâtre de recherche et performance LeTHAL (Le Theatre de l'Homme Actor's Laboratorium). Le présent mémoire a pour objectif d'approfondir le questionnement sur le potentiel de guérison du théâtre, plus spécifiquement celui de l'image archétypique et des actions rituelles. Il s'agit d'une description des éléments (les universels du mythe, du théâtre et du rituel) qui ont eu le plus grand potentiel de guérison dans mon processus de recherche d'équilibre. Ce mémoire s'articule autour des témoignages que constituent le projet de création *Auto-autopsie* et certains extraits de mon journal d'expériences avec le maître de théâtre Ryszard Nieoczym.

Abstract

This creation-research project is a paratheatrical research process experienced through workshops with LeTHAL Theatre (Le Theatre de l'Homme Actor's Laboratorium) between 2006 and 2012. This Master's thesis aims at deepening the questioning about the healing potential of theatre, more specifically archetypal images and ritual actions. The following document describes the elements (the universals of myth, theatre and ritual) that have had the greatest healing potential in my process of looking for a state of balance. This thesis includes testimonials : the creation project *Auto-autopsie*, and selected excerpts from my journal of experiences with the theatre master Ryszard Nieoczym.

Table des matières

Résumé	iii
Abstract.....	iv
Table des matières	v
Remerciements	viii
0. Introduction	1
0.1 Amorce et objectifs du processus de guérison.....	2
0.2 Contexte de recherche.....	4
0.3 Présentation du contenu du mémoire.....	6
0.4 Présentation des phases de recherche	8
1. Les théoriciens qui ont influencé le Théâtre LeTHAL.....	9
1.1 Le Théâtre LeTHAL dans le courant du théâtre du corps et de l'environnement...9	
1.2 Les origines du training dans le théâtre occidental	11
1.2.1 Conditionnement et déconditionnement.....	13
1.2.2 Organicité.....	14
1.2.3 Action et non-action	16
1.3 La dimension rituelle	16
1.3.1 Le sociodrame, le drame social et l'ethnodrame.....	17
1.3.2 Conditionnement et déconditionnement dans les techniques du corps	19
1.3.3 Mythe et archétypes dans la théorie du rituel	20
1.3.4 Les actions rituelles.....	20
1.3.5 États extatiques et transe	21
1.4 Théâtre et rituel : regards croisés sur les pratiques	22
1.5 Les universels du mythe, du théâtre et du rituel	23
1.5.1 Universels, rituel et processus de recherche d'équilibre.....	25
1.6 Approches transdisciplinaires sur la question du mythe et de l'archétype	26
1.6.1 La dimension du mythe.....	28
1.6.2 La dimension archétypique.....	29
2. Approches du théâtre LeTHAL : travail théâtral et travail rituel	32
2.1 Axe travail théâtral : le <i>Theatre Apprentice program</i>	32
2.1.1 Potentiel de guérison du mythe et thérapie.....	33
2.1.2 L'image archétypique.....	34
2.1.3 Actions : des cycles pour apprendre à se déconditionner	35
2.1.4 Training et états extatiques	41
2.2 Axe travail rituel : les <i>Ritual Actions – Eros & the Healing Process</i>	41
2.2.1 L'Environnement des <i>Ritual Actions</i>	43
2.2.2 La création d'actions rituelles dans le contexte des <i>Ritual Actions</i>	45
2.2.3 Le mythe d'Eros et Psyché à la base de la structure des <i>Ritual Actions</i>	46
2.2.4 <i>Ritual Actions</i> et processus de guérison	47

3. Présentation du processus de création-recherche	49
3.1 La Phase de Training	54
3.1.1 Le potentiel de guérison du déconditionnement	54
3.1.2 Le potentiel de guérison de l'utilisation des universels.....	55
3.1.3 Le potentiel de guérison des actions jeu et de l'image archétypique	56
3.2 La phase de création-recherche : la création-témoignage <i>Auto-autopsie</i>.....	57
3.2.1 La phase d'incubation du projet <i>Auto-autopsie</i>	58
3.2.2 La présentation publique d' <i>Auto-autopsie</i> (30 avril 2009)	59
3.3 La phase de retour aux sources rituelles	61
3.3.1 <i>Open Etude</i> : Le miroir de l'âme.....	63
3.3.2 <i>Ritual Actions</i> , mai 2008 : l'image primordiale <i>sirène chante sur un rocher</i> ..	65
4. Actions de guérison : images archétypiques et actions rituelles	67
4.1 La constellation archétypique de la <i>doer</i> dans <i>Auto-autopsie</i>	68
4.1.1 Les <i>métamorphoses de la femme-chamane</i>	72
4.1.2 Le <i>rêve prophétique de l'homme-oiseau</i>	75
4.1.3 Les images anecdotiques ou confronter le traumatisme	76
4.2 Quand l'image archétypique émerge des <i>Ritual Actions</i> : la figure de la sirène..	77
4.2.1 L'image primordiale <i>sirène chante sur un rocher</i>	81
4.2.2 L'impulsion créative à l'origine de <i>la sirène de Platamonas</i>	82
4.2.3 L'image archétypique <i>la sirène et les fées</i>	84
4.3 Auto-autopsie d'un processus de guérison	88
5. Conclusion — L'aboutissement d'un long processus	89
5.1 Le potentiel de guérison de la création <i>Auto-autopsie</i>	90
5.2 Le potentiel de guérison du contexte de recherche <i>Ritual Actions</i>	91
5.2.1 Synthèse des pratiques thérapeutiques en lien avec les <i>Ritual Actions</i>	92
5.3 La légitimité de la profession théâtrale	94
6. Bibliographie	95
Annexe A – Texte de la création-témoignage <i>Auto-autopsie</i>	100
Annexe B – Les universels dans la pratique théâtrale et rituelle	106
Annexe C – La catharsis de Platon à Boal	111
Annexe D – Thérapie et pratiques des arts de la scène	113
Annexe E – Autopsie d'un déséquilibre.....	118

LISTE DES TABLEAUX

TABLEAU 1. LES PHASES DE RECHERCHE DE MON PROCESSUS.....	53
TABLEAU 2. LA CONSTELLATION ARCHÉTYPIQUE DE LA DOER.....	69
TABLEAU 3. LA SYNTHÈSE DE LA FIGURE ARCHÉTYPIQUE DE LA SIRÈNE.....	79
TABLEAU 4. L'IMAGE PRIMORDIALE <i>SIRÈNE CHANTE SUR UN ROCHER</i>	81
TABLEAU 5. LE SCHÉMA D'OPÉRATIONS DU SYSTÈME SENSORIEL.....	86

Remerciements

Merci à mon directeur de maîtrise, Robert Faguy, qui au-delà de son rôle académique, a été un guide dans mon processus;

Merci à Ryszard Nieoczym pour l'ineestimable savoir qu'il m'a transmis;

Merci à mes grands amis Rénouka Chaudhary, Pierre Côté et Andrée Chaudhary pour avoir cru en moi jusqu'au bout;

Merci à Irène Roy, qui a toujours cru en moi, même dans mes moments de chutes et rechutes;

Un merci chaleureux à Céline Fantini, Isabelle Caron et Alexandra Bultel pour avoir été les témoins de mon processus, tant dans la joie, l'anxiété, la souffrance que la réussite;

Merci à Nicole Champagne, Jane O'Reilly et à tous mes partenaires de jeu du Théâtre Contre-courant sans qui je n'aurais pu vivre de si beaux moments;

Merci à mes amis Grecs Athanassios, Iannis, Dimitris, Elifily, Eleni, Elsa et Konstantinos qui m'ont hébergé, nourrie et épaulée pendant les *soundings* en Grèce;

Merci à Xavier Plante, le grand corbeau qui m'a rattrapée au vol dans ma dernière chute;

Merci à François Cattin, qui a été le lecteur des passages du docteur dans mon projet de création *Auto-autopsie*;

Merci à Suzanne Leclair et à Boris Dempsey de m'avoir épaulée dans l'écriture de ce mémoire;

Et finalement, un merci, un amour et une reconnaissance inconditionnels à mon père Rosaire Caron, mon frère Jean-Pierre Caron, et ma mère Lucille Viens pour leur support sans lequel je n'aurais pu me rendre jusqu'au bout de ce processus.

0. Introduction

Mon parcours de création-recherche a débuté dès le début de ma formation au baccalauréat en Études théâtrales de l'Université Laval, dans un contexte où je baignais dans l'injustice avec des blessures physiques non soignées. Ce mémoire est le témoignage d'un parcours de guérison personnel qui, à travers mon processus de création, s'appuie sur les paramètres expérimentés directement dans les *soundings*¹ du Théâtre LeTHAL (Le Theatre de l'Homme Actor's Laboratorium). Je présenterai les étapes du processus de vie d'une image archétypique à travers l'étude d'images archétypiques dans les contextes du training du *Theatre Apprentice program* ainsi que dans celui des *Ritual Actions – Eros & the Healing Process*. Je décrirai également l'ensemble du processus qui a mené à la présentation du projet *Auto-autopsie* le 30 avril 2009 au centre Alyne-Lebel².

Ma quête personnelle dans ce projet est de réussir à m'adapter à mes blessures survenues lors de deux accidents de voiture qui se sont produits à dix ans d'intervalle. Les médecins consultés ne m'apportaient d'autres solutions que la médication et l'immobilisation. Juste avant le deuxième accident, en 2004, j'étais en recours pour obtenir des traitements suite aux séquelles d'une fracture de la vertèbre L3 survenue dans un premier accident de voiture en 1994. Il m'avait alors fallu attendre deux ans avant d'avoir deux chirurgies-luxation à la colonne vertébrale lombaire (1996-1997). J'ai consigné un historique plus détaillé de l'injustice dans l'*Annexe E – Autopsie d'un déséquilibre*.

« Existe-t-il d'autres moyens de guérison que la médication pour soulager la douleur? » Ce qui sous-tend tout le présent projet est cette question posée à mon médecin de famille, en 2004, avant qu'il ne refuse de continuer à m'offrir un suivi médical. La situation dans laquelle je me suis alors encore retrouvée, soit blessée et

¹ Terme nautique utilisé par Ryszard Nieoczym pour désigner ses ateliers de théâtre. L'origine de l'utilisation de ce terme provient de l'expression de Jerzy Grotowski « "*sounding the depths*" of the performer's psycho-physical body. ». Dans Ryszard Nieoczym, Le Theatre de l'Homme Actor's Laboratorium/LeTHAL Inc., *Imaginal Theatre : Sounding the depths of Soul* [en ligne]. <https://imaginaltheatre.wordpress.com> (site consulté le 10 août 2018). Désormais, les renvois à ce site seront signalés par la mention RN suivie du titre de la section du site en question et de l'année de parution (2017).

² Le texte d'*Auto-autopsie* se trouve en annexe A de ce mémoire. Le fichier vidéo (34189_annexe.mp4) a été déposé séparément.

dans l'impossibilité d'accéder aux soins de santé et indemnités prévus en de telles circonstances, m'a contrainte à me tourner vers des moyens alternatifs pour me soigner. J'ai alors décidé de me prendre en charge dans une démarche totalisante et réunificatrice, car la logique du système de santé interférait avec mes mécanismes biologiques de guérison.

C'est alors que je rencontrai Ryszard Nieoczym dans le cours *Théâtre du corps et de l'environnement* (donné par Robert Faguy en 2004) et que se révéla à moi le potentiel de guérison du travail sur l'image archétypique. Dans une perspective transpersonnelle et transdisciplinaire, je dévoilerai dans ce mémoire les éléments qui ont joué un rôle déterminant dans mon processus de guérison.

0.1 Amorce et objectifs du processus de guérison

L'élément déclencheur de la recherche d'équilibre a été ma première expérience à l'intérieur d'un *sounding* donné par Ryszard Nieoczym. C'est grâce au texte *Les Bacchantes* d'Euripide et au rythme primal³ que j'ai découvert le potentiel de guérison de ce travail. Par les sensations provoquées par le mouvement, une symbiose se crée progressivement, des rythmes plus organiques émergent, et la sensation de plaisir remplace la douleur. J'ai évidemment cherché à trouver les sources de ce soulagement.

À la suite de ces découvertes, j'entrepris de prendre en charge ma santé hors du système, espérant vaincre la douleur chronique que je vivais depuis dix ans. C'est donc le cercle vicieux dans lequel je me trouvais depuis l'âge de treize ans qui sera le moteur de ma quête incessante à recouvrer la santé.

En dehors des objectifs pédagogiques, ce mémoire est l'acte rituel par lequel je fais un retour aux origines de ma souffrance afin de mettre mon passé douloureux derrière moi pour avancer sur un autre chemin. En effet, s'il ne m'est pas possible de changer le système, j'ai découvert que je peux par contre changer ma perception et ma façon de réagir à l'injustice pour ne pas en être la victime. Mais surtout, ce mémoire garde

³ Traduction libre du syntagme « *Primal rhythm* » utilisé par Nieoczym dans ses *soundings*.

les traces des moyens d'activer mes mécanismes de soulagement de la douleur. Je souhaite aussi témoigner afin que les personnes qui se retrouvent dans la même situation sachent qu'il est possible de prendre la décision de devenir agent actif de son propre processus de guérison.

C'est donc préoccupée par la reproductibilité de mon processus, que je souhaitais pouvoir intégrer à mon quotidien, et avec la volonté de le rendre accessible aux personnes qui pourraient se retrouver dans la même situation, que j'ai formulé la question de recherche finale suivante : quels sont les éléments, parmi ceux proposés dans la démarche de Ryszard Nieoczym, qui ont joué un rôle fondamental dans mon processus de guérison? L'objectif est donc de dresser un portrait des éléments qui ont participé à cette recherche d'équilibre à partir des expérimentations réalisées auprès du maître de théâtre Ryszard Nieoczym.

Dans une version antérieure de ce mémoire, j'écrivais : « Ma quête dans ce projet est de guérir⁴. » En effet, j'ai commencé ce processus avec une attente bien précise : être guérie de mes troubles musculo-squelettiques. Ce n'est pas ce qui s'est produit. En réalité, j'ai vécu de profondes transformations dont je mesure encore mal la portée et qui, en plus d'avoir transformé ma vision du monde, ont modifié les comportements qui entretiennent l'archétype de la victime en moi.

Dans ce contexte, il est clair que je ne me suis pas limitée aux contraintes du cadre académique dans ce projet, car il s'agissait en effet pour moi d'une quête holistique pour surmonter des épreuves douloureuses. J'étais donc nécessairement impliquée dans ce projet dans toutes les sphères de ma vie. En somme, je suis allée aussi loin que je le pouvais dans mon processus de guérison, mue par une volonté indestructible et en ce sens, mon sentiment d'accomplissement est d'une intensité chevaleresque. Toutefois, l'ampleur de l'entreprise et l'état de santé vacillant dans lequel je me trouvais apportèrent aussi un ensemble de contraintes supplémentaires, surtout en ce qui a trait à l'écriture du mémoire. En voici un résumé :

⁴ De 2010 à 2017, ce mémoire a fait l'objet de multiples réécritures. Cette citation se trouve dans la version de 2010.

- Un processus de guérison ne peut se circonscrire dans une durée prédéterminée;
- l'impossibilité d'accéder à des soins de santé a prolongé ma convalescence;
- l'impossibilité d'accéder à des bourses d'excellence m'a contrainte à adopter un rythme de vie travail-études à travers lequel il m'est impossible de maintenir mon équilibre;
- la posture stationnaire et l'écriture par ordinateur entraînent chez moi une perte d'autonomie;
- les douleurs chroniques et les symptômes s'intensifient dans un rythme de vie travail-études;
- il a fallu beaucoup de temps pour que je ne sois pas trop émotive pour écrire mon projet.

Dans ce projet, le processus de guérison est le paradigme en fonction duquel je fais mes choix. Le projet de création-recherche *Auto-autopsie* est un témoignage dont l'injustice est le matériau de création. Il a été développé dans les *soundings* du Théâtre LeTHAL. Mes recherches sur l'origine des éléments du training du Théâtre LeTHAL m'ont conduit aux théories sur les universels du mythe, du théâtre et du rituel. Ces éléments universels constituent les moyens par lesquels les images archétypiques et les actions rituelles sont créées. J'en ai donc cherché des traces dans chacun de ces trois grands thèmes que sont le théâtre, le mythe et le rituel.

0.2 Contexte de recherche

Le Théâtre LeTHAL est un descendant direct du courant du théâtre du corps et de l'environnement, dont Jerzy Grotowski fut la figure de proue dans les années 50, alors qu'il poursuivait l'œuvre du metteur en scène et acteur russe Constantin Stanislavski. Nieoczym, qui a été un proche collaborateur de Grotowski pendant plus de vingt ans, poursuit la « lignée organique au théâtre et dans le rituel »⁵ instaurée par Grotowski à travers le courant qu'il nomme « Theatre & the Underworld », un théâtre qui rétablit la connexion entre la civilisation moderne et les mythes associés au royaume d'Hadès et à la tragédie grecque.

⁵ Expression de Jerzy Grotowski pour décrire son approche. Un coffret comprend la séance inaugurale de Jerzy Grotowski au Collège de France ainsi que les cours et séminaires donnés par ce dernier pendant qu'il était titulaire de la chaire d'Anthropologie théâtrale. Jerzy Grotowski, [2 CD MP3]. *La lignée organique au théâtre et dans le rituel*, Le livre qui parle (Coll. Collège de France), Paris, 1997, 22 h.

Le « théâtre imaginal » du Théâtre LeTHAL — non pas en référence au courant du théâtre de l'image, mais plutôt relativement aux mécanismes cognitifs activés par l'acte de création — a pour objectif de rétablir la connexion entre la civilisation moderne et les mythes. Il s'agit d'un type de théâtre qui fait de la fantaisie un acte de cognition. Le principe unificateur de ce processus imaginal est l'image archétypique :

LeTHAL's artistic vision sees theatre as wilderness within civilization sounding and revealing the depths of the invisible realm of imagination: the *Underworld*. The theatre experience for the audience in the performance and for the performer during the research and rehearsals periods is an *immersion into the realm of the mythic*. We call our type of theatre *Imaginal* that is based on *poesies* of soul; that soul is primarily a poetic process of cognition and as such is closely linked to the theatrical process of creation⁶.

Tous les ateliers du théâtre LeTHAL auxquels j'ai participé sont appelés *soundings*. Toutefois, il y a deux grandes catégories qui font appel à deux types de savoirs :

- Le savoir de l'acteur (*Presence of the Actor, VoicePower* et le *Theatre Apprentice program*);
- Le savoir de l'actant (*Ritual Actions – Eros & The Healing Process*).

Dans les *Ritual Actions*, c'est une relation de maître doer à actant. La notion de doer est définie ainsi par Jerzy Grotowski : « [...] *a person using techniques drawn from theatre and elsewhere but for purposes that are trans-theatrical*⁷. ». Dans les *soundings Ritual Actions*, le maître doer intervient par exemple pour éliminer les blocages. Dans cette dynamique, Nieoczym utilise les paramètres (éléments universels) communs aux disciplines du théâtre et du rituel pour intervenir auprès des actants afin de les aider à atteindre leurs objectifs (lorsque connus) ou pour les aider à atteindre le niveau archétypique. Moins à l'étude dans le présent projet, la dynamique entre le directeur et l'acteur implique une relation de maître de la présence à apprenti menant au développement des aptitudes requises pour devenir acteur et performer sur scène devant public.

⁶ RN, « What is Imaginal Theatre? », *Artistic Vision*, 2017.

⁷ Richard Schechner, « Exodution : Shape-shifter. Shaman, trickster, artist, adept, director, leader, Grotowski », dans Richard Schechner et Lisa Wolford (dir.), *The Grotowski Sourcebook*, Londres, New York, Routledge, 1997, p. 472.

Dans les *soundings* du Théâtre LeTHAL, c'est mon parcours d'allers-retours entre training et application pratique en création-recherche qui me donne les assises et les bases du jeu de l'acteur pour élaborer mon projet de création. Le *sounding Theatre Apprenticeship program*, né en 1984 de la collaboration entre le Théâtre LeTHAL et le Théâtre Contre-courant de Québec, était un programme intensif de quatre à six semaines sur l'art de l'acteur. Le programme auquel j'ai participé tous les étés de 2006 à 2010 avait lieu en forêt, en Ontario⁸. J'ai également assisté aux *soundings* ponctuels *VoicePower* et *Presence of the Actor* lors des passages de Ryszard Nieocym à Québec ainsi qu'aux ateliers du Théâtre le Contre-courant, mais ces ateliers ne sont pas à l'étude dans le présent projet. Le programme de quatre à cinq jours des *Ritual Actions – Eros & the Healing Process*, que j'ai expérimenté trois fois par année de 2008 à 2010 en Grèce, est organisé depuis 2007 par le Centre de Théâtre et Thérapie ROES (Thessalonique), membre de la Greek Drama and Therapy Association. Les fondations du projet ont émergé d'une collaboration avec la dramathérapeute Ingrid Lutz en 1996 sous le titre *Ritual & Healing*. Depuis 2016, le *sounding* se nomme *Ceremonies of the Erotic Heart*.

Mon usage des images archétypiques et des actions rituelles entrelace tous les contextes dans un même objectif : provoquer l'activation de mes potentiels de guérison et tenter de les canaliser dans un projet de création. Deux pratiques se distinguent, dialoguent et se recoupent : le travail théâtral et le travail rituel. Au fur et à mesure que mon processus avance, c'est une toile d'araignée beaucoup plus grande que celle que j'avais préalablement délimitée qui se tisse.

0.3 Présentation du contenu du mémoire

Au chapitre 1, je présenterai les principaux théoriciens et praticiens qui ont influencé le Théâtre LeTHAL. Je présenterai, dans un premier temps, les principaux concepts et notions reliés à la théorie du théâtre par la pratique de Jerzy Grotowski et les écrits de Richard Schechner, tandis que ceux du domaine du rituel seront appuyés par les travaux de Victor Turner et Yves Lorelle. Dans un deuxième temps, je ferai un survol

⁸ Depuis 2015, ce programme, maintenant d'une durée de dix jours, a lieu en France à Las Teouleres. Il est organisé en collaboration avec le Centre International de Recherche et de Formation Théâtrale (CIRFT).

des concepts clés de la psychologie de Sigmund Freud, Carl Gustav Jung, James Hillman et Kazimierz Dabrowski, dont Ryszard Nieoczym s'est inspiré pour créer son approche.

Au chapitre 2, je propose de plonger dans l'univers du Théâtre LeTHAL en présentant sa vision et sa pratique, à travers les contextes de recherche du *Theatre Apprentice program* et des *Ritual Actions*. Je présenterai les principales notions des *soundings*, qui correspondent aux universels du mythe, du théâtre et du rituel.

Dès le chapitre 3, je ne présente plus le travail de M. Nieoczym : je présente la façon dont je me suis approprié ces notions et concepts pour devenir l'architecte de mon propre parcours. Ce chapitre sera l'occasion de décrire mon processus dans deux principaux contextes. Je décrirai d'abord le travail sur mon processus de création avec mon projet *Auto-autopsie*. Ensuite, je présenterai mon travail rituel avec l'enrichissement de l'image de la sirène par la figure archétypique d'Aphrodite.

J'analyserai les images archétypiques qui ont surgi de ma pratique au chapitre 4. Je proposerai, dans la phase de création-recherche, une analyse des images archétypiques à partir de la *constellation archétypique de la doer*, inspirée des travaux de James Hillman. Je présenterai ensuite la figure archétypique⁹ universelle de la sirène, qui a émergé dans le cadre des *Ritual Actions* à Platamonas, Grèce.

Finalement, un corpus d'annexes s'ajoute au mémoire. L'annexe A est celle du texte de mon projet de création *Auto-autopsie*, alors que les annexes B à E présentent des théories complémentaires et apportent des précisions. Mais surtout, ils sont importants ici, car on peut les voir comme plusieurs facettes d'un même prisme. C'est ce qui me permet de reconstituer en partie le tout que forme l'ensemble de mes expériences.

⁹ Dans ce mémoire, il sera question de figures archétypiques (Claude Lévi-Strauss) plutôt que de personnages. Contrairement au personnage qui se construit, dans ce contexte, la figure archétypique émerge et se vit.

0.4 Présentation des phases de recherche

J'ai regroupé mes données de recherche en phases qui fournissent des repères temporels permettant de délimiter le contexte. Toutefois, je n'ai pas choisi de présenter les événements en ordre chronologique dans le texte, car ils peuvent intervenir, à l'image de poupées russes, à l'intérieur de chacune de ces phases dont voici un aperçu :

Phase d'incubation

Aut. 2004 : Élément déclencheur de la recherche d'équilibre (rencontre de Ryszard Nieoczym dans le cours *Théâtre du corps et de l'environnement*)

2003-2007 : Baccalauréat en études théâtrales

2003-2007 : Écriture de ce qui deviendra *Auto-Autopsie*

Hiver 2007 : Inscription à la maîtrise en Littérature et arts de la scène et de l'écran

Avril 2008 : Dépôt du projet de maîtrise/Fin des activités académiques

Travail théâtral

2007-2009 : **Phase de training** (*soundings Theatre Apprentice program Presence of the Actor et VoicePower*)

2007-2009 : **Phase de création-recherche (création d'Auto-autopsie)**

Création des images dans le corps et l'espace (2007-2008)

Structuration de la création-témoignage *Auto-autopsie* (été 2008)

Travail rituel

2007-2009 : **Phase de retour aux sources rituelles**

Ritual Actions – Eros & the Healing Process (travail en groupe sur l'image archétypique et les actions rituelles)

*Open Etudes*¹⁰ en solo (travail avec miroir/figure archétypique d'Aphrodite)

30 avril 2009 : **Phase de témoignage rituel**

Présentation publique de la création-témoignage *Auto-autopsie*

¹⁰ Une *Open Etude* est une session de travail avec Nieoczym dont la durée est indéterminée et qui porte sur un sujet spécifique destiné à approfondir la pratique : « It is a process wherein an individual finds a personal path of exploration into the depths of one's hidden inner dimensions. » Ryszard Nieoczym, « Types of soundings », dans le document *Master*, archives personnelles non éditées, 1999. Comprend une série d'essais à paraître sous le titre *Theatre & the Underworld*. Désormais, les renvois à ce texte seront signalés par la mention RN, suivie du titre de la section en question, de la mention du titre du document (*Master*) et de l'année d'écriture du document.

1. Les théoriciens qui ont influencé le Théâtre LeTHAL

Ryszard Nieoczym est le fondateur (1972) et le codirecteur artistique, avec Dawn Obokota, du Théâtre de recherche et performance LeTHAL (Le Theatre de l'Homme Actor's Laboratorium, Toronto, Canada). Né dans un camp de concentration en Allemagne en 1946, il a ensuite grandi en Ontario où il étudia en philosophie et études religieuses à l'Université McMaster (Hamilton). En 1971, lors d'un voyage de neuf mois en Pologne, il devient proche collaborateur de Grotowski. Ce sera le début d'une collaboration de plus de vingt ans féconde de multiples projets. Les deux principaux axes de recherche du travail de LeTHAL sont la recherche théâtrale sur l'art de l'acteur (*the Craft and Art of the Performer*) ainsi que son usage transthéâtral (*Communal Soundings* ou *The Personal Path*). Dans sa carrière, Nieoczym a dirigé plus de cinquante productions et écrit plus de quarante textes dramatiques. Le réseau international du Théâtre LeTHAL fonctionne comme une véritable toile d'araignée : des acteurs de plusieurs nationalités travaillent simultanément sur des projets de spectacles; des intervenants de plusieurs disciplines travaillent également simultanément sur des projets de recherche aux quatre coins du monde.

Actuellement, Nieoczym travaille sur un spectacle multilingue et multiculturel dont il est l'auteur : *Love & War Inc.*, en collaboration avec la compagnie Achtli (Bruxelles), et *This Famous Tiny Circus* (Athènes). Il conduit toujours des projets de recherche dans les disciplines du théâtre et du rituel. Le Théâtre LeTHAL collabore depuis 1984 avec le Théâtre de recherche le Contre-courant de Québec (Jane O'Reilly et Nicole Champagne). La plupart des *soundings* ont émergé de cette collaboration, avec le projet *Soulscapes, The search for Primal Images* (1989). Bien que j'aie également participé à leurs ateliers pendant plusieurs années, il n'en sera pas question dans ce mémoire.

1.1 Le Théâtre LeTHAL dans le courant du théâtre du corps et de l'environnement

La démarche de Ryszard Nieoczym, directeur artistique du Théâtre LeTHAL,

s'inscrit dans la mouvance d'une tradition de maîtres de l'art de l'acteur dont la lignée s'est instaurée autour du concept de training au début du XX^e siècle par le directeur du Théâtre d'Art de Moscou (1898), Constantin Stanislavski (1863-1938). Développé principalement dans les années 50, le courant du théâtre du corps et de l'environnement a été méticuleusement documenté par Richard Schechner (1934-), directeur du Performance Group (1967-1975) et théoricien des arts performatifs. Les artistes de ce courant estiment que le corps entretient une étroite relation d'influence avec l'espace dans lequel il évolue. Schechner décrit cette relation ainsi en parlant de *conscience viscérale de l'espace* : « It is a communication from within the spaces of the body to within the spaces of the place one is. You become aware of the body as a system of volumes, areas, and rhythms; as a coordinated collection of chambers, channels, solids, fluids, and gases¹¹ [...] ».

Selon Schechner, la notion qui est au centre des préoccupations de ce courant théâtral est le processus, qu'il définit ainsi : « Process — a term used often in environmental theater — means “getting there” rather than “getting there”, emphasis on the doing, not the done¹². » Dans une perspective plus large que le théâtre, Jerzy Grotowski, dans *The Grotowski Sourcebook*, parle plutôt de destinée : « The process is something like the destiny of each one, his own destiny, which develops inside time (or which just unfolds — and that is all)¹³. »

François Delsarte (1811-1871) était un pédagogue et théoricien du chant, de la danse et du théâtre. Précurseur du courant organique, il développe et enseigne les lois organiques du mouvement et de la parole. Jerzy Grotowski (1933-1999), qui reprend les travaux de Stanislavski sur les actions physiques et l'impulsion en y ajoutant la notion d'organicité, participe à une véritable révolution des conventions théâtrales à travers le courant du théâtre du corps et de l'environnement, dans la deuxième moitié du XX^e siècle. Il fonde le Teatr Laboratorium (Théâtre Laboratoire) à Opole en 1959 avec le théâtrologue et metteur en scène polonais Ludwik Flaszen. Avec son

¹¹ Richard Schechner, *Environmental Theater*, New York, Hawthorn, 1973, p. 18.

¹² *Ibid.*, p. 131.

¹³ Jerzy Grotowski, « Performer », dans *The Grotowski Sourcebook*, *op. cit.*, p. 375.

« théâtre pauvre¹⁴ », il recentre la pratique sur le corps et les principes fondamentaux de l'interaction acteurs/spectateurs, interaction dont l'acteur polonais Ryszard Cieslak deviendra l'emblème. La représentation devient un espace rituel de communion ou « secular sacrum », espace où, devant des témoins, l'acteur-saint entre en connexion avec le mythe pour en révéler l'archétype. Nieoczym poursuit la lignée organique au théâtre et dans le rituel avec le courant qu'il nomme Theatre & the Underworld.

Conséquemment, pour LeTHAL, le théâtre est un processus (et non une technique) d'immersion dans le mythe dont la vocation est de révéler les réalités fondamentales de l'underworld, un concept inspiré du fondateur de la psychologie archétypique, James Hillman. Pour Nieoczym, l'espace du théâtre est un « espace sauvage¹⁵ » et le contexte des *soundings* baigne dans le royaume du mythe : « *SOUNDINGS* is a nautical term used analogously to indicate how we measure the depths within our work/play process. By **depth** we mean the realm of images and fantasy which is the provenance of imagination. In ancient Greece, mythically speaking, it was called Hades or the **underworld**¹⁶. » Pour Nieoczym, l'underworld est un domaine caché sous la surface de la réalité ordinaire. Ainsi, le royaume d'Hadès est pour lui encodé à même nos structures psychiques et c'est le devoir de l'acteur d'activer ces potentiels pour les rendre visibles. Cet espace sauvage est aussi celui de l'âme, qui correspond dans son travail à la psyché en tant que processus actif : « *Soul* is an active function and not a passive substance; soul creates images as fantasies, an independent and autonomous function of what the ancients called *psyche*¹⁷ [...] ».

1.2 Les origines du training dans le théâtre occidental

Selon Richard Schechner, la notion de training réfère pour l'acteur à « [t]he phase of the performance process where specific skills are learned and practiced¹⁸ ». Selon Yves Lorelle, professeur et historien des arts de la scène, Edward Gordon Craig (1872-1966) aurait été le premier à écrire sur le training de l'acteur dans la revue

¹⁴ Jerzy Grotowski publie initialement le livre *Vers un théâtre pauvre (Towards a Poor Theatre)* en anglais à New York, en 1968.

¹⁵ Traduction libre de « wilderness » (A.C.).

¹⁶ RN, « What is Imaginal Theatre? », *Theatre & The Underworld*, 2017.

¹⁷ RN, « What is Imaginal Theatre? », *Rumination #1 : Wild Spot / Wildflecken*, 2017.

¹⁸ Richard Schechner, *Performance Studies*, op. cit., p. 194.

The Mask (revue rédigée en grande partie par Craig) : « C'est dans cette revue qu'est apparu, probablement pour la première fois, le mot *training* appliqué à la formation du comédien (n° 3, 1914)¹⁹. » Metteur en scène et théoricien d'origine italienne, Eugenio Barba (1936-) fonde l'ISTA (International School of Theatre Anthropology) en 1979. Il contribue à documenter, dans le Dictionnaire *Anatomie de l'acteur : un dictionnaire d'anthropologie théâtrale* (1985), la notion de training de l'acteur, ainsi que le travail de Grotowski.

Constantin Stanislavski développe son idéologie du training au début du XX^e siècle. Il se concentrait sur la vie intérieure de l'acteur, ainsi que son intégration dans un contexte social précis. Il développe son training de l'acteur à partir de la ligne des actions physiques dès 1906. Selon Grotowski, « [i]l allait vers la découverte des impulsions comme quelque chose qui précède les actions²⁰. ».

Vsevolod Meyerhold (1874-1940), apprenti de Stanislavski, poursuit la recherche de son côté en renversant la proposition de Stanislavski. Il introduit la biomécanique au théâtre, décrite ainsi par Eugenio Barba : « *bios* = vie, mécanique = la partie de la physique qui étudie le mouvement²¹. ». Meyerhold s'appuie alors sur la théorie des réflexes (Ribot/James), suggérant que la sensation kinesthésique précède l'émotion. Selon Yves Lorelle, « [l]es recherches de Pavlov, sur le réflexe conditionné, élargies, sont étendues et rendues applicables à la création théâtrale par Vladimir Bekhterev²² ». La biomécanique de Meyerhold participait d'une aspiration à des bases plus scientifiques du travail de l'acteur. À travers la biomécanique, Meyerhold propose un retour aux sources cognitives à l'origine des processus déclenchés dans le corps de l'acteur.

Avec Jerzy Grotowski et le Teatr Laboratorium, le training devient individualisé, et chaque acteur est responsable de veiller à choisir les exercices adéquats. Grotowski

¹⁹ Yves Lorelle, *Le corps, les rites et la scène : des origines au XX^e siècle*, Paris, L'Amandier, 2003, p. 232.

²⁰ Jerzy Grotowski, *La lignée organique au théâtre et dans le rituel*, op. cit.

²¹ Eugenio Barba, « Effet d'organicité », dans Eugenio Barba et Nicolas Savarese (dir.), *L'énergie qui danse : un dictionnaire d'anthropologie théâtrale*, traduit par Eliane Deschamps-Pria, Montpellier, l'Entretiens (Coll. Les voies de l'acteur), 2008, p. 176.

²² Yves Lorelle, *Le corps, les rites et la scène*, op. cit., p. 247.

redéfinit le théâtre à partir du concept d'actions physiques et d'impulsion qu'il a dégagé des travaux de Stanislavski sur le processus créateur de l'incarnation de l'acteur. Grotowski développe dans son *Teatr Laboratorium* l'approche de la lignée organique au théâtre et dans le rituel et introduit de multiples éléments des pratiques orientales dans le training de l'acteur.

Aujourd'hui, la notion de training, selon Patrick Pezin, est plus personnelle à chaque acteur et comporte deux principaux aspects : « [...] l'ouverture des uns aux autres et la relation authentique à soi-même, c'est-à-dire libérée de toute préoccupation des spectateurs²³. ».

1.2.1 Conditionnement et déconditionnement

La notion de conditionnement/déconditionnement est fondamentale en ce qui a trait au training dans les *soundings* de Ryszard Nieoczym. Le dictionnaire en ligne de la revue *Psychologies* décrit la notion de conditionnement (Pavlov) ainsi : « Processus qui fait qu'un être vivant confronté régulièrement à la même stimulation, ayant les mêmes effets physiques et/ou psychiques, finira par produire ces effets physiques et/ou psychiques au simple signal de la stimulation. Il suffit même de l'annonce de l'événement pour que la personne entre instantanément dans l'état psychocorporel en question²⁴. »

Vers 1899, le scénographe suisse Adolphe Appia (1862-1928) introduit au théâtre la notion de dépersonnalisation, étape par laquelle l'acteur doit passer avant de revêtir la peau d'un personnage. En effet, il affirme, concernant l'acteur, qu'il devra : « [...] se dépouiller de l'enveloppe accidentelle de sa personnalité et devenir l'instrument consacré d'une expression commune à tout être humain. »²⁵. C'est le point de départ de l'introduction de la notion de déconditionnement au théâtre.

²³ Patrick Pézin, *Le livre des exercices à l'usage des acteurs/suivi de Une amulette fait de mémoire : la signification des exercices dans la dramaturgie de l'acteur*, Saussan, l'Entretiens, 2002, p. 21.

²⁴ « Conditionnement », dans Dico Psycho, dictionnaire de la revue *Psychologies* [en ligne]. <http://www.psychologies.com/Dico-Psycho/Conditionnement> (site consulté le 17 avril 2017).

²⁵ Adolphe Appia, « La musique et la mise en scène », dans *Œuvres complètes : tome II 1895-1905*, édition élaborée et commentée par Marie-L. Bablet-Hahn, Lausanne, L'Âge d'Homme/Société Suisse du Théâtre, 1986, p. 69.

Les praticiens des arts de la scène du XX^e siècle ont été fascinés par cette possibilité, pour l'acteur, de retourner, par le déconditionnement, à la base universelle d'avant les habitudes acquises. Eugenio Barba nomme pré-expressivité, dans son Dictionnaire *L'énergie qui danse*, ce fond commun humain d'avant la parole. Sa thèse principale est la suivante : « L'anthropologie théâtrale pose comme postulat que le niveau pré-expressif se trouve à l'origine des différentes techniques de jeu et que, indépendamment de la culture traditionnelle, il existe une "biologie scénique" transculturelle²⁶. » Je reviendrai plus en détail sur la notion de conditionnement/déconditionnement dans la section *La dimension rituelle*.

1.2.2 Organicité

L'organicité est un terme introduit en pédagogie des arts par John Dewey, ensuite introduit aux arts de la scène par François Delsarte, puis intégré au théâtre au début du XX^e par Stanislavski. Grotowski va développer cette notion dans une large mesure dans sa pratique. Selon Grotowski, la notion d'organicité signifie : « [...] quelque chose comme le potentiel dans un corps humain d'un courant quasi biologique d'impulsions qui vient de l'"intérieur" et qui va vers l'accomplissement d'une action précise²⁷. ».

1.2.2.1 Impulsion organique

Dans *La naissance de la tragédie*, Nietzsche affirme que la tragédie attique en Grèce est née des « pulsions artistiques de la nature », qui poussent l'artiste à faire émerger les « archétypes » à la fois du rêve prophétique (Apollon) et de l'ivresse (Dionysos)²⁸. Les théoriciens et praticiens qui introduisent la notion d'impulsion dans les arts de la scène ont possiblement été influencés par les théories de Nietzsche.

C'est Stanislavski qui introduit la notion d'impulsion créative au théâtre. L'acteur devait construire le personnage en se basant sur les impulsions, desquelles émergeaient naturellement les actions, si les intentions du personnage étaient claires

²⁶ Eugenio Barba, « Pré-expressivité », dans *L'énergie qui danse*, op. cit., p. 198.

²⁷ Thomas Richards, *Travailler avec Grotowski sur les actions physiques*, traduit par Michel A. Moos, Paris, Académie expérimentale des théâtres/Actes Sud (Coll. Arles), p. 104.

²⁸ Friedrich Nietzsche, *La naissance de la tragédie*, traduit et présenté par Céline Denat, Paris, Flammarion, 2015, 405 p.

et précises au niveau psychologique. Pour ce faire, il utilisait les questions de l'approche de la Gestalt thérapie²⁹.

En théâtre du corps, la notion d'impulsion organique provient de Grotowski. Ce dernier redéfinit le théâtre selon ses bases organiques, affirmant dans *Vers un théâtre pauvre* que « [l]e théâtre est un acte engendré par des réactions et des impulsions humaines, par des contacts entre personnes³⁰ ». Pour Grotowski, chaque action doit être motivée par une impulsion. Par ailleurs, Grotowski situe l'impulsion organique à « l'intersection entre spontanéité et exécution précise³¹ ».

Devant les imprécisions des praticiens et théoriciens des arts de la scène, je retiendrai la définition d'impulsion en tant que « signal bioélectrique ». L'explication du phénomène de « Neurotransmission » (ou transmission synaptique), précise l'action de ce signal bioélectrique : « Un signal bioélectrique appelé potentiel d'action est activé à la synapse et transmis le long des axones jusqu'à leurs terminaisons. [...] L'action combinée de ces deux mécanismes de signalisation — le potentiel d'action et les signaux synaptiques — est à la base de toutes les fonctions de traitement de l'information dans le cerveau³². »

1.2.2.2 Rythme organique

Le rythme est une des clés du processus de l'acteur. Stanislavski parlait de tempo-rythme des actions et du texte, alors que la biomécanique de Meyerhold était fondée sur la rythmique. Dans le dictionnaire *L'énergie qui danse*, Eugenio Barba définit ainsi le rythme : « À l'origine nous trouvons le mot grec *rhythmos* dont la racine *réos* signifie “flux courant”, de *rêin* “couler”. Rythme signifie littéralement “manière

²⁹ La Gestalt thérapie (Fritz Perls, 1951) est une thérapie holistique du courant humaniste à travers laquelle les Gestalt praticiens s'intéressent à la forme que prennent les structures psychiques préexistantes au contact de l'environnement. Les patients y apprennent à avoir une plus grande conscience globale d'eux-mêmes (A.C.).

³⁰ Jerzy Grotowski, *Vers un théâtre pauvre*, traduit par Claude B. Levenson, Lausanne, La cité/L'Âge d'Homme (Coll. Théâtre vivant), 1971, p. 56.

³¹ Luca Aprea, « La scène pédagogique du sensible et l'émergence créatrice », mémoire de maîtrise en psychopédagogie perceptive, Lisbonne, Université Moderne de Lisbonne, 2007, p. 36.

³² The brain explorer. [En ligne] fr.brainexplorer.org/...control/Neurological_Neurotransmission.shtml (site consulté le 19 juin 2016).

particulière de s'écouler"³³. » Au théâtre, on peut parler également de rythme organique.

Selon Grotowski, le rythme est un pont vers un autre état. Les chercheurs de l'ISTA, sous la direction du physiologiste Peter Elsass, ont identifié que le phénomène du second souffle qui survient une fois dépassé le stade de fatigue extrême comme étant relié au déclenchement de la circulation d'endorphine dans le corps³⁴. Je crois que c'est également ce qui se produit lors d'états extatiques, et c'est pourquoi la notion de dépassement de ses propres limites joue un rôle majeur dans le processus des *soundings* de Ryszard Nieoczym.

1.2.3 Action et non-action

Grotowski nommait « *via negativa* » le processus d'élimination qui permet de retrouver les bases organiques du jeu. Dans *The Grotowski Sourcebook*, Jenna Kumiega établit un parallèle entre le concept de *via negativa* appliqué au théâtre et le principe taoïste *wu wei* : « Non-action does not mean doing nothing and keeping silent. Let everything be allowed to do what it naturally does, so that its nature will be satisfied³⁵. » C'est la voie négative du training, celle qui mène à l'organicité.

1.3 La dimension rituelle

Dans cette section, je parlerai de la dimension rituelle à travers les travaux de quatre théoriciens des pratiques rituelles, soit Richard Schechner, Victor Turner, Alice Beck Kehoe et Yves Lorelle. Schechner et Turner répertorient une foule de types de rituels. Parmi ceux-ci, les rites de passage, les rituels chamaniques, les rituels de transe à possession, le sacrifice en l'honneur des dieux, les rituels mimésiques, l'ethnodrame, le sociodrame, les rituels séculaires, etc. Dans *Performance Studies*

³³ Eugenio Barba, « Cheval d'argent », dans *L'énergie qui danse*, op.cit., p. 223.

³⁴ Ugo Volli explique le phénomène du second souffle ainsi : « [...] ces phénomènes sont dus à la présence dans le cerveau, à ce moment-là, des endorphines, substances dont la structure chimique est semblable à celle de la morphine et qui ont un rôle important dans l'échange chimique de messages au niveau de la synapse ». Ugo Volli, « Techniques du corps », dans Eugenio Barba et Nicolas Savarese, *Anatomie de l'acteur : un dictionnaire d'anthropologie théâtrale*, Cazilhac, Bouffonneries-Contrastes, 1985, p. 120.

³⁵ Jenna Kumiega, « Laboratory Theatre/Grotowski/The Mountain Project », citant Needham, (1956 :68-9), dans *The Grotowski Sourcebook*, op. cit., p. 237.

Richard Schechner définit la notion de rituel ainsi : « [...] rituals are “strips of behaviors” that develop on their own regardless of their “origins” or original functions³⁶. ».

1.3.1 Le sociodrame, le drame social et l’ethnodrame

Le sociodrame est une forme dramatique développée par Jacob Levy Moreno. Ce dernier a également fortement influencé le domaine de la thérapie par le théâtre, notamment avec le psychodrame. Avec l’approche quantitative de la sociométrie, il utilisait les jeux de rôles pour produire des changements concrets de perspective sur une situation donnée dans la réalité. Pour R. F. Marineau, auteur de la biographie *Jacob Levy Moreno 1889-1974* (1989), le sociodrame se distingue du psychodrame, le centre de l’attention étant dirigé sur les valeurs d’un groupe social donné pour le premier, le second dirigeant plutôt l’attention sur l’individu. Marineau l’explique ainsi : « sociodrama : a deep action method dealing with intergroup relations and collective ideologies [...] contrary to psychodrama, where the focus is on individual growth in and by the group, in sociodrama the real subject is the group’s values and prejudices³⁷. ». Il s’agit d’une méthode à travers laquelle les protagonistes reconstituent des situations sociales vécues pour trouver des façons de résoudre les conflits³⁸.

Le syntagme drame social est une expression du fondateur de la discipline de l’anthropologie de l’expérience, Victor Turner (1920-1983). Il définit le concept ainsi : « [...] social dramas are units of aharmonic process, arising in conflict situations³⁹. ». Turner se dote d’une méthode d’analyse de leur structure en quatre étapes : « breach, crisis, redress, and either reintegration or recognition of schism⁴⁰ ».

³⁶ Richard Schechner, *Performance Studies*, op. cit., p. 55.

³⁷ Marineau cité par Daniel Feldhendler, « Augusto Boal and Jacob L. Moreno », dans Mady Schutzman et Jan Cohen-Cruz (dir), *Playing Boal : Theatre, Therapy, Activism*, Londres, New York, Routledge, 1994, p. 100.

³⁸ Le lecteur qui voudrait en savoir plus sur les pratiques des arts de la scène en lien avec la thérapie peut se référer à l’Annexe D – *Thérapie et pratiques des arts de la scène*.

³⁹ Victor Turner cité par Richard Schechner, dans *Performance Studies*, op. cit., p. 66. (Tiré de Victor Turner, *Dramas, Fields and Metaphors*, 1974, pp. 37-41).

⁴⁰ Victor Turner, *From Ritual to Theatre : The Human Seriousness of Play*, New-York, Performing Arts Journal Publications, 1982, p. 69.

1.3.1.1 *Les rituels de transe à possession*

L'ethnodrame est un terme employé par l'ethnopsychiatre Louis Mars (1906-2000) pour classer les rituels de transe à possession de certaines tribus. Selon Yves Lorelle, l'ethnodrame constituait une véritable manne pour le champ d'études sociologiques : « [...] il donnait à comparer des *actes rituels* de diverses cultures dans lesquels les mythes étaient rendus "vivants" au moyen d'un corps structuré par le social⁴¹. ».

Les rituels de transe à possession sont à l'origine de plusieurs formes de théâtre. Selon Yves Lorelle, la transe est une « [...] technique du corps appropriée au cadre panthéiste ou animiste [...] reconnaissable par un changement rythmo-moteur dans le comportement⁴² ». Richard Schechner affirme de son côté que, après de longues heures incluant rythmique, musique, chant, danse et actions répétitives, les actants deviennent autres, comme transportés dans un état qui les possède : « While in trance, performers are "being played with" rather than playing⁴³. »

L'identification à un dieu semble être une caractéristique commune à tous les rituels sacrés. Yves Lorelle, dans *Le corps, les rites et la scène : des origines au XX^e siècle*, énumère certaines fonctions de la possession, citant le sociologue et anthropologue français Roger Bastide (*Le rêve, la transe et la folie*, 1972). Parmi celles-ci : « L'incarnation des dieux en vue d'une harmonie du cosmos et de la société ». Il nomme aussi « La prophétie », « La guérison », « La revanche », « La récupération des valeurs », « La manipulation » et « La catharsis »⁴⁴.

Toujours selon Lorelle, la catharsis est une fonction commune aux pratiques rituelles et thérapeutiques : « Dans les sociétés américaines, [c'est] une fonction de catharsis qui a fait rapprocher les cultes de possession des psychodrames (R. Ribeiro), des sociodrames (R. Bastide) ou qui les a fait appeler des ethnodrames (Louis Mars)⁴⁵. » L'Annexe C – *La catharsis de Platon à Boal*, dresse un portrait exhaustif du concept de catharsis.

⁴¹ Yves Lorelle, *Le corps, les rites et la scène*, op. cit., p. 38.

⁴² *Ibid.*, p. 63.

⁴³ Richard Schechner, dans *Performance Studies*, op. cit., p. 94.

⁴⁴ Yves Lorelle, *Le corps, les rites et la scène*, op. cit., p. 72-73.

⁴⁵ *Ibid.*, p. 73.

1.3.1.2 *Les rituels chamaniques*

Selon Richard Schechner, la pratique du chamanisme date de plus de 30-40 000 ans. Jochelson, cité par Alice Beck Kehoe dans *Shamans and Religions*, définit l'étymologie du terme chaman ainsi : « [...] *saman* in Tungus incorporates the root word *sa*, "to know", hence an especially knowledgeable person⁴⁶. ». Selon Kehoe, l'anthropologue Franz Boas, un des seuls de son époque à réellement étudier la culture inuite sans se fier aux préjugés réducteurs, mena une étude à Baffin (1883-1884), dans le nord du Canada. Pendant son étude, Boas est resté fasciné par les capacités psychomotrices des Inuits. Margaret Thompson Drewal, spécialiste du training dans les rituels au Nigeria, dans *Performance Studies*, abonde dans le même sens : « Acquiring techniques for producing ritual action is mostly a rote exercise demanding sustained effort and concentration⁴⁷. »

En effet, contrairement à la croyance populaire qui suggère parfois que, dans ses rituels, le chaman soit déconnecté des stimuli du monde réel, la pratique de la transe correspondrait plutôt à une aptitude cognitive, selon Kehoe : « "Transe" and "hypnosis" are colloquial words for which "intense mental concentration" seems a more accurate term⁴⁸. » Comme la figure archétypique de la femme-chamane est centrale dans le conflit interne de mon projet de création, j'y reviendrai aux chapitres 3 et 4.

1.3.2 **Conditionnement et déconditionnement dans les techniques du corps**

Le sociologue Marcel Mauss (1872-1950) donne le point de départ des recherches sur le conditionnement dans sa discipline avec son concept de « techniques du corps » (1934). Il définit ces dernières comme suit : « [...] les façons dont les hommes, société par société, d'une façon traditionnelle, savent se servir de leur corps⁴⁹. ». Il

⁴⁶ Alice Beck Kehoe, *Shamans and Religion : An Anthropological Exploration in Critical Thinking*, Milwaukee, Waveland Press Inc., Université du Wisconsin, 2000, p. 8.

⁴⁷ Margaret Thompson Drewal à propos du training rituel des Yorubas du Nigeria, dans *Performance Studies*, *op. cit.*, p. 197.

⁴⁸ Alice Beck Kehoe, *Shamans and Religion*, *op. cit.*, p. 3.

⁴⁹ Communication initialement présentée à la Société de Psychologie le 17 mai 1934. Marcel Mauss, « Sociologie et anthropologie : Les techniques du corps », dans Bibliothèque numérique *Les classiques des sciences sociales*, Jean-Marie Tremblay (dir.), Université du Québec à Chicoutimi, p.5 [article pdf en ligne]. http://classiques.uqac.ca/classiques/mauss_marcel/socio_et_anthropo/6_Techniques_corps/techniques_corps.pdf (site consulté le 8 septembre 2010).

démontre, par l'approche sociologique, que des pratiques corporelles d'apparence naturelles (marcher, manger, s'habiller) sont en fait le fruit de constructions sociales. Selon lui, les techniques du corps sont la première différenciation culturelle. Lorsque les mécanismes de conditionnement sont désactivés, ce qui apparaît, selon mythologue roumain Mircea Eliade (1907-1986), est ce qui est commun à chaque être humain. Ce dernier classe, dans les années 60, les moyens susceptibles de parvenir à ce fond humain pré-expressif sous l'appellation « techniques de déconditionnement ».

1.3.3 Mythe et archétypes dans la théorie du rituel

Selon Yves Lorelle, les rituels participent à un revécu mythique : « La mémoire orale-gestuelle de certains peuples a préservé — en dépit de la répression culturelle — les rituels de transe et de possession dont la propriété principale est de rendre un mythe vivant⁵⁰. » Dans une perspective plus large, pour Monique Borie, qui aborde la question du mythe avec une approche herméneutique dans *Mythe et théâtre aujourd'hui : une quête impossible?*, le mythe donne accès à la dimension du sacré : « Dès lors, le mythe devient avant tout langage de symboles où se projettent les aspirations de l'homme : aspirations à l'inconditionné, à l'absolu, à la totalité, à l'éternité. Il est fondamentalement ouverture au sacré, accès à la Réalité et à l'Être, et son utilisation prend un sens de salut pour une humanité qui a besoin d'archétypes⁵¹. »

1.3.4 Les actions rituelles

L'utilisation de la danse, du chant, du chœur et l'incarnation de figures archétypiques divines sont des points communs aux *Ritual Actions* et à la théorie du rituel. Dans *La naissance de la tragédie*, Friedrich Nietzsche affirme que la danse et le chant reliaient l'homme aux forces surnaturelles : « Par le chant et la danse, l'homme manifeste son appartenance à une communauté supérieure⁵². » Yves Lorelle estime quant à lui que le chant et la danse étaient nécessaires à la mimésis des dieux : « elle [la mimésis des dieux] passait par le corps-chantant-dansant de l'adepte saisi d'une transe à

⁵⁰ Yves Lorelle, *Le corps, les rites et la scène*, op. cit., p. 59.

⁵¹ Monique Borie, *Mythe et théâtre aujourd'hui, une quête impossible? : Beckett, Genet, Grotowski, Le Living Theatre*, Paris, A.-G, Nizet (Coll. Publications de la Sorbonne), série Littérature n° 15, 1981, p. 13.

⁵² Friedrich Nietzsche, *La naissance de la tragédie*, op. cit., p. 44.

possession⁵³. ». Finalement, Dionysos, selon Jan Kott, est connu depuis l'origine de ce mythe comme « un dieu qui pénètre dans le corps par la danse⁵⁴ ».

Les rituels mimésiques se rapprochent également du théâtre et des cultes de possession. Les Grecs incorporaient la mimésis du mythe de Dionysos dans les célébrations bachiques avant même la naissance de la tragédie. Ce langage du corps avait par ailleurs un puissant effet sur les communautés, comme l'explique Yves Lorelle : « Par les rituels mimésiques, les sociétés humaines ont créé *avec leur corps* des images reliant le visible et l'invisible [...] Pouvoir réel ou croyance, ces images furent aptes à atteindre des forces obscures, à calmer les peurs, à procurer de meilleurs états d'être aux membres de ces sociétés⁵⁵. »

1.3.5 États extatiques et transe

Un des principaux théoriciens du rituel dont Ryszard Nieoczym s'est inspiré est Mircea Eliade. Les états extatiques font partie de ce qu'Eliade nomme : « techniques archaïques de l'extase ». Marcel Mauss classifie ces états sous l'appellation : « processus d'incarnation ». Toutefois, dans la pratique de Ryszard Nieoczym, il n'est pas question de transe, car ce n'est pas un schéma comportemental communicatif au même titre que les états extatiques. Le schéma comportemental de certaines pratiques de la transe est répertorié dans *Performance Studies*. La plupart du temps, à un certain stade les mouvements deviennent rythmiques et répétitifs.

D'autres descriptions des états de transe suggèrent que celle-ci débute par des tremblements excessifs et on remarque de plus, dans *Les Maîtres fous* (Jean Rouch, 1955), que les yeux des protagonistes roulent vers l'intérieur (concentrique). Par opposition, les états extatiques dans la pratique de Nieoczym propulsent le corps dans un élan à travers duquel le centre de l'attention est dirigé vers l'extérieur (excentrique).

⁵³ Yves Lorelle, *Le corps, les rites et la scène, op. cit.*, p. 41.

⁵⁴ Jan Kott, « La chair des dieux ou les Bacchantes », dans *Manger les dieux : essais sur la tragédie grecque et la modernité*, Paris, Payot, 1989, p. 166.

⁵⁵ Yves Lorelle, *Le corps, les rites et la scène, op. cit.*, p. 42.

1.4 Théâtre et rituel : regards croisés sur les pratiques

Le regard du fonctionnaliste Victor Turner et celui de Richard Schechner sur la pratique théâtrale et rituelle éclairent certaines de mes expériences dans les *Ritual Actions*. Avec son approche de l'anthropologie de l'expérience, Turner explique les bases de la création d'actions rituelles. Tout comme Eugenio Barba pour le jeu de l'acteur, Turner s'intéresse aux universels du mythe, du théâtre et du rituel.

Le parathéâtre de Grotowski est l'une des influences majeures de Ryszard Nieoczym. De 1970 à 1975, les groupes parathéâtraux du *Mountain Project* de Jerzy Grotowski sont passés d'une douzaine de personnes à des milliers, en passant par la Pologne, les États-Unis, la France, l'Italie et l'Australie. L'idée maîtresse du parathéâtre était de retrouver cet espace de jeu qui permet la rencontre authentique entre êtres humains en symbiose avec la nature. Alors que du théâtre pauvre émergeaient des représentations, avec le parathéâtre, Grotowski isolait des groupes de personnes de la civilisation, jusqu'à complètement évacuer le concept de performance de sa pratique. Dans cette dynamique, le concept de performance est évacué tout comme dans les *Ritual Actions*.

Schechner suggère, dans *Performance Studies*, que le travail parathéâtral de Grotowski rejoint les aspirations de Turner : « Like Grotowski, Turner sought an “objective” basis for ritual — not in survivals of ancient performances but in brain structure and function. Turner dreamed of a “global population of brains”, an organic network that included not only human beings but the whole planet⁵⁶. » Cette vision correspond à celle de Ryszard Nieoczym, qui insiste également sur la faculté de tisser des liens, qu'il nomme « spider web ».

À l'échelle d'un petit groupe, ce concept correspond à la « *communitas* ». Turner appelle la libération des contraintes sociales à travers les rituels « anti-structure ». C'est dans cet espace que naît la « *communitas* ». Il s'agit des liens que tissent ensemble les membres d'un rituel à l'intérieur de leur communauté rituelle, hors de

⁵⁶ Richard Schechner, *Performance Studies*, op. cit., p. 245.

l'espace des conventions sociales. Le rituel est ce lieu psychique des transgressions de la moralité. L'actant des *Ritual Actions* évolue dans ce contexte.

Deux composantes majeures différencient la façon dont le rituel est abordé dans les *Ritual Actions* par rapport aux théories de Victor Turner et de Richard Schechner. Tout d'abord, les rituels ne sont ni des reconstitutions de rituels anciens ni des cérémonies planifiées. Ensuite, la notion de performativité est complètement évacuée dans la pratique de Ryszard Nieoczym.

1.5 Les universels du mythe, du théâtre et du rituel

Richard Schechner et Victor Turner s'intéressent particulièrement aux principes universels qui relient le théâtre, le mythe et le rituel. Eugenio Barba a également largement documenté les universels dès 1985 dans le dictionnaire *Anatomie de l'acteur : un dictionnaire d'anthropologie théâtrale*. Du côté du rituel, l'ouvrage *Shamans and Religion : An Anthropological Exploration in Critical Thinking* d'Alice Beck Kehoe contribue à démystifier les pratiques du chamanisme et de l'art de guérison. Pour une description plus détaillée de chacun de ces éléments, voir l'*Annexe B – Les universels dans la pratique théâtrale et rituelle*.

Pour présenter les éléments de mon processus global, j'ai choisi le syntagme « universels du mythe, du théâtre et du rituel », constitué de l'utilisation d'actions, d'images, du chant, du rythme, d'éléments mythiques, de la danse et d'archétypes communs aux pratiques théâtrales et rituelles. En effet, Turner pose la question : « Y a-t-il des universels de la performance dans les mythes, le rituel et le théâtre?⁵⁷ ». Turner et Schechner classent tous deux les rituels dans la catégorie « arts performatifs », tandis que Nieoczym, dans le contexte des *Ritual Actions*, propose le syntagme « actions rituelles⁵⁸ » comme un domaine en dehors des arts performatifs, transférant seulement les éléments universels d'un contexte à l'autre.

⁵⁷ Victor Turner, « Are there universals of performance in myth, ritual and drama? », dans Richard Schechner et Willa Appel (dir.), *By Means of Performance : Intercultural Studies of Theatre and Ritual*, Cambridge University Press, 1990, pp. 8-18.

⁵⁸ Dans ce mémoire, « *Ritual Actions* » réfère au contexte de recherche, soit le *sounding Eros & the Healing Process*, tandis que « actions rituelles » réfère à l'action de l'actant.

Non seulement les universels correspondent aux éléments de base des *soundings* de Ryszard Nieoczym, mais ils sont également les éléments qui, en relation avec l'environnement, composent l'image archétypique telle que je l'ai expérimentée. Ils sont en quelque sorte, de mon expérience, les conditions de base à l'émergence des images archétypiques. En somme, en ce qui concerne ces dernières, le tout est dans la partie, et la partie est dans le tout.

Selon Schechner, le théâtre est un phénomène transculturel intimement relié au rituel. Selon lui, de nombreuses pratiques — codifiées ou non — en provenance de l'Asie centrale, des Amériques, de l'Inde, du Sri Lanka, de la Chine, du Tibet, de la Corée, et du Japon, sont considérées aujourd'hui comme des formes à l'origine du phénomène théâtral. Les universels sont aussi visibles dans les rituels de la Grèce antique ainsi que dans la religion shinto et le théâtre nô originaires du Japon. Ces formes desquelles découle le théâtre sont parfois à la fois séculaires et sacrées. Il ne semble pas possible de les diviser nettement selon ces paradigmes.

Les éléments universels existaient donc dans les rituels et le théâtre de la Grèce antique. En Grèce, dans la région de Corinthe, le dithyrambe, poème lyrique entouré d'une cérémonie religieuse où se mêlaient à la fois incantations chant, danse, et rythme, les « cômôï⁵⁹ » célébraient Dionysos. Vers 545 av. J.-C., les Grecs commencent à jouer des pièces de théâtre lors des grandes dionysies.

Le chamanisme, que Richard Schechner décrit comme une ancienne forme de performance, a fait l'objet de multiples confusions à travers les âges. Dans *Performance Studies*, il suggère que les cérémonies chamaniques portaient en elles le germe de certaines pratiques artistiques. Il définit la pratique chamanique ainsi : « Shamanism : An ancient kind of performance practiced by specialists in healing and trance, employing music, dance, masks, and objects⁶⁰. » Selon Alice Beck Kehoe, le chaman exerce également la fonction de médiateur avec le guérisseur et s'occupe plus spécifiquement des maux psychiques.

⁵⁹ Cômôï est le pluriel de cômôs, pour « cortège masqué de Dionysos », selon Yves Lorelle, *Le corps, les rites et la scène*, op. cit., p. 108.

⁶⁰ Richard. Schechner, *Performance Studies*, op. cit., p. 168.

Finalement, des chamans aux comoï, les principes de base de l'art de guérison semblent universels et ont, dans certains cas, abouti à des genres artistiques se manifestant dans le genre théâtral. Ryszard Nieoczym, dans ses *soundings*, transmet les savoirs de l'acteur et de l'actant par l'expérience directe, utilisant ces mêmes éléments universels tout en se distinguant des autres pratiques rituelles par les actions rituelles spontanées qui sont créées par les protagonistes eux-mêmes. Cette composante est plus que fondamentale dans la question du potentiel de guérison que je présenterai ci-dessous.

1.5.1 Universels, rituel et processus de recherche d'équilibre

Les éléments universels et leur manifestation à travers l'image archétypique et les états extatiques dans le contexte des *Ritual Actions* ont constitué la base fondamentale des éléments qui sont intervenus dans mon processus de guérison. Dans la démarche ethnoscéologique de Jean-Marie Pradier, les universels du mythe, du théâtre et du rituel sont considérés comme des éléments possédant un potentiel de guérison : « Musique, chants, danses, rites purificateurs, permettent de retrouver l'équilibre : la *sôphrosuné*⁶¹. » Richard Schechner rappelle, dans *Performance Studies*, que le rituel participe d'une recherche d'équilibre à la fois collective et biologique, tel que l'affirment d'Aquili, Laughlin et McManus : « We may say that the primary biological function of ritual behavior is cybernetic : ritual operates to facilitate both intraorganismic and interorganismic coordination⁶². » À ce niveau, la fonction du rituel est non seulement la régulation entre les membres d'un groupe social, mais aussi un outil de régulation biochimique du corps humain qui confirme le potentiel de guérison du rituel. Richard Schechner définit le pouvoir de transformation du rituel ainsi : « The efficacy of rites is their ability to transform people and things into "new" or "different" people or things. This ability-to-transform is part of the essential structure of rites, a core of wholeness, oneness⁶³ [...] ».

⁶¹ Jean-Marie Pradier, *La scène et la fabrique des corps : ethnoscéologie du spectacle vivant en Occident (V^e siècle av. J.-C. — XVIII^e siècle)*, Talence, Presses universitaires de Bordeaux (Coll. Corps de l'esprit), 1997, p. 105.

⁶² Eugene G. d'Aquili, Charles D. Laughlin Jr, John McManus, « The Biological Foundations of Ritual », dans *Performance Studies*, *op. cit.*, p. 52.

⁶³ Richard Schechner, *Environmental theater*, *op. cit.*, p. 245-246.

Donc, non seulement les rituels contribuent à régulariser le corps social, mais ils possèdent également un potentiel de guérison relié à la transformation. C'est le pouvoir de l'agent actif. Selon le sociologue et historien Richard Sennett, un agent actif est une personne qui transcende les règles sociales et agit dans le but de provoquer un changement social ou personnel. Il s'agit d'actions volontaristes, qui donnent un pouvoir au sujet, par opposition aux actions déterministes, à travers lesquelles le sujet ne fait que subir les règles du système social.

Dans *Flesh and Stone : The Body and the City in Western Civilization*, Richard Sennett affirme que le pouvoir de transformation du rituel est relié à la notion d'agent actif. En effet, les actions des rituels permettent de modifier considérablement notre rôle/perspective, parfois même de victime à agent actif : « Ritual heals. Ritual is one way the oppressed men — as well as women — can respond to the slights and contempt they otherwise suffer in society, and rituals more generally can make the pain of living and dying bearable. Ritual constitutes social form in which human beings seek to deal with denial as active agents, rather than as passive victims⁶⁴. » Dans la section qui suit, nous verrons les influences du Théâtre LeTHAL hors des domaines du théâtre et du rituel.

1.6 Approches transdisciplinaires sur la question du mythe et de l'archétype

Les influences directes de Ryszard Nieoczym concernant les concepts et notions reliés à l'étude des mythes et des archétypes sont également reliées aux champs d'études de la conscience, de l'inconscient, et de la psyché. Ces concepts proviennent principalement du domaine de la psychologie.

Le royaume du mythe, dimension principale dans laquelle se retrouvent les archétypes sous toutes leurs formes, a pénétré dans le domaine de la psychologie à partir des travaux sur les mythes de Wilhelm Heinrich Roschner et de ceux sur l'inconscient de Sigmund Freud (psychanalyse). Le champ d'études se précisa avec la

⁶⁴ Richard Sennett, *Flesh and Stone : The Body and the City in Western Civilization*, New York, W. W. Norton, 1994, p. 80.

contribution, Carl Gustav Jung (psychologie analytique) et James Hillman (psychologie archétypique). Le mythologue Joseph Campbell et l'anthropologue Claude Lévi-Strauss (approche structuraliste) ont également contribué à documenter la fonction et la structure du mythe.

C'est le spécialiste allemand des mythologies grecques et romaines W. H. Roschner (1845-1923) qui a été le précurseur de la réactualisation de la question du mythe en psychologie, grâce à son *Lexikon*, une encyclopédie des mythes publiée à partir de 1884⁶⁵. Sigmund Freud (1856-1939), neurologue et fondateur de la psychanalyse (Freud/Charcot, 1885), a ensuite analysé la psyché humaine à partir des mythes grecs documentés par Roschner, les considérant comme des contenus de l'inconscient.

En psychanalyse, Freud élabore sa théorie de l'inconscient à la fin du XIX^e siècle. L'inconscient selon Freud est l'espace psychique des pulsions refoulées d'un individu. Devant certains phénomènes ne pouvant s'expliquer par le concept d'inconscient de Freud, son élève, Jung (1875-1961), dans les années 20, élabore sa théorie de l'inconscient collectif, qu'il décrit alors comme « [...] la partie de la psyché qui retient et transmet l'héritage psychologique commun à toute l'humanité⁶⁶ ». Ainsi, Jung fonde la discipline de la psychologie analytique, relative à l'étude transpersonnelle de la psyché à travers les contenus de l'inconscient collectif. Selon Marie-Louise von Franz (1915-1998), qui fut élève de ce dernier, « Jung définit la psyché comme une totalité conscient-inconscient. Pour lui, le mot *psyché* désigne la totalité des processus conscients et inconscients⁶⁷. ».

En psychanalyse, l'ego est « [...] une des trois instances de l'appareil psychique qui, au sens topique psychanalytique, agit comme médiateur entre le ça (source des pulsions) et les exigences du surmoi⁶⁸ ». Dans la cure psychanalytique, l'ego, à

⁶⁵ Wilhelm Heinrich Roschner, *Ausführliches Lexicon der griechischen und römischen Mythologie* (Dictionnaire des mythologies grecques et romaines).

⁶⁶ Joseph L. Henderson, « Les mythes primitifs et l'homme moderne », dans *L'homme et ses symboles*, Carl G. Jung et M.-L. von Franz (dir.), Paris, Robert Laffont, 1964, p. 107.

⁶⁷ Marie-Louise von Franz, *Les mythes de création : Processus créateur et modèles de créativité*, Paris, La Fontaine de Pierre, 1982, p. 93-94.

⁶⁸ « Ego », dans Le Parisien Sensagent [Encyclopédie en ligne]. dictionnaire.sensagent.leparisien.fr/ego/fr-fr/ (site consulté le 22 juillet 2012).

travers le traumatisme⁶⁹, est le centre d'attention. Selon la D^{re} Marcia Levanthal, danse-thérapeute, l'ego est intimement lié à l'image qu'on se fait de soi, tel que le figurait aussi Freud : « The ego is ultimately derived from bodily sensations, a mental projection of the body⁷⁰. » Selon Ryszard Nieoczym, qui n'hésite pas à donner l'instruction « let go of the ego » fréquemment dans ses *soundings*, cette instance de la psyché est relative au jugement qu'un individu porte sur le monde extérieur. En effet, le traumatisme relié à l'ego n'est pas le centre d'attention de la pratique de Nieoczym. Bien au contraire, c'est la fantaisie à travers l'image archétypique qui est mise de l'avant. À ce chapitre, l'inhibition de l'instance de l'ego est, selon mon expérience, le premier pas vers le soulagement.

1.6.1 La dimension du mythe

Le domaine du mythe permet de se référer à ce que Monique Borie appelle des « modèles exemplaires ». Pour le grand mythologue Joseph Campbell, « [l]es mythes et les rites permettent d'établir l'harmonie entre le corps et l'esprit et de vivre en accord avec la nature⁷¹ ». L'aspect sacré du rituel est celui qui ouvre l'imaginaire sur les archétypes divins de l'humanité. Par la connexion profonde à soi et aux autres dans le rituel, l'homme se rattache à ce qui le relie au monde surnaturel et à tous les autres êtres vivants, comme l'explique Monique Borie : « Par le système des mythes et des rites, la pensée "archaïque" ou religieuse ouvre en effet l'accès à un plan périodique, ou la condition humaine se trouve fondée par son rattachement à des modèles exemplaires, intemporels, archétypaux⁷². »

Freud est celui qui réhabilite l'imaginaire à sa discipline en tant que force agissante à travers l'inconscient. À partir des mythes grecs, Freud élabore sa théorie du refoulement des pulsions. Le refoulement est « [l]'opération par laquelle le sujet

⁶⁹ Selon une étude américaine (Brett, 1993; Kleber & Brom, 1992; Van der Hart, Brown & Van der Kolk, 1995), traumatisme signifie, dans le domaine de la santé mentale « [...] a wide range of intensely stressful experiences that involves exposure to levels of danger and fear that exceed normal capacity to cope ». John A. Fairbank, Lori Ebert et Juesta M. Cadell, « Posttraumatic Stress Disorder », dans Henry E. Adams et Patricia B. Sutker (dir.), *Comprehensive Handbook of Psychopathology*, New York, Plenum Press, 2007, p. 183.

⁷⁰ Sigmund Freud, *The ego and the Id*, 1923, cité par Marcia Leventhal, « Transformation and Healing Through Dance Therapy : The Challenge and Imperative of Holding the Vision », dans *American Journal of Dance Therapy*, vol. 30, n°1, (juin 2008), p. 8, dans Springer Link [article PDF en ligne]. <http://link.springer.com/article/10.1007/s10465-008-9049-8> (site consulté le 6 octobre 2009).

⁷¹ Joseph Campbell, *Puissance du mythe*, Escalquens, Oxus (Coll. Spiritualités), 2009, p. 132.

⁷² Monique Borie, *Mythe et théâtre aujourd'hui*, op.cit., p. 16.

cherche à repousser ou à maintenir dans l'inconscient des représentations (pensées, images, souvenirs) liées à une pulsion⁷³ ». Relatifs à l'instinct, les mythes sont, pour Freud, des forces « en pulsion ». La pulsion serait selon lui le « [p]rocessus dynamique consistant dans une poussée — charge énergétique, facteur de motricité — qui fait tendre l'organisme vers un but⁷⁴ ».

Les personnages des mythes, selon James Hillman (1926-2011), fondateur de la psychologie archétypique (1970), représentent des réalités psychiques. Avec son *Theatre & the Underworld*, Ryszard Nieoczym propose une expérience du mythe puisée dans le royaume d'Hadès, celui de l'underworld des pulsions instinctives, primaires, telles que les définissait Freud. Hillman nomme le processus de retour aux mythes grecs pour comprendre la psyché « processus de régression hellénique⁷⁵ ». En effet, dans *Pan et le cauchemar*, Hillman explore les relations entre pathologie et mythologie et démystifie certains comportements associés à la pathologie. Selon Hillman, nous devons passer par la régression pour comprendre notre conscience actuelle. La voie régressive de l'hellénisme de la tradition polythéiste en est une. Selon Hillman, la Grèce en tant que lieu psychique « [...] nous fournit l'occasion de revoir notre âme et notre psychologie au moyen de lieux et d'êtres imaginaires plutôt qu'au moyen de dates et de peuples historiques, de préciser l'espace plutôt que le temps⁷⁶ ». Pour Hillman, les mythes Grecs constituent une « archétypologie⁷⁷ » — par analogie avec *archéologie* : les mythes, deviennent des lieux psychiques qui forment notre comportement et dont nous devons être conscients. C'est à ce processus de régression hellénique auquel je me suis confrontée par mes voyages en Grèce.

1.6.2 La dimension archétypique

Le mot « archétype » provient du grec ancien *arkhêtupon* signifiant *modèle primitif*. Les archétypes sont aussi appelés *résidus archaïques* par Freud. On en retrouve

⁷³ Philocours.com 2017, « L'Inconscient, "Le Moi n'est pas le maître dans sa maison" », dans *L'inconscient freudien* [en ligne]. <http://www.philocours.com/new/cours/pages/cours-inconscient.html> (site consulté le 14 mars 2013).

⁷⁴ *Ibid.*

⁷⁵ James Hillman, « Le retour à la Grèce », dans *Pan et le cauchemar*, traduit par Thierry Auzas et Marie-Jeanne Benmussa en collaboration avec Monique Salzmann, Paris, Imago, 1979, pp. 7-14.

⁷⁶ *Ibid.*, p. 13.

⁷⁷ *Ibid.*, p. 12.

également des racines chez les présocratiques à travers la notion de *principes*. À partir de 1916, Jung parle des archétypes comme étant des constituants de la psyché. Jung se réclame par ailleurs du concept de « pattern of behaviour » — ou schéma comportemental en français — de Johann Ferdinand Adam von Pernau. Il s'agit d'un syntagme qui date du XVIII^e siècle. Dans ce mémoire, il sera question de l'archétype en tant que schéma comportemental tant par rapport aux états extatiques qu'à la transe et la catharsis.

Dans *L'Homme et ses symboles*, Jung distingue les symboles naturels des symboles culturels. Selon lui, les symboles naturels de l'inconscient collectif comprennent les « images archétypiques fondamentales⁷⁸ » qui sont, d'après lui, les plus anciennes et appartiennent aux sociétés primitives. Les symboles culturels, quant à eux, représentent les « images collectives acceptées par les sociétés civilisées⁷⁹ ». Ces dernières auraient subi de multiples transformations à travers les époques. Hillman et Jung appellent également *image primordiale* l'image prototype d'une série d'images archétypiques. J'utiliserai ces notions au chapitre 4 pour nommer les unités signifiantes de l'image archétypique *sirène chante sur un rocher*.

James Hillman lui, définit l'adjectif archétypique ainsi : « Ayant une valeur insondable, schématisée, cachée, riche, prioritaire, profonde, nécessaire et permanente, lorsque dépouillée de sa surface et vue à travers ses volumes cachés⁸⁰. » Selon Hillman, l'image est une *donnée psychologique primaire* et « la fantaisie est l'activité archétypique de la psyché⁸¹ ». C'est de cette façon que je propose d'analyser les images archétypiques au chapitre 4.

Pour Hillman, les images nous confèrent un pouvoir de transformation sur le réel qui passe par l'instinct. Voici comment il décrit ce processus : « Ainsi, l'instinct agit et, en même temps, forme une image de son action. Les images déclenchent des actions, et les actions sont structurées par les images. Toute transformation des images a donc

⁷⁸ Carl G. Jung, « Essai d'exploration de l'inconscient », dans *L'homme et ses symboles*, op. cit., p. 93.

⁷⁹ *Ibid.*, p. 93.

⁸⁰ James Hillman, *La beauté de psyché : l'âme et ses symboles*, Montréal, Le Jour, 1993, p. 83-84.

⁸¹ *Ibid.*, p. 84.

un effet sur les modèles de comportement, si bien que ce que nous faisons dans notre imagination a une portée instinctuelle⁸². »

Dans *Pan et le cauchemar*, James Hillman parle de « constellations archétypiques⁸³ ». D'après lui, « [n]ous devons connaître l'infrastructure archétypique qui gouverne nos réactions, et reconnaître les dieux et les mythes auxquels nous sommes mêlés⁸⁴ ». Cette infrastructure, c'est la constellation archétypique, un concept que j'appliquerai au domaine du théâtre en présentant mon projet de création-témoignage *Auto-Autopsie* sous l'angle des images archétypiques qui le constellent au chapitre 4.

⁸² James Hillman, *Pan et le cauchemar*, *op. cit.*, p. 52-53.

⁸³ *Ibid.*, p. 42.

⁸⁴ *Ibid.*, p.28.

2. Approches du théâtre LeTHAL : travail théâtral et travail rituel

Le processus du Théâtre LeTHAL s'inscrit dans la continuité de la démarche de ses prédécesseurs; du théâtre grec ancien, en passant par les découvertes sur les actions physiques (Stanislavski), les archétypes et les impulsions (Stanislavski, Grotowski et Barba) jusqu'aux travaux sur l'inconscient (Freud), l'inconscient collectif (Jung), le mythe (Campbell, Eliade) et l'image (Hillman).

2.1 Axe travail théâtral : le *Theatre Apprentice program*

Le *Theatre Apprentice program* est le *sounding* le plus intense des contextes de recherche proposés par LeTHAL. L'environnement de travail, qui était situé au cœur de la forêt boréale, dans le nord de l'Ontario lorsque je l'ai expérimenté, y est pour beaucoup, car il permet d'établir un contact privilégié avec la nature. Comme l'explique Nieoczym : « [The program] is circumscribed by the environment — in this case the rural conditions of Buck Lake Ontario Canada; the *work /play* involves creating and/or invoking the Eco-rhythm determined by the context at Buck Lake: the water — canoeing, swimming, doing nothing; the forest, the animals; day and night; sun and moon: all the elements of nature⁸⁵. ».

Les éléments qui constituent la base du travail des *soundings* de Ryszard Nieoczym sont les moyens par lesquels l'acteur et l'actant tentent de sonder les profondeurs verticales⁸⁶ à travers les notions de training, de cycles (répétitivité), de mythe, d'organicité et d'image archétypique. Le protagoniste est toujours en interaction (connexion) avec l'environnement et l'espace à travers : l'action, l'attention à la respiration (et ses modifications), l'utilisation du rythme, de la musique, de la danse et la mise à l'épreuve par des exercices d'équilibre et de flexibilité. Ces éléments interviennent progressivement (parfois simultanément) et peuvent conduire à des états extatiques, le plaisir du jeu étant le fil conducteur de la plupart des *soundings*.

⁸⁵ RN, « Introduction », *Theatre Apprentice*, 2017.

⁸⁶ En psychologie archétypique, selon James Hillman : « The vertical direction refers to interiority as a capacity within all things ». J. Hillman, « Depth and the vertical direction », dans *Archetypal psychology : A brief account*, Dallas, Spring publications, 1983, p. 29.

Nieoczym privilégie l'expression *craft* pour parler du savoir-faire de l'acteur. Pour le Théâtre LeTHAL, le training est d'abord un processus créateur qui se cultive durant toute une vie dans un perpétuel recommencement : « Craft is not a linear process. It is cyclic. The work/play on craft and oneself is a continual process and is never a finished product. To work on craft is not to search for perfection but for wholeness and the ability to balance the polarities and extremes uncovered within the creative act⁸⁷. » Le travail de l'acteur chez Nieoczym est en constante évolution; il n'est ni une technique ni une méthode. Tout est dans l'instant présent et dans l'interaction avec l'environnement. Pour lui, le training est un processus de retour aux sources : « All training is unlearning. To go forward, one must first go back. Training is the constant struggle and non-stop repetition of meeting, confronting and overcoming oneself: laziness, automatism in actions, false reliance on habits and techniques. Learning is a process of returning to the beginnings, the origins, the source⁸⁸. »

2.1.1 Potentiel de guérison du mythe et thérapie

La première problématique liée à la question du processus de guérison est celle de la thérapie. En effet, dans sa pratique, Ryszard Nieoczym ne fait pas office de thérapeute et se garde bien de se proclamer guérisseur ou thérapeute. Pour Nieoczym, le mythe est le royaume à partir duquel le ressourcement et la guérison sont possibles au sein d'un processus collectif. Se confronter aux mythes devient, avec l'intégration de figures archétypiques divines, une actualisation du savoir ancestral : « For the Greeks the theatre festivals were communal acts of worship, celebration and healing. If there has been one main goal for us it is to find the modern equivalent of such healing processes while assiduously avoiding the entrapments of pseudo-therapeutic processes⁸⁹. » Dans ce contexte, la célébration du mythe est une composante essentielle, et il faut s'éloigner du rapport thérapeute-patient pour accomplir un véritable acte de guérison par le théâtre.

⁸⁷ RN, « The Long & Winding River », *The Training Process*, 2017.

⁸⁸ *Ibid.*

⁸⁹ RN, « The Long & Winding River », *LeTHAL & Le Contre-courant, The Search for Primal Images*, 2017.

2.1.2 L'image archétypique

Une image archétypique est un tout formé par le corps, l'environnement et un archétype. À ce sujet, Nieoczym reprend à son compte la définition d'archétype de Jung : « *If we can see images as organic flows of actions then we see that all images are archetypal. According to Jung, archetypes are styles of consciousness; repetitive patterns of behaviour; forms of fantasy. These repetitive functions are necessary for the soul. Or in other words, soul behaviour is repetitive, and this repetitive function leads to depth*⁹⁰. »). Pour Nieoczym, l'image archétypique est la source de l'acte de création. Ainsi, dès les années 80, les recherches du Théâtre LeTHAL en collaboration avec le Théâtre Contre-courant de Québec ont été centrées sur cette question centrale : « Our point of departure was the understanding that archetypes are primary images, and images are the origins of the creative act in theatre⁹¹. »

L'image archétypique dans les *soundings* est un processus cognitif en action. Elle est la manifestation des archétypes dans le corps en interaction avec l'environnement. Elle n'est donc pas une représentation mentale. Elle est plutôt multidimensionnelle et relative à ce que Ryszard Nieoczym appelle *l'imagination charnelle*. L'image archétypique est l'unité organique qui agit comme un fil conducteur charnel avec le monde imaginaire. Nieoczym la définit comme un « soul cognition process rooted in images⁹² », un processus qui relie le corps, l'âme et l'esprit à ses fonctions organiques, primaires. Toutefois, il ne s'agit en aucun cas un processus intellectuel, mais bien un processus d'incarnation qui se déclenche par l'activité cognitive de la psyché, soit la fantaisie en interaction avec l'environnement.

Selon Jacques Lehouelleur, professeur de neurosciences, les sciences cognitives concernent « [...] l'étude de l'activité de connaissance sous toutes ses formes : perception, mémoire, langage, apprentissage, résolution de problèmes, conceptualisation (pensée), planification de comportements passionnels, gestion des

⁹⁰ RN, « The Long & Winding River », *Rumination #1 : Wild Spot / Wildflecken*, 2017. La définition de Jung en français se trouve dans Carl G. Jung, *L'homme et ses symboles*, op. cit., p. 67.

⁹¹ RN, « The Long & Winding River », *LeTHAL & Le Contre-Courant, The Search for Primal Images*, 2017.

⁹² RN, « What is Imaginal Theatre? », *Theatre Research & Performance Ensemble*, 2017.

émotions, action⁹³ ». Cette discipline a été formée en bonne partie dans les années 50 en réaction aux limites du courant béhavioriste (J.B. Watson, 1878-1958). Les cognitivistes considèrent l'organisme comme un système ayant son intelligence propre et qui, confronté à l'environnement, active les mécanismes de traitement de l'information afin de provoquer une réponse adéquate aux stimuli. Selon Lehouelleur, « [l]es processus cognitifs sont les différents modes à travers lesquels un système traite l'information en y répondant par une action⁹⁴ ».

Nieoczym insiste sur le contexte d'expérimentation directe à travers le processus d'exploration dans les *soundings* : « To recognise, experience and know the archetypal contents, and upon reflection, to understand this knowledge gained via direct experience⁹⁵. » Ainsi, chaque action doit être exécutée avec une image consciente, en connexion avec l'environnement et/ou un partenaire de jeu. Cet apprentissage — le développement d'aptitudes cognitives imaginaires — s'acquiert par le training au fil des *soundings*.

2.1.3 Actions : des cycles pour apprendre à se déconditionner

C'est à travers des actions précises, spontanées et cycliques (rythmes, mouvement et repos) que le protagoniste arrive à se départir de ce contrôle pour aller vers un lâcher-prise, vers une unité organique totale. Les cycles permettent d'instaurer une familiarité avec les éléments qui se répètent de façon cyclique. Bien que la structure de ces cycles soit la même, une qualité d'écoute au moment présent fait en sorte que les protagonistes peuvent aller de plus en plus loin à chaque cycle en terme de verticalité. À l'intérieur d'un grand cycle établi par le maître de la présence se trouvent les petits cycles de chacun, constitués de rythmes, et de *peaks*. Ces derniers correspondent aux moments où l'intensité de la charge énergétique canalisée dans l'image archétypique en est à son paroxysme. Ils sont suivis de périodes de repos. Voici quelques éléments qui composent les routines lors d'un *sounding*.

⁹³Jacques Lehouelleur, « Les Sciences cognitives », dans *Neur-one & comportements* [article PDF en ligne]. www.neur-one.fr (site consulté le 12 mars 2013).

⁹⁴ *Ibid.*

⁹⁵ RN, « Soundings », dans *Master*, 1999.

2.1.3.1 L'Ouverture du corps

La plupart du temps, lors d'un *sounding*, les participants commencent au sol, éveillent leurs sens d'abord par la respiration, puis par des étirements. Lorsque Nieoczym donne l'indication « open/stretch/make shape », il n'est pas question d'exercices de yoga ou toute autre forme codifiée, mais bien d'ouvrir le corps avec la respiration, dans les postures d'ouverture les plus extrêmes et inhabituelles possible. Cette étape est nécessaire pour préparer le corps au travail éprouvant à venir ainsi que pour déconditionner le corps de ses postures quotidiennes. C'est également à ce moment qu'intervient la notion d'interaction. Les participants sont alors amenés à ouvrir les yeux, à s'ouvrir aux autres ainsi qu'à briser la censure en permettant la libre circulation de l'énergie érotique dans le corps.

2.1.3.2 La Respiration

La base primaire des *soundings* est la respiration. En effet, ralentir, approfondir et libérer la respiration de ses contraintes et blocages est non seulement nécessaire pour atteindre un niveau d'expressivité supérieur, mais aussi pour éliminer les tensions et permettre l'irrigation des tissus. Pour ce faire, il faut respirer avec tout son corps, à travers tous les pores de sa peau. Il n'y a pas d'exercices de respiration spécifiques dans la pratique de Nieoczym. Comme ce dernier l'explique, le principe est le suivant : « **Breath**: finding one's true organic breathing patterns, exploring how to release body tensions and how to find and go with the one rhythm and multi tempos of the body⁹⁶ [...] ».

Plutôt que d'imposer un type de respiration, il s'agit donc de trouver son propre schéma de respiration organique : « The rule of thumb for all the training is : work with the breath, not against breath; work with nature, not against nature⁹⁷. » L'exploration libre à travers l'image archétypique permet de découvrir ses propres mécanismes de relâchement des tensions musculaires. La focalisation de l'attention sur l'image plutôt que sur les tensions m'apparaît dissiper plus aisément ces mêmes tensions au profit du plaisir du jeu.

⁹⁶ RN, « Theatre Apprentice/The Elements of Craft », dans *Master*, 1999.

⁹⁷ RN, « The Actor's Craft : Sounding the Depths/The Body », dans *Master*, 1999.

2.1.3.3 *La Voix*

Dans la pratique des *soundings* du Théâtre LeTHAL, la voix est le baromètre de l'âme. Cette conception mène à une utilisation de la voix la plus naturelle possible, par l'ouverture de la cage thoracique et la respiration en profondeur. Ainsi, l'acteur peut trouver sa propre voix en libérant les centres vocaux et les résonateurs⁹⁸ pour laisser émerger les sons qui font participer l'intégralité du corps, à travers l'image archétypique. Un des principes utilisés est de laisser la voix sortir avec le son [o] à chaque expiration. Nieoczym enseigne à libérer la voix via l'ouverture des centres du corps plutôt qu'une note : « [...] to find one's own voice by unblocking the centres and resonators to release the full body sounds⁹⁹ [...] ».

Les centres dont parle Nieoczym correspondent aux sept chakras du yoga Kundalini concernant leur emplacement, mais il n'utilise pas cette expression pour les nommer, parlant plutôt de « centres of energy and perception¹⁰⁰ ». Ces centres d'énergie se situent aux mêmes endroits que les chakras, soit : les fontanelles, le chiasma optique, la gorge, le cœur, le nombril, le sacrum et le périnée.

À l'unisson, la voix prend de nouvelles tonalités. C'est pourquoi l'écoute active est essentielle. En effet, l'une des directives est de ne pas écouter sa propre voix, mais d'écouter *la* voix formée par le groupe. Le *sounding Voice Power* permet d'explorer ces processus avec le chœur des Bacchantes, aussi utilisé dans le *Theatre Apprentice program*.

2.1.3.4 *Non-action (via negativa)*

La première action des *soundings* est la non-action : un vieux principe *taoïste* appelé *via Negativa* par Grotowski, mais aussi la première étape qui mène aux impulsions organiques. Par l'instruction « Do nothing », Nieoczym instaure la division entre l'espace du quotidien et l'espace extraquotidien. En effet, pour pénétrer l'espace des profondeurs verticales, il est d'abord nécessaire de se nettoyer des préoccupations du

⁹⁸ En acoustique phonatoire, les résonateurs sont des cavités du tractus vocal aussi appelées chambres d'écho. Les résonateurs se situent dans le conduit vocal (pharynx, cavité buccale, cavité nasale et cavité labiale).

⁹⁹ RN, « The elements of craft », dans *Master*, 1999.

¹⁰⁰ RN, « The personal path », dans *Master*, 1999.

quotidien afin de ramener l'âme et l'esprit dans le corps, dans le moment présent. Cette étape intervient à chaque début/fin de cycle. Une deuxième fonctionnalité de ce processus d'élimination est de laisser l'énergie érotique circuler librement dans le corps.

Troisièmement, ce processus d'élimination permet, à travers d'autres étapes du cycle, de prendre conscience de ses propres automatismes et d'éliminer les actions superflues qui ne proviennent pas d'impulsions organiques : c'est le silence intérieur requis pour être à l'écoute du moindre mouvement intérieur prêt à jaillir vers l'extérieur. L'étape suivante consiste à construire sur cette base organique.

2.1.3.5 L'impulsion organique

L'impulsion organique, pour Ryszard Nieoczym, est également à la base de chaque action. Si l'image qui la sous-tend est solide, l'impulsion émergera. L'exercice des « freezes » permet d'aller plus loin dans le travail de l'intelligence corporelle, instinctive. Lorsque le maître de la présence frappe dans ses mains, les participants doivent se jeter dans la première impulsion ressentie, pour ensuite conserver autant d'expressivité dans l'immobilité.

2.1.3.6 Les actions jeu

C'est à travers des actions précises et spontanées (actions jeu¹⁰¹) incluant rythme, mouvement et repos que le protagoniste arrive à se départir du contrôle exercé par l'ego (instance du jugement), pour aller vers un lâcher-prise, vers une unité organique totale. Les actions des *soundings* sont la base primordiale de construction des images. Par des indications simples, le maître de la présence propose des actions permettant aux protagonistes d'agir dans le feu de l'action sans se demander quoi faire. Il s'agit de trouver son propre rythme au moyen de six actions simples à exécuter : marcher vers l'avant, reculer, marcher d'un côté et de l'autre, sauter et travailler au sol. Les instructions de Nieoczym dans ses *soundings* sont la plupart du temps très courtes, mais elles sont comme des clés qui ouvrent les portes de l'imaginaire. Ainsi,

¹⁰¹ Nieoczym utilise l'expression « six planes of action » dans ses *soundings*. Le syntagme « action jeu » est une traduction du Théâtre Contre-courant.

intellectualiser le processus pendant un *sounding* correspond à ne pas être en train de faire ce qui nous est demandé : de travailler physiquement avec notre imagination charnelle par les actions jeu.

Finalement, une autre série d'actions permet de travailler les réflexes sensori-moteurs, de renforcer le tonus musculaire et d'éveiller le corps et la conscience de l'espace. Par le signal du frappement des mains, Nieoczym donne de brèves indications dans l'ordre et le désordre, dans une cadence parfois militaire : rouler (au sol), courir, sauter, etc. S'il est impossible à quelqu'un de courir ou de sauter pour des raisons autres que la paresse, chacun peut s'adapter en fonction de ses capacités. Les protagonistes sont par la suite amenés à faire des choix conscients parmi ces différentes actions, afin de parvenir à éliminer les blocages qui obstruent l'impulsion.

2.1.3.7 L'action/flow of action

La notion de *flow* parvient à sa plénitude lorsque tous les éléments précédents sont réunis et que le corps vibre en sa totalité. Il s'agit de suivre le courant des impulsions et de s'y abandonner « surrender », une notion très difficile à intégrer. Mais une fois le contrôle de l'instance du jugement (ego) désactivé, le *flow* d'actions devient un canal organique puissant qui connecte le protagoniste à l'inconscient créatif et par lequel chaque action s'enchaîne. Le psychologue hongro-américain Mihaly Csikszentmihalyi (1934-...) a dégagé dans ses travaux les lois du *flow* énumérées dans l'*Annexe B – Les universels dans la pratique théâtrale et rituelle* du présent mémoire.

2.1.3.8 Les actions rituelles

Pour Ryszard Nieoczym, une action rituelle est une action essentielle à l'intérieur de laquelle s'enchâsse une chaîne de petites actions rituelles qu'il définit ainsi : « A series of repetitive actions that are essential for the psyche¹⁰². » Ce ne sont pas les actions d'une cérémonie planifiée, mais bien les actions spontanées qui surgissent du moment présent et des interactions entre les protagonistes. À travers ces actions primordiales et les jeux jaillissent les images archétypiques. L'action rituelle est donc

¹⁰² Définition récoltée lors d'un entretien téléphonique avec Ryszard Nieoczym le 10 juin 2010.

une composante de l'image. Elle est composée d'unités d'action répétitives qui semblent jaillir telles des pulsions/impulsions, par nécessité biologique. Elles se caractérisent par leur répétitivité, leur précision et leur profondeur.

Une des actions rituelles qui peut survenir dans le processus de training du *Theatre Apprentice program* est le *SoulSong*¹⁰³, une action rituelle par le chant proférée en solo ou en chœur. Chaque *sounding* est ponctué de moments où les protagonistes sont amenés à danser et à chanter et chacune de ces actions peut prendre un caractère rituel (selon le thème du *sounding*, le cas échéant) avec les couleurs de la connexion aux mythes travaillés à travers le texte.

2.1.3.9 Le rythme

Une autre notion fondamentale des *soundings* est le rythme. En effet, le rythme est un moyen de laisser le corps exprimer des variations à travers différents tempos, dans une dynamique d'action-réaction à la musique et aux différents rythmes émergeant des autres participants. Selon Ryszard Nieoczym, il s'agit d'un processus de retour aux rythmes primaires du corps en relation avec son environnement, un rythme relatif à l'équilibre écosystémique, mais aussi organique.

Le « primal rhythm », ou rythme primal, un tempo utilisé par la plupart des tribus ancestrales dans les rituels, intervient généralement dans tous les *soundings*. L'acteur (ou l'actant selon le contexte) l'exécute sur place ou en marchant, en frappant du pied deux fois de chaque côté de façon rythmique et répétitive. Il s'agit d'une action qui peut être utilisée consciemment comme outil pour provoquer des états variés selon le rythme utilisé.

La musique, la danse et le chant sont des façons d'utiliser le paramètre « rythme ». Selon le contexte, le maître de la présence, toujours attentif au rythme du groupe, ajuste ses directives en fonction de l'évolution de chaque groupe. Le rythme et l'ordre d'intervention des éléments sont donc susceptibles de changer d'une fois à l'autre.

¹⁰³ Expression utilisée par Nieoczym pour désigner le chœur spontané qui peut émerger du chant des participants sans mélodie ou forme particulière.

2.1.3.10 L'isolation des parties du corps

Le travail en isolation permet de réactiver la circulation sanguine dans des parties du corps spécifiques. Par exemple, par des mouvements saccadés des épaules et des variations de rythme, les muscles des épaules se réchauffent et les nœuds se dénouent parfois.

2.1.4 Training et états extatiques

Dans la pratique de Ryszard Nieoczym, il n'est pas question d'émotions, mais bien d'états, dans le cas présent, d'états extatiques. Selon lui, l'explication étymologique du mot extase est la suivante : « to drive one's mind's out¹⁰⁴ ». Selon le travail proposé, l'acteur doit être bien entraîné pour se préparer à recevoir ces états, comme Nieoczym l'explique ici : « Thus, extreme stretching prepares the body to liberate ecstasy. Repetitive actions and voice work are ways to reach that demanding level, to surpass the limits, to prepare the body of the performer for extreme states to liberate extasis in the body of the actor / performer as did the ancient Greek actors¹⁰⁵. » Les éléments du training précédemment expliqués sont susceptibles de provoquer les états extatiques, dans certaines circonstances et sous certaines conditions. Le *Theatre Apprentice program* est un contexte privilégié pour y parvenir, car les participants sont isolés de la civilisation et de leurs préoccupations quotidiennes.

Les éléments du training présentés ci-dessus, incluant le mythe, l'image, les actions, la respiration, la voix et le rythme correspondent aux éléments universels cités par les théoriciens du mythe, du théâtre et du rituel cités au chapitre 1. Nous verrons dans la section suivante comment le contexte des *Ritual Actions* se différencie du contexte du *Theatre Apprentice program*.

2.2 Axe travail rituel : les *Ritual Actions* – *Eros & the Healing Process*

Objet de recherche du présent projet, les *Ritual Actions* s'avèrent être une tentative authentique appuyée par des recherches fondamentales sur l'être humain dans une

¹⁰⁴ RN, « The ecstatic body/Greek Tragic Theatre & the Actor », dans *Master*, 1999.

¹⁰⁵ *Ibid.*

perspective holistique. En tant que processus créatif, les *Ritual Actions* sont orientées sur la création spontanée d'actions rituelles en tant que fonction cognitive de l'âme. En effet, pour Nieoczym, l'âme possède ses propres mécanismes de création et d'apprentissage de l'action rituelle. Le contexte des *Ritual Actions* n'a donc rien à voir avec celui des rituels codifiés et ne constitue en aucun cas en une reconstitution de rituels d'une culture ou d'une autre.

Les *Ritual Actions* sont conçues pour se dérouler en milieu rural et sont constituées des mêmes éléments structuraux que le *Theatre Apprentice program*. Les participants doivent d'ailleurs être familiers avec le contexte des *soundings* sur l'art de l'acteur pour participer aux *Ritual Actions*. La différence majeure se situe dans le fait que ce sont les participants qui font intervenir les éléments universels à leur rythme et selon leurs besoins.

Ryszard Nieoczym intervient dans la dynamique des *Ritual Actions* à titre de guide doer pour aider à éliminer certains blocages individuels ou dans la progression du groupe. Les observateurs sont proscrits. Chaque membre est soit participant ou témoin. Les choix d'actions faits par les protagonistes des *Ritual Actions* ne sont pas déterminés en fonction de la réception du spectateur. Ils se réfèrent donc plutôt au modèle primordial de comportement Eros, qui réfère au fil conducteur du plaisir, ou comme l'affirme Nieoczym : « Pleasure and Desire as a Vehicle¹⁰⁶ ».

Ce processus de partage ne saurait s'articuler sans une composante vitale de la notion d'énergie : l'érotisme. Il ne s'agit pas de la notion connotée que nous avons par rapport aux concepts de sexualité et de pornographie. Au contraire, il s'agit, comme l'explique Ryszard Nieoczym, d'un concept beaucoup plus délicat impliquant la sensualité naturelle du corps par les sens : « [...] modern identification of Eros with sex is erroneous; and most importantly both Eros and sex are governed by different rhythms [...] The praxis of *Ritual Actions* is a process of individual rediscovery of the erotic energy in the body, to allow the body to follow its natural flow without the

¹⁰⁶ Ryszard Nieoczym, « Summary of Open Sessions 2009 », dans *Summary for Annie Caron, 3 mars 2009*, archives personnelles non éditées, 2009. Désormais, les renvois à ce texte seront signalés par la mention RN, 2009.

deliberate manipulation of leading it into sexuality¹⁰⁷ ». Par ailleurs, selon Nieoczym la principale différence entre l'énergie érotique et l'énergie sexuelle est qu'alors que la première peut se partager en public, la seconde ne se partage qu'en privé. À ce propos, les rapports sexuels sont strictement interdits dans tous les *soundings*.

2.2.1 L'Environnement des *Ritual Actions*

Les *Ritual Actions* auxquelles j'ai participé ont lieu dans le village de Platamonas, dans le nord de la Grèce. L'espace de travail au bord de la mer avec feu de foyer est idéal pour le ressourcement. Les éléments fondamentaux que sont l'eau, l'air, la terre et le feu sont des éléments de connexion privilégiés pour ce travail sur l'âme par le corps. Ils font partie du processus d'interaction de l'homme avec la nature que Ryszard Nieoczym nomme « *anima mundi*¹⁰⁸ », posant la question suivante : « how to re-establish soul connections with the elements: earth, air, fire, water: to be participants in the play of *anima mundi*¹⁰⁹ [...] ». Dans mon cas, beaucoup de ma pratique en lien avec les éléments s'est retrouvée sur la plage, comme nous le verrons au chapitre 4, avec l'image archétypique *sirène chante sur un rocher*.

Dans les *Ritual Actions* comme dans le *Theatre Apprentice program*, l'espace de travail est configuré par les participants, une forme de *communitas* pour Nieoczym : « One takes the responsibility of one's life into one's own hands and finds one's own answers in the context of the here and now: the work / play space and with one's co-workers: this is the beginning of *communitas*¹¹⁰. » L'espace de travail contient deux miroirs et un feu de foyer, de l'huile, de l'eau, parfois du vin. Ryszard Nieoczym y fait office de guide, de doer, de témoin. Entre les moments de travail, une table à déjeuner/dîner/souper est dressée, et le repas devient un rituel, plus ancré dans le quotidien que durant les séances du *sounding*.

Si certaines actions ou certains mythes sont suggérés par la configuration de l'espace, les éléments qui y sont présents (miroir, feu, eau, huile, vin) et la musique, c'est aux

¹⁰⁷ *Ibid.*

¹⁰⁸ Terme latin. Anima : l'âme. Mundi : monde. L'âme du monde.

¹⁰⁹ RN, 2009.

¹¹⁰ *Ibid.*

participants d'établir spontanément le comment. Chaque journée se compare au courant d'une rivière à l'intérieur de laquelle chaque participant trace le chemin de sa destinée, en suivant le courant, et non en tentant de le contrôler.

2.2.1.1 *Le miroir de Psyché*

Dans le contexte des *Ritual Actions*, le miroir reprend sa valeur d'objet sacré. En effet, nous revenons à la fonction ancestrale du miroir, tentant à nouveau de le percevoir de la même façon que les Égyptiens, qui l'utilisaient pour voir ce que les dieux ou les déesses avaient à leur révéler. Autrement dit, je n'y vois pas mon reflet comme à tous les matins, mais la figure archétypique qui se révèle à moi. C'est l'élément de l'espace qui représente la figure archétypique de Psyché dans le mythe d'Eros et Psyché. Afin de garder l'image vivante, il faut avoir recours aux images, aux rythmes et aux actions. Devant le miroir sont disposés des éléments incluant l'eau, l'huile et le vin, avec lesquels il est possible de créer des interactions. Je décrirai en détail, au chapitre 3, l'exemple de la figure archétypique d'Aphrodite tirée de mon expérience du travail avec le miroir dans les *Ritual Actions*.

2.2.1.2 *Le feu*

Le feu de foyer, situé au centre d'une extrémité de l'espace des *Ritual Actions* reprend également sa valeur sacrée. C'est un lieu de recueillement, de célébration, de puissance et de renouveau. Avec respect, nous le partageons, laissant le loisir à chacun d'en profiter selon les lois naturelles du partage tacite dans le groupe. Nous y dansons, l'alimentons de bûches de bois ou y laissons nos muscles tendus s'assouplir grâce à la chaleur de ses flammes.

2.2.1.3 *L'eau*

Élément purificateur, l'eau est un élément par lequel de nombreuses actions rituelles purificatrices sont créées. Si on se laisse réagir, il est surprenant de voir à quel point cet élément, que l'on banalise et tient pour acquis dans de nombreuses sociétés, ne possède pas seulement le pouvoir de la vie, mais également celui d'éveiller notre conscience.

2.2.1.4 L'huile

Dans les *Ritual Actions*, l'huile, qu'on peut également concevoir comme un fluide du corps, ou comme Dionysos, au sens métaphorique, est utilisée majoritairement pour le massage. Cette action rituelle ancestrale éveille les sens et la sensualité du corps, tout en dénouant les muscles. Selon les actions spontanées qui se créent à travers elle, le massage peut être vivifiant, relaxant, ou même faire émerger des peurs et des désirs enfouis.

2.2.1.5 Le vin de Dionysos

Au même titre que le vin de la célébration dionysiaque, le vin provoque en nous spontanément le goût de la célébration. Le vin est utilisé avec parcimonie, à petites gorgées, et il est surprenant de constater l'ampleur de son effet dans le contexte du temps rituel.

2.2.2 La création d'actions rituelles dans le contexte des *Ritual Actions*

Comme expliqué précédemment, les actions rituelles ne contiennent pas les actions d'une cérémonie planifiée, mais bien les actions spontanées qui surgissent du moment présent, des éléments de l'environnement et des interactions entre les actants. Avec ses partenaires, dans les *Ritual Actions*, le protagoniste doit créer des actions rituelles authentiques qui émergent l'esprit du jeu : « *Ritual Actions* are rooted in the creation and exploration of Images in Action [...] *Ritual Actions* are a process of *auto-poiesis*; from the Greek *poiein* meaning *making*; so that for us, in this Work / Play process *poiesis* is to be seen as a creative act; the creative act of re-making oneself¹¹¹. ».

Ce que Nieoczym appelle « the spirit of play » est l'espace des actions jeu qui enrichie les images archétypiques de la dimension rituelle. Par opposition aux rituels codifiés décrits par Schechner, Turner et Lorelle, les actions rituelles surgissent spontanément de l'action sans être préméditées : « CONTRARY TO many anthropological theories, rituals can be created in the here and now¹¹² [...] », croit Nieoczym. En effet, le principe de base de l'action rituelle est sa création en temps réel.

¹¹¹ RN, 2009.

¹¹² *Ibid.*

Les types d'actions rituelles qui émergent de cette pratique, que ce soit par, le chant, la danse ou par le travail avec le miroir, sont aussi infinis que les possibilités interactives (à l'exception des règles de non-violence et l'interdiction de rapports sexuels). Par exemple, dans les *Ritual Actions*, les *SoulSongs* sont des chœurs spontanés qui émergent naturellement, sans l'intervention extérieure du guide. Le *SoulSong* est une action rituelle par le chant. Cette chanson, qui n'est pas sans évoquer le chœur grec, Nieoczym la nomme *SoulSong*. Le principe est le suivant : « [...] and from within this Spirit of Play to allow one's soul to sing its own song, to free the song from one's body, to share this song with others, to participate in the beauty of meeting playing and sharing¹¹³ ».

2.2.3 Le mythe d'Eros et Psyché à la base de la structure des *Ritual Actions*

Le mythe d'Eros et Psyché est la base du travail du psychiatre Kazimierz Dabrowski sur le processus de désintégration positive (1964). Ryszard Nieoczym s'en est inspiré pour instaurer les principes de la dynamique des *Ritual Actions*. Dabrowski (1902-1980), psychiatre et physicien qui a enseigné la psychologie à l'Université Laval, a utilisé dans sa théorie de la désintégration positive le mythe d'Eros et Psyché pour illustrer les étapes que franchit l'âme dans ses transformations. Il établit des concordances avec les cinq épreuves données par Aphrodite à Psyché pour atteindre l'immortalité. La fable fait référence au parcours initiatique de l'âme.

Selon la théorie de la désintégration positive de Dabrowski, il faut que les caractéristiques précédentes de la personnalité d'un individu se désintègrent pour laisser place aux nouvelles caractéristiques. Si celles-ci sont constructives, le processus de désintégration est positif. C'est le processus cognitif de l'âme auquel Nieoczym fait référence. Dans sa théorie de la désintégration positive, Dabrowski affirme que la névrose est un passage réorganisationnel (le chaos) faisant partie du processus cognitif de l'âme. Ainsi décrit-il ce processus dans son ouvrage *La psychonévrose n'est pas une maladie* : « C'est un processus au cours duquel l'individu joue un rôle actif dans sa propre désintégration, voire son effondrement. De cette manière, l'intéressé parvient de lui-même à la "guérison", non pas qu'il opère sa

¹¹³ RN, 2009.

réhabilitation, mais plutôt qu'il atteigne un niveau supérieur à celui où il se trouvait avant sa désintégration¹¹⁴. » Selon le psychiatre, il faut que la désintégration se produise à la fois aux niveaux biologique, social et psychique pour que le sujet atteigne un nouveau stade de développement.

Les *Ritual Actions* participent d'un retour à la figure archétypique d'Eros à travers la notion d'énergie érotique. La figure archétypique de psyché, quant à elle, est représentée par le miroir dans l'espace de travail : c'est le miroir de l'âme qui projette le reflet de l'image archétypique. La configuration de l'espace des *Ritual Actions* est donc véritablement un lieu psychique incarné en lieu physique.

2.2.4 *Ritual Actions* et processus de guérison

Dans les *Ritual Actions*, il n'y a pas de thérapeute. Chacun est son propre guérisseur dans une relation d'entraide avec les autres membres du groupe. Dans ce contexte, le terme thérapie prend un tout autre sens. On retourne au concept primaire du mot « drama », qui signifie, en grec ancien, *action* ou *je fais*. Le terme thérapie, lui, redevient intimement lié aux racines du mot « psychologie », qui signifie *le soin de l'âme*.

Les *Ritual Actions* ne sont pas directement de la thérapie, mais elles possèdent un potentiel de guérison relatif à la recherche d'équilibre pour celui qui s'investit totalement dans le processus. Ryszard Nieoczym apporte une nuance à la notion de guérison, qu'il conçoit plutôt comme un processus de recherche d'équilibre : « [...] the need to return to a state of balance between body and mind, body and soul: a recognition that much of the distress of contemporary life results from a disharmony and a fragmentation of different parts of the body, a loss of connection with vital energy sources and an acknowledgement of a deep seated fear of the body itself¹¹⁵ ». Ainsi, les *Ritual Actions* deviennent ce lieu d'intégration et d'apprentissage de l'âme (les actions rituelles), de réunification (l'image archétypique) et de reconnexion avec les éléments de la nature.

¹¹⁴ Kazimierz Dabrowski, *La psychonévrose n'est pas une maladie*, traduit par M. Parrot-Rémillard, Québec, Saint-Yves Inc. (Coll. Service à la psychologie), 1972, p. 4.

¹¹⁵ RN, 2009.

2.2.4.1 Le potentiel de guérison des états extatiques

Toutes les composantes des *Ritual Actions* préparent le corps de l'actant à la réceptivité aux états extatiques. Néanmoins, ils demeurent une possibilité, et non une finalité. Le travail préalable, le training, est nécessaire pour mettre en place les conditions à l'émergence de ce type de schémas comportementaux. Ces états ne sont pas le centre d'attention principal des *Ritual Actions*, mais plutôt un passage, une façon possible de traverser la rivière.

Toutefois, c'est au niveau des états extatiques que me semble se situer le plus grand potentiel de guérison. Le contexte des *Ritual Actions* est aussi celui qui m'est apparu comme ayant le plus grand potentiel de guérison. Le concept d'états extatiques tel que je l'ai expérimenté a donc une très grande valeur pour moi, puisque ces états sont reliés à un soulagement profond, à un remplacement de la douleur par le plaisir.

Finalement, les *Ritual Actions* permettent d'établir un dialogue nouveau avec son propre corps, de transformer les schémas de pensée et d'action négatifs et d'expérimenter la sensualité sous un nouveau jour, à son propre rythme, sans la pression sociale et dans un contexte sécuritaire. Ce passage initiatique redonne au corps sa capacité à se laisser guider par le plaisir, le désir, la vitalité et la joie de vivre.

3. Présentation du processus de création-recherche

L'objectif de ce chapitre est de rendre compte de mes démarches de recherche d'équilibre en présentant les paramètres qui y ont présidé à travers l'étude des principales images archétypiques et actions rituelles qui ont émergé de ma pratique. Parmi les divers contextes expérimentés, certains ont été plus porteurs que d'autres. Mais c'est surtout l'aller-retour entre ces pratiques qui en fait un processus global d'une grande richesse. Je présenterai, dans ce chapitre, comment s'est articulé l'ensemble de ces processus.

Par ailleurs, je me suis posé la question suivante : qu'est-ce qui distingue un processus de création sain d'un processus de création relié à la névrose destructrice? À ce chapitre, les travaux de Marie-Louise von Franz sur les processus créatifs en lien avec la psychothérapie ont éclairé mon désir de différencier la créativité de la névrose. Reprenant les travaux de Jung, elle cite ce dernier qui, dans *Psychologie et éducation* (1963), nomme les facteurs qui caractérisent un processus créatif sain : « [...] originalité, cohérence, force et subtilité de la structure imaginaire en même temps que les possibilités latentes de réalisation qu'elle contient¹¹⁶. ». Von Franz ajoute que selon elle, « [c]'est à nous de savoir discerner, dans ce qui jaillit de l'inconscient, l'impulsion constructive de l'impulsion destructrice, le phantasme [sic] intelligent du phantasme déviateur ou infantile qui brouille l'esprit et divise l'attention¹¹⁷ ». Ci-contre, j'ai divisé les phases de mon processus en cinq phases constructives.

Phase d'incubation (automne 2004 à printemps 2008): La phase d'incubation correspond au moment où les textes d'*Auto-Autopsie* ont été écrits. Bien que j'en parlerai brièvement, elle n'est pas à l'étude dans le présent mémoire, car j'ai écrit la plupart des textes bien avant de savoir qu'ils deviendraient partie intégrante d'un processus de création/guérison conscient.

¹¹⁶ Marie-Louise von Franz, *Les mythes de création*, op. cit., p. 221.

¹¹⁷ *Ibid.*, p. 225.

Phase de training (été 2007 à printemps 2009) : Dans la phase de training, c'est le travail sur les universels par les choix d'actions jeu qui m'a permis de reconditionner mon corps jusqu'à, dans certains cas, la programmation de nouveaux schémas comportementaux. C'est dans cette phase que j'apprends à vivre les images archétypiques dans le corps.

Phase de création-recherche (été 2008 à printemps 2009) : Dans la phase de création-recherche de la création-témoignage *Auto-Autopsie*, le travail donne lieu à l'émergence de la *constellation archétypique de la doer*, par la reconnexion au mythe de mes origines. Le *Theatre Apprentice program 2008* a été le terrain d'exploration des images. La structure *d'Auto-autopsie* me permettra d'accéder au lâcher-prise nécessaire pour atteindre toute une gamme d'états extatiques qui me soulageront intensément de la douleur. Une première représentation a eu lieu en décembre 2008. La présentation officielle du projet a eu lieu le 30 avril 2009. La présentation officielle du projet de création-témoignage ne donne pas lieu à l'ultime acte de révélation espéré, mais constitue le baromètre de mes états. L'acte rituel de témoigner, lui, est motivé par un désir de transmission du savoir qui est à l'origine de l'émergence de la figure archétypique de la doer au conscient.

Phase de retour aux sources rituelles (hiver 2007 à printemps 2009) : Dans la phase de retour aux sources rituelles, les liens que je tisse dans le contexte des *Ritual Actions* entre ma pratique et celle des autres me transforment et sont la source de prises de conscience importantes. Dans ce contexte, la fantaisie devient le centre de l'attention, alors que le traumatisme est renvoyé en périphérie. L'image archétypique *sirène chante sur un rocher* devient l'image primordiale à la source de toutes les images ayant le plus grand potentiel de guérison dans ma constellation. Aphrodite dans le miroir en est sa manifestation divine et lui confère un caractère numineux que je tenterai de retrouver avec plus ou moins de succès à chaque présentation devant témoins.

Phase de recherche et écriture du mémoire (hiver 2010 à hiver 2017) : Cette dernière phase de recherche me place devant deux paradoxes. D'abord, l'exercice d'écriture

est contraire aux éléments qui ont contribué à mon processus de guérison. Ensuite, le travail en posture statique est ma principale limitation. Il s'agit de l'activité qui me procure le plus de douleur. Toutefois, l'archétype du guérisseur-blessé et la constellation archétypique d'*Auto-autopsie* émergent à ma connaissance pendant cette phase.

Dans mon processus, c'est la dynamique archétypique du guérisseur-blessé, qui est le fil conducteur. Cette dynamique, c'est Charles Chalverat qui me fournit les outils pour l'illustrer. Formateur à l'école d'études sociales et pédagogiques de Lausanne, Charles Chalverat est spécialisé dans les dynamiques archétypiques issues des rituels de guérison. Il a particulièrement documenté la dynamique archétypique du guérisseur-blessé, une notion que Jung a développé dans le contexte d'une relation aidant/aidé. Pour développer son approche, Chalverat s'est inspiré de l'analyste jungien Adolf Guggenbuhl-Craig (1923-2008). Ce dernier présente la dynamique archétypique médecin/malade de cette façon dans l'extrait qui suit : « Si quelqu'un devient malade, c'est l'archétype médecin/malade qui se constelle. Le malade cherche un guérisseur extérieur, mais en même temps s'active un guérisseur intérieur [...] Il faut que quelque chose dans le corps et dans l'âme coopère pour que la maladie et les traumatismes soient surmontés¹¹⁸. » Conséquemment, la figure archétypique du guérisseur doit s'activer dans la vie intérieure du malade (ou blessé dans le cas présent) tout autant que celle du blessé pour que la guérison ait véritablement lieu.

Ici, l'archétype guérisseur-blessé désigne mon potentiel de guérison. Il oscille en fonction des deux pôles. Si je suis dans le schéma blessé/victime seulement, je ne serai pas en mesure d'accomplir l'action constructive pour mon processus de guérison; si je me retrouve trop du côté du guérisseur, il se produira un phénomène que Charles Chalverat nomme « inflation » : le pôle guérisseur écrasera le pôle blessé qui s'en retrouvera négligé. Par conséquent, l'ego du blessé, qui n'est conscient que du pôle guérisseur, interférera avec le processus de guérison. En ce qui concerne mon

¹¹⁸ A. Guggenbühl-Craig (1985) cité par Charles Chalverat, dans « La dynamique de l'archétype "guérisseur-blessé" à l'œuvre dans la pratique et la formation des praticiens de l'aide », dans *Education permanente*, revue de la Fédération suisse pour la formation continue, vol. 3, n° 144, 2000, p. 23.

processus, je constate que les pôles ont oscillé dans toutes les directions, d'où la nécessité de rétablir l'équilibre à la fois au niveau psychique que physique.

Le tableau qui suit fournit des repères qui permettront au lecteur de suivre mon évolution à travers les notions les plus importantes de mon processus dans chaque contexte. Nous verrons en première partie de ce chapitre les notions travaillées ainsi que les données archétypiques. La colonne « Notions travaillées » pointe les processus qui me sont apparus comme les plus importants dans ma recherche d'équilibre. La catégorie « données archétypiques » met de l'avant les processus archétypiques les plus pertinents. Cette catégorie est constituée soi de :

- Figures archétypiques (exemple : Aphrodite)
- Images archétypiques (exemple : *métamorphoses de la femme-chamane*)
- Archétypes comportementaux (exemple : guérisseur-blessé)
- Constellation archétypique (l'ensemble des figures archétypiques d'*Auto-Autopsie*)
- Image primordiale (*sirène chante sur un rocher*)

TABLEAU 1. LES PHASES DE RECHERCHE DE MON PROCESSUS

Phases de recherche	Notions travaillées	Données archétypiques	Étape(s)
2004-2008 Phase d'incubation du projet de création <i>Auto-autopsie</i>	Écriture des textes <i>d'Auto-autopsie</i>	Exploration libre des images archétypiques	Tentative d'intégration
Axe de recherche travail théâtral			
2007-2009 Phase de Training	<ul style="list-style-type: none"> – déconditionnement – connexion aux éléments – utilisation des universels – actions Jeu – choix conscients – agent actif 	<ul style="list-style-type: none"> – connexion à l'image archétypique – émergence de nouveaux archétypes comportementaux – archétype du guérisseur-blessé préconscient 	<ul style="list-style-type: none"> – déséquilibre – décision – recherche d'équilibre
2008-2009 Phase de création-recherche	<ul style="list-style-type: none"> – connexion au mythe – énonciation du mythe 	<ul style="list-style-type: none"> – émergence de la <i>constellation archétypique de la doer</i> – émergence de la figure archétypique de la storyteller 	<ul style="list-style-type: none"> – conflit/collision
Axe de recherche travail rituel			
2007-2009 Phase de retour aux sources rituelles	<ul style="list-style-type: none"> – régression hellénique – communitas – encodage/décodage – faculté de tisser des liens 	<ul style="list-style-type: none"> – figure archétypique d'Aphrodite – figure archétypique de la sirène – image primordiale <i>sirène chante sur un rocher</i> – image archétypique <i>la sirène et les fées</i> 	<ul style="list-style-type: none"> – transformation(s) – transmission
2010-2017 Phase de recherche et écriture du mémoire	<ul style="list-style-type: none"> – recherche d'équilibre permanente – confrontation des limitations 	<ul style="list-style-type: none"> – archétype du guérisseur-blessé conscient 	Toutes les étapes

3.1 La Phase de Training

Dans le training du *Theatre Apprentice program* du Théâtre LeTHAL à Buck Lake (Ontario), les *soundings* m'ont permis d'apprendre à utiliser les paramètres universels et à les faire intervenir en faisant des choix conscients. C'est un retour aux sources ludiques mu par les actions jeu. Cette faculté s'est développée à travers l'émergence d'images archétypiques riches autant pour la création que la guérison. Ma première expérience dans le contexte immersif du *Theatre Apprentice program* s'est produite à l'été 2007 et a duré un mois. Je n'avais pas commencé, à ce moment, à travailler sur mon projet de maîtrise, mais c'est à l'issue de cette expérience que j'ai demandé à Ryszard Nieoczym de me guider dans ce contexte.

Le contexte rural de Buck Lake a été déterminant dans l'émergence d'images archétypiques d'une grande profondeur. C'est par la connexion aux éléments de la nature que j'ai d'abord pris contact avec les figures archétypiques qui constellent ma psyché. Du matin au soir, nous travaillions dans les *soundings* à trouver le canal organique qui mène aux images. Le matin, trois au quatre heures de training nous préparaient au travail de la journée. Chacun pouvait ensuite travailler en solo avec le maître de la présence.

L'après-midi, j'arpentais les sentiers entourant le site en récitant mes textes, ou je m'installais sur le petit quai du lac aux nénuphars. Parfois, je me rendais en canot sur la petite île. Le déjeuner, le dîner et le souper se préparaient sur le feu, et le rituel d'allumer le feu faisait partie de mes tâches quotidiennes. Le soir, nous nous réunissions dans l'espace de travail pour vivre la tombée du jour avec le *SoulSong*. Nous passions en moyenne dix heures par jour à faire ce travail théâtral.

3.1.1 Le potentiel de guérison du déconditionnement

À travers les *soundings* du théâtre LeTHAL, j'ai appris à prendre conscience de mes conditionnements et à entamer le long processus de déconditionnement. J'en ai toutefois observé les effets bénéfiques dès mon premier *sounding*, en 2004. Pour compenser les effets de la posture assise, les mouvements d'ouverture du corps ont préparé le corps à l'émergence des figures archétypiques qui m'ont par la suite

procuré du soulagement. C'est par la *via negativa* que je suis parvenue à une base corporelle qui m'a permis de désactiver les mécanismes autodestructeurs tels que les pensées négatives pour plutôt apprendre à suivre le canal organique des impulsions créatives.

Le déconditionnement opère pour enlever le filtre de nos expériences personnelles à travers duquel nous sommes habitués de voir. Mon filtre était la colère, l'injustice et l'indignation. À travers ce travail théâtral m'apparut alors une réalité autre : j'avais une plus grande capacité à m'émerveiller qui, sur un mode de pensée associative symbolique, s'est transposée et propagée à mon quotidien.

3.1.2 Le potentiel de guérison de l'utilisation des universels

Les universels, selon moi, constituent cette passerelle qui crée une connexion entre le protagoniste et l'environnement. Cette connexion me semble susceptible de favoriser l'émergence d'images archétypiques. C'est dans le contexte du training que j'ai appris à les faire intervenir consciemment. Il faut du temps pour apprendre à articuler spontanément les universels comme un langage du corps.

Le rythme primal a été mon premier point de repère en matière d'états extatiques. Il était pour moi un phare qui me permettait de sortir du ruminement de mes pensées pour entrer dans le mode physique qui me soulageait. Si, à l'époque de mon premier accident, à l'âge de treize ans, je m'entraînais à sortir de mon corps pour ne plus ressentir la douleur, je découvrais que l'inverse — habiter les rythmes du corps de toutes ses forces — était beaucoup plus salvateur.

Dans ma phase de training, je découvrais la puissance du chant comme paramètre de reconnexion à son âme. C'est dans le contexte de Buck Lake que je me mis à chanter la chanson amérindienne *Ani Kuni*. J'ai tenté de retrouver la connexion à mon âme tant de fois à travers cette chanson que je peux la considérer comme la racine de l'approfondissement de ma pratique. J'ai découvert une grande puissance dans les vibrations de l'appareil vocal qui se propageaient au reste du corps et me soulageaient.

3.1.3 Le potentiel de guérison des actions jeu et de l'image archétypique

L'Apprentissage des choix conscients par l'agent actif interne est un processus qui se produit en accéléré avec le choix d'actions jeu dans les *soundings* du Théâtre LeTHAL. C'est cette aptitude que le training dans les *soundings* de Ryszard Nieoczym m'a permis de développer, à travers le choix des actions jeu. C'est le point de départ du reconditionnement à l'action physique qui prépare pour le travail sur l'image. J'y ai découvert un moyen de transformer des conditionnements nocifs, comme dans l'exemple suivant, celui de retenir ma respiration.

Exemple de schéma d'actions modifié (arrêter de respirer): La directive « Stop/breathe/change direction/choose an action » est utilisée fréquemment par Nieoczym pour rendre le processus de choix d'action conscient et ainsi éviter les automatismes. La pause incluant la respiration sur laquelle il insiste permet non seulement de faire un choix conscient, mais aussi d'inclure la respiration profonde à chaque instant. Si cette pause nous fait retourner à nos pensées, le maître de la présence ajoute : « Don't think, just do it! ». C'est ainsi que le réflexe de la respiration profonde, si important pour lutter contre la douleur chronique s'est lentement profilé en moi comme nouveau réflexe comportemental.

Si par mégarde, durant les trainings, notre paresse naturelle nous faisait exécuter seulement trois actions jeu (au lieu de six), R. Nieoczym nous ramenait à l'ordre en insistant pour que nous fassions intervenir les six. Lorsque nous étions un groupe d'initiés, il insistait pour que chaque action jeu, à tout moment, soit accompagnée d'une image et d'un partenaire de jeu imaginaire réel. À ma deuxième année, dans un tel cas, je pouvais par exemple exécuter de façon convaincante, dans l'espace de deux minutes, une séquence de ce type :

- 1) Serpent qui rampe vers la pomme (travail au sol);
- 2) pommier qui pousse, branches au soleil (se relever);
- 3) bacchante qui avance rageusement dans un marécage pour tuer un buffle (avancer);
- 4) bacchante qui se déplace vers la gauche pour esquiver le buffle (déplacement à gauche);
- 5) vierge qui recule devant les avances d'un homme (reculer, avec partenaire surgi du jeu);

- 6) moufette (Pépé) de *Bugs Bunny* qui sautille vers la droite pour pourchasser Pénélope Pussycat (déplacement à droite, dynamique transformée/inversée avec le même partenaire de jeu).

Finalement, l'élément le plus transformateur est la résultante de tous ces processus : l'image archétypique. Pendant la phase de training, mon rapport à l'image est en développement. Ce dernier atteindra son paroxysme dans la phase de retour aux sources rituelles. Néanmoins, dans ma deuxième année de training, j'arrive à jongler avec les images et les actions jeu, comme dans l'exemple ci-haut mentionné, et dans ces moments, la fantaisie se substitue à la douleur.

Bref, à travers les *soundings Theatre Apprentice program*, j'ai développé une capacité à faire des choix conscients spontanés ainsi qu'à utiliser les universels pour laisser émerger les images archétypiques. Le travail sur les images archétypiques m'a éloignée du traumatisme individuel (ego) et m'a rendu le pouvoir (agent actif) de diminuer l'occurrence de certains schémas de pensée négatifs en laissant émerger de nouveaux schémas comportementaux observables dans ma dynamique d'action-réaction.

3.2 La phase de création-recherche : la création-témoignage *Auto-autopsie*

Extrait de journal/Auto-autopsie (novembre 2012) : Qu'est-ce que ma création Auto-autopsie? Non, ce n'est pas une représentation théâtrale : tel un vestige archéologique, elle représente la cartographie de la constellation archétypique de ma psyché en crise, à un moment précis de mon existence. Tel un parchemin inscrit dans mon corps, je pourrai la réactiver à toutes les époques de ma vie pour voir où ma psyché se trouve. Il s'agit là du plus précieux papyrus de la mémoire sensorielle que je n'aurais jamais pu soupçonner produire. Et tout cela s'est fait intuitivement, par une nécessité qu'aucun accident, aucun système malade, aucune médication aliénante n'auront pu arrêter. Puisse la fierté que je ressens maintenant rayonner enfin dans toutes les sphères de ma vie.

Ce portrait du processus de création de ma création-témoignage *Auto-autopsie* a pour objectif de justifier mes choix en fonction de mon processus de guérison et de dresser un portrait de la constellation archétypique qui s'en dégage. Ce projet de création

n'est pas un spectacle ni un texte dramatique. Il s'agit d'une création-témoignage constituée d'un collage de textes présenté à travers les images archétypiques qui le composent. Je n'analyserai pas ici le texte dramatique de ce projet. Le lecteur peut se référer à l'*Annexe A – Texte de la création-témoignage Auto-autopsie*.

3.2.1 La phase d'incubation du projet *Auto-autopsie*

Le processus d'écriture des textes de la création *Auto-autopsie* a été en quelque sorte une immersion dans le royaume imaginaire qui m'habitait pendant mes périodes de rechutes et rémissions. Les textes ont été écrits entre 2003 et 2008 à partir de faits vécus ainsi que d'images et impressions de rêves que je transcrivais à mon réveil. Ils ont été sélectionnés et assemblés pour faire partie de ce projet de création entre 2008 et 2009. J'ai tenu à ne rien modifier des textes d'origine. Les derniers mois ont consisté en une série de retraits et d'ajouts, jusqu'à la présentation finale en action du 30 avril 2009. Dans l'extrait de journal ci-contre, j'explique ma vision de comment les images en provenance de rêves me semblaient se transposer dans l'écriture :

Extrait de journal/*Les voix de la guérison* (décembre 2011) : *Je pourrais comparer les épisodes d'écriture à de profondes expériences de revivre mythique, comme si toute la dimension cachée et fantaisiste des événements se manifestait à travers une urgence d'écrire et de donner la parole à ces voix qui jaillissaient dans ma tête ou mes rêves. En quelque sorte, mon expérience devenait autre, ne m'appartenait plus, donnait corps et voix à des personnages archétypaux qui transcendaient mon expérience personnelle et pointaient du doigt des éléments à la fois universels et ancestraux : je n'avais, somme toute, qu'à les laisser parler.*

En ce qui a trait aux matériaux créatifs en provenance des rêves, le processus de création de l'image archétypique, dans *Auto-autopsie*, s'est avéré être le suivant :

- 1) L'image émerge en rêve;
- 2) l'image est transcrite en texte;
- 3) l'image est transposée en action;
- 4) l'image devient archétypique.

Selon ce que j'ai observé, l'image avait le potentiel de devenir une image archétypique lorsqu'elle pénétrait dans ma réalité d'abord par le rêve, par opposition aux images connotées par des affects négatifs, et dont les textes étaient créés à partir de souvenirs traumatiques.

J'ai présenté *Auto-autopsie* devant témoins une bonne trentaine de fois, image par image, de l'été à l'hiver 2008 dans les *soundings* de Ryszard Nieoczym et les ateliers du théâtre Contre-courant (Québec). À partir de l'hiver 2008-2009, suite à la mise en place de la structure du texte pendant le *Theatre Apprentice program* de l'été 2008, j'ai commencé à présenter *Auto-autopsie* dans son intégralité dans les *soundings* du Théâtre LeTHAL. Il s'agissait plus d'explorations que de présentations officielles. C'est dans cet espace-temps plus informel que le travail a porté ses fruits, plutôt que dans l'ultime présentation du 30 avril 2009. L'ensemble du processus m'apparaît définitivement plus intéressant que la présentation finale.

À chaque présentation devant témoins, je ne mets pas en scène *Auto-autopsie* pour un public, mais je tente plutôt de vivre rituellement mes images devant témoins. C'est le processus cyclique de l'image qui navigue à travers les différents contextes qui la transforme, l'approfondit et lui apporte toutes ses couleurs, comme nous le verrons au chapitre 4 avec le *Tableau 3. La synthèse de la figure archétypique de la sirène*.

3.2.2 La présentation publique d'*Auto-autopsie* (30 avril 2009)

J'ai présenté *Auto-autopsie* le 30 avril 2009 devant un public de témoins que j'ai moi-même choisis. Je souhaitais que les gens présents soient ceux qui ont traversé les étapes avec moi. Ce choix me permettait également d'être plus confortable pour me laisser aller à vivre les images. D'après mon objectif de départ concernant la création-témoignage *Auto-autopsie*, je souhaitais à l'origine témoigner devant public pour partager ma souffrance et l'expulser. J'avais aussi l'attente irréaliste de livrer un nouveau moi à mon public de témoins, ou à la limite, de me transformer devant leurs yeux, comme en témoigne cet extrait de journal :

Extrait de journal/*Auto-autopsie* (mai 2009) : *Si la transformation ne s'est pas produite pendant la présentation, elle s'est bel et bien produite dans la réalité et c'est ce qui comptait pour moi. La création était un véhicule pour en témoigner. Faute de répétitions, je savais qu'il n'y avait aucune garantie que chaque moment atteindrait son paroxysme. Mais la matière brute de cette création est celle de ma psyché, et l'essentiel est d'avoir accompli l'action rituelle de la dévoiler à mon public de témoins.*

Dans l'ensemble, je n'ai pas cédé à la tentation de performer pour le public, mais je

n'ai pas non plus accompli d'acte de confession ultime. Lorsque je me remémore la présentation d'*Auto-autopsie* du 30 avril 2009 ou que je visionne à nouveau la vidéo, les éléments rituels et la profondeur semblent moins présents que lors de mes explorations non officielles devant témoins. Il y avait beaucoup de réserve. Que s'est-il donc passé? Pourquoi l'ultime présentation n'a-t-elle pas pris le caractère de l'acte rituel?

1– La peur du jugement : Dans la présentation du 30 avril 2009, je suis dominée par la présence de l'ego plutôt que celle de la doer. L'archétype guérisseur-blessé se manifeste à peine, ou se présente en déséquilibre, il clignote. La plupart du temps, je ne suis consciente que d'un seul pôle à l'intérieur de mes images, ce qui me renvoie le miroir de mon état psychique à ce moment : le déséquilibre, l'insécurité, la peur de la réaction de ma famille devant mes confessions. Bref, cette peur me pousse à exercer un contrôle sur la présentation qui empêche de vivre le moment présent et qui court-circuite la possibilité d'atteindre des états extatiques.

2– L'agenda académique : Pendant ma première participation aux *Ritual Actions*, en février 2008, lors d'une discussion sur mon projet de création, Ryszard Nieoczym a un jour soulevé le problème de l'agenda académique versus le temps rituel. Il m'avait alors avertie que le rituel ne pouvait s'insérer dans un horaire prédéterminé, que le temps rituel était un temps autre qui ne pouvait être délibérément manipulé pour obtenir un résultat souhaité à une date X. Le jour de ma présentation m'a très certainement permis de valider cette affirmation. Néanmoins, en me penchant sur la question, j'ai pu voir cette autre réalité que cette journée m'a apporté : un grand nombre de prises de conscience.

3– La caméra : Il y a plusieurs raisons pour lesquelles Ryszard Nieoczym permet rarement de filmer notre travail, et j'ai pu en comprendre vraiment le sens le jour de ma présentation. D'abord, Nieoczym souhaite instaurer une distinction nette et précise entre les arts de la vidéo et le théâtre. Il considère qu'aussitôt qu'une caméra tourne, le performer se met à jouer dans son angle de vue plutôt que dans toutes les dimensions de l'espace. Ensuite, en ce qui a trait à la dimension rituelle, la caméra

inhiberait potentiellement ses résurgences. De mon expérience, je crois que l'absence de caméra dans toutes mes autres présentations a effectivement favorisé le large spectre d'états que j'ai vécu. Je crois qu'il m'aurait fallu être un performer beaucoup plus expérimenté pour faire fi de cette caméra. Mon journal et ce mémoire m'apparaissent donc comme de meilleurs témoins que la caméra pour retracer la mémoire sensorielle de ces expériences.

Le constat ci-haut présenté n'est pas un constat d'échec, bien que j'aie ressenti une grande déception après la présentation du 30 avril 2009. Une autre question importante mérite d'être considérée : mon processus aurait-il été aussi riche si je n'avais pas eu l'objectif de faire un ultime témoignage dans le cadre d'un projet de maîtrise? En fait, le contexte académique m'a imposé une rigueur, ainsi qu'une réflexion qui a contribué à faire émerger au conscient toute la richesse de la globalité du processus.

3.3 La phase de retour aux sources rituelles

De 2007 à 2012, je navigue entre mes voyages en Grèce pour participer aux *Ritual Actions*, ma pratique dans les ateliers du Théâtre Contre-courant ainsi que les *soundings* du Théâtre LeTHAL. Physiquement, ma condition douloureuse s'en voit améliorée et ma perception magnifiée, enrichie. Psychiquement, j'expérimente par mes voyages le processus de régression hellénique dont parle James Hillman : l'aspect divin de l'image archétypique se révèle à moi dans le travail rituel avec le miroir via la figure archétypique de la déesse de l'amour, Aphrodite. L'extrait suivant est tiré de mon journal des *Ritual Actions* de 2012. En effet, pourquoi fallait-il absolument que j'aie en Grèce?

Extrait de journal/*Ritual Actions* (décembre 2012) : *Lorsque j'ai commencé à lire Hillman, j'ai trouvé les mots pour exprimer ma vision du monde. Avant ces voyages, je ne suis par ni en mesure de résoudre le conflit qui m'habite ni de comprendre le conflit social dans lequel je me trouve. Soudain je comprends : Je suis orpheline de ma culture, et si je me suis sentie si chez moi en Grèce, c'est que je venais de retrouver le fil conducteur qui me liait non seulement à mes origines amérindiennes, mais aussi à mes origines universelles. Pour moi, ce retour aux sources passa par la Grèce et ses mythes.*

Dans les *Ritual Actions* j'ai expérimenté la voie régressive de l'hellénisme dont parle James Hillman. Cette voie polythéiste est non exclusive et m'a permis de voir le pan caché de ma situation, de vivre les instincts refoulés par mon éducation judéo-chrétienne. La réalité archétypique m'a redonné mon pouvoir d'autoguérison par l'énergie érotique ainsi que ma capacité à expérimenter le mythe à même les schémas de ma conscience, à travers un mode de perception symbolique multisensoriel qui demande ouverture et lâcher-prise.

Ce mode de perception est tel que James Hillman le décrit dans *Pan et le cauchemar*. L'espace devient plus important que le temps. Les dieux deviennent des lieux que nous pouvons visiter par la rencontre du corps avec l'environnement : ils sont des mécanismes intégrés de la psyché dont la mémoire intemporelle se réactive au contact des éléments constitutants d'un mythe donné.

Tout comme le *Theatre Apprentice program*, le contexte des *Ritual Actions* inclut la possibilité d'explorer les rythmes de la nature environnante dans les espaces-temps libres. Dans mes moments de solitude, mon travail continuait sur la plage quasi déserte située en face de notre lieu de travail et devenait le prolongement des interactions survenues dans l'espace de travail avec le groupe, le tout formant une totalité d'expériences indivisibles.

À Platamonas, pendant les *Ritual Actions*, je pris l'habitude de nager dans la mer jusqu'à un rocher sur lequel je chantais. C'est en mai 2008 que je pris conscience de l'image primordiale *sirène chante sur un rocher*. En mythologie, la sirène apparaît sous diverses formes. Mais elle apparaît dans l'imaginaire et le folklore de toutes les cultures avec plusieurs constantes dans ses éléments constitutants.

C'est à travers Aphrodite, déesse de l'amour, que j'ai expérimenté l'enrichissement de mon travail sur la figure archétypique de la sirène. C'est dans le miroir qu'elle s'est révélée pour la première fois à moi. Les signes qui se sont présentés correspondent aux symboles qui sont associés à la divine patronne des sirènes. C'est R. Nieoczym qui l'avait alors identifiée pour moi. J'ai consigné dans mon journal un

souvenir éloquent de mon travail rituel avec cette figure archétypique divine. Toute la section 3.3.1 qui suit porte sur cet extrait et ce qui s'ensuivit :

Extrait de journal/La naissance d'Aphrodite (mai 2008) : *Les vagues de l'océan se projettent contre moi avec une force qui ne me renverse pas; je crie avec l'océan. Les vagues tempêtent, un oiseau survole les flots et peine à ne pas y laisser sa peau. Je remonte, transformée, des algues qui pendent à mes cheveux, du sel de mer et de l'écume sur la peau, le cœur qui bat très fort, en silence je m'allonge dans l'espace de travail.*

3.3.1 *Open Etude* : Le miroir de l'âme

Je travaillai pour la première fois avec le miroir en cette soirée d'octobre 2007 qui fut ma première expérience des *Ritual Actions*. R. Nieoczym m'avait fait une introduction sur la fonction du miroir, me disant simplement : « When the egyptians were going to the mirror, it was for them to let the mirror speak to them and reveal them mysteries. It was to meet with the goddess in the mirror. » C'est ainsi qu'en cette nuit étoilée je me dirigeai vers le miroir. Des chandelles éclairaient le reflet. J'avais mal au cou. Je me mis à utiliser ma crinière pour délier les nœuds dans mon coup, tirant et relâchant, fascinée par les reflets miroitant dans ces longs cheveux qui ne semblaient plus m'appartenir. Lorsque Nieoczym me demanda ce que j'avais vu, je répondis que j'avais vu **une très belle jeune femme dans le miroir**, mais que j'avais l'impression que ce n'était pas moi. Il opina et répondit : « it's a good beginning ».

Me réveillant plus tôt le lendemain matin, j'étais allée me promener dans le voisinage. Il y avait non loin un vieux château. En bas de la colline se trouvait un grenadier. Je cueillis un de ses fruits, et m'en allai retrouver le groupe pour déjeuner. **Je remis la grenade à un de mes partenaires de jeu.** R. Nieoczym décida de raconter une bribe du mythe d'Aphrodite. Il raconta qu'Aphrodite donnait à ses amants une grenade en remède contre la jalousie — et non pour les rendre jaloux — comme certaines versions du mythe le présente. Je n'en savais rien. Il suggéra que je poursuive le travail avec le miroir si je le souhaitais, ce que je fis.

C'était une matinée ensoleillée et les rayons du soleil transperçaient l'espace. Danse, musique et actions jeu se propageaient à travers le groupe d'une façon électrique. Il y avait deux miroirs, un de chaque côté de l'espace. Presque simultanément, deux d'entre nous se dirigèrent devant un miroir. Et la danse se continua, rythmiquement, en un *flow* constant ininterrompu. Je n'avais jamais expérimenté un tel soulagement. Mes mouvements étaient d'une grande assurance et j'avais l'impression que nous étions les fournaises du groupe. Lorsque l'action rituelle fut terminée, quelques heures s'étaient écoulées sans que j'aie eu conscience du temps qui passait.

3.3.1.1 Concordances mythologiques : La réitération de la naissance d'Aphrodite

L'expérience de mes premières *Ritual Actions* a été la plus puissante de toutes. Les conceptions plates que j'avais de la réalité et ma nature à ruminer constamment des pensées extrêmement négatives sur mes innombrables malchances en ont pris pour leur rhume. L'anamorphose est le terme qui me semble le plus juste pour décrire ces expériences. En regardant à travers le miroir sous l'angle de la psyché en tant qu'entité indépendante de ma personne, la vie s'est révélée sur un autre jour, comme magnifiée. De nouvelles strates redimensionnantes me sont apparues. Ce qui m'a permis de croire en ces manifestations de la psyché universelle est ce fait capital : j'étais d'une naïveté et d'une ignorance la plus totale et complète de la mythologie. Il m'aurait probablement fallu un temps considérable pour faire l'association consciente avec le mythe d'Aphrodite si R. Nieoczym ne m'avait pas révélé des indices.

L'expérience ci-haut me semble donc s'apparenter à ce dont Eliade, Campbell, Hendersen et von Franz parlent concernant le potentiel de la psyché à raconter à nouveau le mythe des origines — ici la naissance d'Aphrodite — pour activer un potentiel de guérison. Ce processus, par contre, m'apparaît beaucoup plus puissant, car je vis l'expérience du mythe dans le corps, dans ce que Nieoczym appelle l'imagination charnelle. Ainsi, la psyché se fond dans l'environnement, et les éléments de l'environnement me fournissent les points cardinaux qui réactivent les données archétypiques du mythe.

En effet, l'oiseau, l'écume de la mer, la chevelure abondante, la grenade et la beauté sont tous des éléments associés à la déesse Aphrodite. Ainsi, les textes que j'ai écrits sur ces expériences renferment-ils de précieux indices et ses syntagmes peuvent être utilisés pour recomposer l'image : « un oiseau survole les flots » devient le symbole d'Ouranos qui féconde les flots. J'arrive ensuite dans l'espace de travail métamorphosée par cette expérience du mythe, transportant les éléments marins associés à Aphrodite : « Je remonte, transformée, des algues qui pendent à mes cheveux, du sel de mer et de l'écume sur la peau ». Les longs cheveux et la beauté que je perçois dans le miroir continuent de pointer dans la même direction lorsque j'affirme avoir vu « une très belle jeune femme dans le miroir ». Finalement, le mythe continue de vivre et de se manifester dans d'autres situations, comme à ce déjeuner pendant lequel « je remis la grenade à un de mes partenaires de jeu. »

3.3.2 *Ritual Actions*, mai 2008 : l'image primordiale *sirène chante sur un rocher*

À mon retour aux *Ritual Actions* de mai 2008, par un après-midi ensoleillé, je refis mon rituel de nager vers le rocher à partir de la plage de Platamonas. Pour monter sur le rocher, je devais prendre soin de ne pas abîmer les petits mollusques qui s'y agrippaient. Une fois arrivée, je me mis à chanter la chanson *Ani Kuni*. C'était peut-être la troisième journée de travail rituel. L'eau était très calme et limpide. C'est alors qu'une multitude de poissons d'espèces différentes et aux couleurs les plus vives qu'il ne m'avait jamais été donné de voir surgirent tout autour du rocher sur lequel je me tenais. Je continuai à chanter. Les poissons restaient là. Mes résonateurs étaient bien activés et ma voix vibrait librement et avec force. Je percevais toutes les couleurs de l'arc-en-ciel avec les reflets chatoyants du soleil qui se reflétaient sur l'eau et les poissons. Mes perceptions me semblaient augmentées, j'étais émerveillée. C'est à partir de ce moment que je me mis à reproduire, inconsciemment d'abord, les sensations de ce moment rituel dans la séquence de la jeune femme d'*Auto-autopsie*, qui devint *sirène chante sur un rocher*. Il s'agit de l'image primordiale, du schéma d'actions qui se transpose et s'autoreproduit par lui-même pour vivre à nouveau.

Dans mon processus de création-recherche avec *Auto-autopsie*, l'image archétypique se structure et gagne en précision. Dans mon travail rituel, l'image se manifeste, brute, comme un diamant. Le chapitre 4 sera l'occasion d'analyser de façon plus détaillée les composantes des images selon les contextes de recherche.

4. Actions de guérison : images archétypiques et actions rituelles

Je propose, dans le présent chapitre, une analyse des figures et images archétypiques à travers quatre tableaux qui présentent leurs caractéristiques. Nous verrons dans un premier temps la constellation archétypique (inspirée de l'idée de James Hillman) des images de mon projet de création *Auto-autopsie*. Ensuite, j'analyserai les composantes de l'image archétypique *la sirène de Platamonas* et ses concordances avec le mythe. Je présenterai ensuite l'image *la sirène et les fées* à travers la loupe d'un schéma d'opérations du système sensoriel. Finalement, je ferai la synthèse des éléments reliés à la figure archétypique de la sirène dans tous les contextes de recherche.

En résumé, pour être archétypique, une image doit, d'après les écrits de Jerzy Grotowski et de Monique Borie, être rattachée à un mythe. Selon Mircea Eliade et Joseph Campbell, pour être un mythe, une histoire doit également :

- Se situer dans le temps des origines;
- être le récit d'un mystérieux événement qui changea le cours de l'histoire;
- l'événement raconté doit présenter un caractère sacré;
- l'événement raconté doit présenter des êtres surnaturels¹¹⁹.

Ensuite, j'ai constaté dans mes lectures qu'un archétype est un modèle de comportement (Jung) et possède une nature double, selon la dynamique du guérisseur-blessé (Chalverat). Je ne prétends pas avoir écrit un grand mythe universel, mais plutôt avoir décodé les indices qui me permettent de différencier les images archétypiques des instances en déséquilibre de ma mythologie personnelle. De plus, ce n'est pas parce qu'une image contient le potentiel de l'archétype que le rendu lors d'une présentation l'est. Le lecteur peut se référer à l'*Annexe A – Texte du projet de création Auto-autopsie*.

¹¹⁹ Éléments recensés dans Joseph Campbell, *Puissance du mythe*, op. cit., Monique Borie, *Mythe et théâtre aujourd'hui*, op. cit et Mircea Eliade *Le sacré et le profane*, Paris, Gallimard (Coll. Idées), 1965, 186 p.

4.1 La constellation archétypique de la doer dans *Auto-autopsie*

Dans le projet de création *Auto-autopsie*, la figure archétypique de la doer gouverne la constellation archétypique de la même façon que le thème d'Eros oriente les actions des *Ritual Actions*. La figure de la doer est relative à la sagesse de la guérisseuse, celle qui transmet son savoir. Elle est constellée de toutes les images de ma psyché dans ce projet et elle est mue par le dynamisme du guérisseur-blessé. Elle assure l'homéostasie de la création-témoignage qui se redéfinit constamment en fonction de la question viscérale qui sous-tend toute l'entreprise de création-recherche : quelles actions dois-je faire pour me soigner? La transmission du savoir par le maître doer Ryszard Nieoczym en tant que modèle de comportement dans le training a fort probablement contribué à l'émergence de la doer au conscient. Voici donc le tableau de la *constellation archétypique de la doer* associée au projet *Auto-autopsie*.

TABLEAU 2. LA CONSTELLATION ARCHÉTYPIQUE DE LA DOER

Images	Figures/instances	Croyances en lien avec la guérison	Schémas d'actions	Paramètres de connexion
<i>Métamorphoses de la femme-chamane</i>	Femme-chamane	Art de la métamorphose	Vole/atterrit/saute de rocher en rocher	Mythe
	Femme-oiseau	Mouvements d'ouverture	Vole/mouvements d'ouverture des bras	Action
<i>Le sacrifice du loup-marin</i>	Storyteller	Énonciation du mythe	Raconte le récit de mes origines	Texte
	Chasseur	Sacrifice	Mime la chasse	Action rituelle
	Loup-marin	Animal totem		
<i>Sirène chante sur un rocher</i>	La sirène	Chant	Schéma d'actions de <i>la sirène de Platamonas (Ritual Actions)</i>	Action rituelle chant
<i>L'enfant blessée et le docteur</i>	L'enfant blessée	Retour aux origines de la souffrance	Témoigne (assise/parle)	Texte
	Le docteur	Injustice empêche guérison	_____	Texte
<i>La patiente toxique-euphorique</i>	La patiente	Retour aux origines de la souffrance	Témoigne (assise/parle)	Texte
<i>La patiente et le docteur</i>	La patiente	Retour aux origines de la souffrance	_____	Texte
	Le docteur	Injustice empêche guérison	_____	Texte

TABLEAU 2 (SUITE)

Images	Figures/instances	Croyances en lien avec la guérison	Schémas d'actions	Paramètres de connexion
<i>Le choix du guérisseur-blessé</i> (image en pulsion)	La patiente	Ajustement du système de croyances	Témoigne (assise/parle)	—
	La patiente proactive	Les médicaments ne sont pas la solution	Agite rythmiquement le pot de pilules/le laisse tomber	Rythme
<i>La mue du serpent ou euphorie post-traumatique</i>	La patiente	L'énergie érotique	Témoigne (assise/parle)	Texte
<i>Rêve prophétique de l'homme-oiseau</i>	La patiente	Renouveau	Se relève	Action
L'émergence de la <i>constellation archétypique de la doer</i> au conscient	L'homme-oiseau	Le guérisseur	S'enduit de boue	Texte
	La doer	Sagesse/savoir objectif guérisseur-blessé	Raconte le mythe : – écrit le mémoire – présente <i>Auto-autopsie</i>	– Projet de création <i>Auto-Autopsie</i> – texte : mémoire

Images : J'utilise dans ce tableau le terme « images » tant pour référer à l'image archétypique qu'aux images anecdotiques, car dans certains cas, l'image est simplement une image plus mentale et moins incarnée.

Figures/instances : Les figures archétypiques, dans le cas présent, impliquent une relation avec le mythe. Je nomme simplement les personnages de ma création *Auto-autopsie* des « instances » (selon le sens freudien), lorsque celles-ci n'atteignent pas le niveau archétypique et sont plutôt des personnifications du traumatisme relatif à l'ego. Par exemple, l'enfant blessé, la patiente ainsi que le docteur sont des instances, car elles présentent soit des déséquilibres — comme l'inflation de l'ego dont parle Chalverat — ou ne comprennent pas toutes les composantes d'une image archétypique.

Croyances : J'utilise le syntagme « croyances en lien avec la guérison », car la guérison est le dénominateur commun ayant motivé mes choix créatifs. Par exemple, le choix de la figure de la femme-chamane a été motivé par la croyance naïve selon laquelle le chamanisme — ou art de la métamorphose — est un moyen de guérison supérieur à la médecine. Le contre-exemple est manifeste si on observe la croyance relative à l'instance du docteur : « injustice empêche guérison ». Toutefois, on peut constater, à l'image *Patiente devient proactive*, l'information « ajustement du système de croyances ». En effet, c'est à ce moment que le guérisseur s'internalise en tant qu'instance de ma psyché et forme la nouvelle croyance : « les médicaments ne sont pas la solution ». Ainsi, arrivée à l'image *la mue du serpent ou euphorie post-traumatique*, la solution tirée de mon expérience des *soundings* émerge : la solution est en moi. Comme le texte d'*Auto-autopsie* relié à cette image l'affirme : « il y a comme un serpent qui coule en moi et qui demande à sortir », l'énergie érotique symbolisée par le serpent est la source de mon potentiel de guérison et je peux l'activer par le travail sur les images archétypiques et les actions rituelles.

Schémas d'actions : Le syntagme « schémas d'actions » peut référer soit à un schéma d'actions physiques, soit à des actions figuratives, ou encore à des actions rituelles.

Paramètres de connexion : La colonne « Paramètres de connexion » pointe le point de connexion principal entre le corps de l’actant et les éléments de l’environnement. Dans le cas de l’image du *sacrifice du loup-marin*, c’est l’action rituelle métaphorique « sacrifice ».

4.1.1 Les *métamorphoses de la femme-chamane*

Les *métamorphoses de la femme-chamane* est l’image mère de ma création *Auto-autopsie*. Elle est constituée des figures archétypiques suivantes : la doer, la femme-chamane, la sirène, la femme-oiseau, la storyteller et le chasseur de loups-marins. Dans le récit de ma création *Auto-autopsie*, le mythe des origines est présenté à travers la figure archétypique de la femme-chamane. La storyteller raconte ensuite comment l’arrivée de l’ancêtre Joseph Caron (le docteur) a été l’événement déclencheur de la désacralisation de l’art de guérison rattaché aux êtres surnaturels. Le chasseur de loups-marins est la connexion au rituel de chasse ancestrale. Il personnifie le sacrifice rituel originel. Cette première séquence d’images est en profonde connexion avec la croyance que je dois retourner à mes origines devant témoins pour vivre une véritable guérison. Par conséquent, l’image *métamorphoses de la femme-chamane* m’apparaît archétypique dans sa structure.

4.1.1.1 De femme-chamane à femme-doe

À l’origine, selon Joseph L. Hendersen dans *L’Homme et ses symboles*, le chaman était le « trickster », un « maître d’initiation primitif » devenu, suite aux transformations de niveau culturel, « le chaman, le guérisseur ». Hendersen affirme que Jung classe le chaman dans les « symboles de transcendance de la psyché¹²⁰ ».

Au départ, la femme-chamane était pour moi la voix de la guérison par la transformation, la voix de la sagesse du guérisseur qui se soulève pour confronter la conscience du docteur moderne. Je m’identifiais à elle. Elle devient doer suite à ma prise de conscience des enjeux de la question des origines sibériennes du chaman. Cette doer est la guide intérieure de la constellation archétypique que constitue la création-témoignage *Auto-Autopsie*. Alors que la femme-chamane est une figure archétypique culturelle, la doer est quant à elle une figure universelle.

¹²⁰ Joseph L. Hendersen, « Les mythes primitifs de l’homme moderne », dans Carl G. Jung et M.-L. von Franz (dir.), *L’homme et ses symboles*, Paris, Robert Laffont, 1964, p. 151.

À ce chapitre, il s'agit d'une collision entre deux modèles archétypiques. Le modèle exemplaire de comportement de la doer se substitue à celui de la chamane dans ma psyché. Il s'agit d'un processus de retour aux origines mythiques, par extension aux théories d'Eliade et Jung. C'est la croyance intuitive qu'il existe un « savoir objectif » auquel je pourrais accéder qui motive l'énonciation du mythe de mes origines. Symboliquement, je retourne dans le temps sacré du mythe chercher le pouvoir d'autoguérison de mes ancêtres. La religion amérindienne ne m'a pas été transmise, mais j'ai la croyance que je peux la retrouver en plongeant dans les images archétypiques de ma psyché. Je suis donc passée de l'identification culturelle (femme-chamane) à l'édification d'une figure archétypique universelle (doer).

4.1.1.2 Sur les traces de la femme-oiseau

La femme-oiseau a été créée à partir d'un fort souvenir d'enfance dans lequel je courais et sautais de rocher en rocher avec liberté. Depuis l'enfance, je répétais en leitmotiv tous les étés l'image de la femme-oiseau sans même le savoir. En choisissant intuitivement cette image pour mon projet, je voulais ressentir cette légèreté aérienne au lieu de la lourdeur de la douleur. Grâce aux mouvements d'ouverture du corps et au choix de la figure archétypique de la femme-oiseau, j'ai travaillé à renverser les effets nocifs de la posture assise dès l'été 2008, après avoir fixé mon choix sur cette séquence d'action. Le processus de déconditionnement s'est donc enclenché pour moi avec cette action simple d'ouverture des bras et de la cage thoracique en relation avec l'image de l'oiseau. Mais derrière ce choix d'action se cachait un mythe.

En effet, à la lecture intégrale de *L'Homme et ses symboles*, en 2013, je prends connaissance des origines mythiques du chaman, et je constate avec stupeur et émerveillement que ce dernier, en mythologie, est né de l'union entre une femme et un oiseau. Or, c'est bien naïvement que j'ai choisi l'image archétypique contenant les actions « voler/sauter de rocher en rocher », pendant le *Theatre Apprentice program*, à l'été 2008. C'est donc bien après avoir présenté le projet, en essayant de décrypter les messages contenus dans *Auto-autopsie*, que je tombe sur l'explication à l'origine de ma prise de conscience. En effet, Henderson affirme que le pouvoir du Chaman « réside dans la faculté

qu'on lui attribue de quitter son corps et de voler dans l'univers sous la forme d'un oiseau¹²¹. ».

4.1.1.3 La jeune femme ou sirène chante sur un rocher

La figure archétypique de la jeune femme contient la première action rituelle d'*Auto-autopsie* : le chant des origines avec la chanson amérindienne *Ani Kuni*. Dans l'agencement de l'ordre des images d'*Auto-autopsie*, l'image *sirène chante sur un rocher* se manifeste avant que j'en prenne connaissance consciemment : jusqu'à la fin de mon processus de création-recherche, je ne suis pas consciente que le schéma comportemental de l'image *sirène chante sur un rocher* émerge dans de multiples contextes. Elle est pour moi, à ce moment, la jeune femme. Néanmoins, je conçois que l'endroit où je l'ai placée dans la création et son schéma d'actions me fournissent des indices. En effet, la femme-oiseau vole et saute de rocher en rocher pour ensuite atterrir sur l'un d'eux. Je présenterai en profondeur cette image archétypique dans la section *Travail rituel*, car c'est celle que j'ai retenue comme ayant le plus grand potentiel de guérison.

4.1.1.4 La figure de la storyteller ou l'énonciation du mythe dans Auto-autopsie

Dans l'image mère *les métamorphoses de la femme-chamane*, la femme-chamane personnifie également la storyteller, qui raconte le mythe d'origine, tentant de restaurer la mémoire des coutumes oubliées de son village. La storyteller procède en moi à l'énonciation du mythe de mes origines à travers *Auto-autopsie*. Cette figure s'est constituée à Buck Lake. Selon moi, trois facteurs ont favorisé son émergence :

- 1) La pulsion (désir) de raconter mes origines;
- 2) l'environnement : le contact avec la nature et les conditions de vie immersives du rythme écosystémique dans lesquels la communauté est placée ont favorisé l'ouverture aux autres;
- 3) la présentation du processus de création des images en temps réel devant témoins.

À travers le désir de témoigner, c'est le désir de transmission orale à l'origine du storytelling qui se manifeste en moi. Il y a transmission d'un savoir de la part du maître doer qui m'aide à construire cette instance dans ma psyché et à le retransmettre à mon tour,

¹²¹ Joseph L. Hendersen, *loc. cit.*, p. 151.

comme en fait foi cet extrait de mon journal de 2011 qui suivit ma lecture de *The archetypes and the collective unconscious* de Carl Gustav Jung :

Extrait de journal/Processus (novembre 2011) : *Je, à travers la figure archétypique de la storyteller, reconnecte avec un passé mythique qui, en tant que modèle exemplaire, me révèle les mystères relatifs à mon autoguérison par le rituel. En me connectant à l'inconscient collectif, je reçois les enseignements de mes ancêtres du commencement. Les images archétypiques émergent de mon âme : la plupart du temps, les images du projet de création Auto-autopsie ne sont pas le fruit de choix rationnels au départ : elles ont surgi du jeu.*

4.1.1.5 Le sacrifice du loup-marin

L'image archétypique du *sacrifice du loup-marin* est la deuxième action rituelle du projet *Auto-autopsie*. Toujours dans l'image *métamorphoses de la femme-chamane*, le chasseur présenté par la storyteller est ensuite présent de façon mimétique dans *Auto-autopsie*. C'est la storyteller qui effectue le rituel de sacrifice du loup-marin et en mange la chair crue. Or, on appelle aussi les chamans « mangeurs de chair crue ». Je n'ai pas cherché à faire la reconstitution d'un rituel, je n'ai que laissé émerger l'image à travers son schéma d'actions. Le loup-marin est la figure symbolique du sacrifié au cœur du texte. Lorsque j'étais petite, je chantais sur un rocher au bord de l'eau jusqu'à ce que l'animal vienne à ma rencontre. J'associais cet animal à mon animal totem, soit celui qui représente mon âme dans la mythologie amérindienne.

L'image du *sacrifice du loup-marin* s'est avérée être fréquemment le lieu d'états qui me procuraient par la suite une intense libération. Cette libération me paraît reliée au fait de se départir d'un comportement souffrant. Donc, apaiser la douleur de l'âme pour apaiser le corps, ainsi que se départir de la souffrance morale de l'injustice, sacrifier la victime du système au profit de la doer qui agit.

4.1.2 Le rêve prophétique de l'homme-oiseau

Le texte de l'homme-oiseau a émergé d'un rêve puissant dans lequel on me tendait la main pour me faire léviter. En 2004, au moment de ce rêve, j'avais de la difficulté à me mouvoir normalement, suite à mon deuxième accident de voiture. Ce texte parle du moment de ma découverte du potentiel de guérison du théâtre. C'est à ce moment que l'espoir d'améliorer

ma condition renaît par la croyance que le pouvoir de transformation du théâtre est illimité. Le texte reconstitue un rêve dans lequel je suis libérée de l'oppression de la douleur et lévite sous l'action de l'homme-oiseau. C'est à partir de ce rêve qui me paraissait si tangible que ce texte a émergé. Il est le symbole du début d'un long processus de guérison.

4.1.3 Les images anecdotiques ou confronter le traumatisme

Les images de *l'enfant blessée et le docteur*, *la patiente toxique-euphorique*, *la patiente et le docteur*, *la patiente devient proactive* ainsi que *la mue du serpent ou euphorie post-traumatique* sont souvent demeurées de niveau anecdotique. Selon moi, c'est principalement parce qu'elles sont puisées à même mes traumatismes personnels relatifs à l'ego et contiennent principalement des éléments autobiographiques.

4.1.3.1 *L'enfant blessée*

J'ai donné une voix à l'enfant blessée, à celle en moi qui n'en avait pas lors de son premier accident à l'âge de treize ans. Lors de mon arrivée à l'hôpital de Chicoutimi, en 1994, on m'a placée dans le couloir. Personne ne s'occupait de moi. Le texte a été écrit comme un cri, le cri de l'enfant à l'intérieur de la jeune femme, 14 ans plus tard. Il fait partie de l'injustice sociale.

Nieoczym a identifié pour moi la catharsis du protagoniste qui se produisait avec l'instance de l'enfant blessée en mars 2009. Mes puissantes expériences cathartiques ont coïncidé, à cette époque, avec mon retour de la Grèce après les *Ritual Actions* de février 2009. C'était comme si je revivais les émotions qui sont restées bloquées en moi à l'âge de treize ans, à la suite de mon premier accident de voiture. Ces expériences étaient suivies d'un intense soulagement, comme si j'avais véritablement réussi à expulser la souffrance psychosomatique reliée au traumatisme de l'enfance. Malheureusement, je n'ai pas réussi à leur redonner cette dimension lors de la présentation du 30 avril 2009. Il est possible que ce soit l'expérience des *Ritual Actions* quelques jours plus tôt qui a rendu possibles ces expériences cathartiques.

4.1.3.2 *La patiente et le docteur*

Les trois fragments de textes qui concernent le docteur sont parfois mot à mot une

reconstitution des citations des médecins dans les situations que j'ai vécues, tandis que les réponses de la patiente sont plutôt la façon dont j'aurais souhaité être en mesure de m'exprimer, ce que j'essayais de dire. Dans la première version de ce texte, le docteur est un insensible qui n'a d'autre intérêt que de vendre la dernière marque de médicament cotée en bourse pour son propre profit. Il s'oppose à la figure de la femme-chamane, supprimée par la société et dont la voix se fait parfois entendre dans les mots de la patiente qui confronte le docteur en lui demandant d'exercer pour elle la fonction ancestrale du guérisseur. C'est le conflit interne qui m'habitait à ce moment. En effet, à ce moment, je contestais dans toutes les sphères de ma vie le problème d'accès aux traitements et la trop grande facilité d'obtenir des médicaments.

La patiente est cette voix qui réclame le soin de l'âme, cette voix qui finit par renoncer à être une « patiente » pour se sauver elle-même. En effet, le processus de guérison a commencé pour moi au moment où j'ai décidé de cesser de chercher la guérison à l'extérieur de moi, dans la figure du docteur. Le processus a commencé lorsque j'ai refusé de considérer la médication comme la seule option pour me soigner, que j'ai cessé de tenter d'en convaincre mon médecin, et que j'ai pris en charge, soutenue par la communauté du Théâtre LeTHAL, mon processus de guérison.

J'ai écrit le texte de la patiente au moment de cette prise de conscience, alors que je souhaitais faire la paix avec la fausse croyance que les médecins qui refusaient de me soigner le faisaient parce que je ne méritais pas d'être soignée en tant qu'être humain. Je souhaitais exposer les limites du système pour remettre le conflit social intergénérationnel en avant-plan, plutôt que la situation personnelle. Lorsque *la patiente devient proactive* « *jette le pot de pilules par terre avec défi et fierté* », la force ancestrale de l'homme-oiseau s'empare d'elle et elle a à nouveau le pouvoir de se transformer. Le projet reprend des couleurs archétypiques.

4.2 Quand l'image archétypique émerge des *Ritual Actions* : la figure de la sirène

L'image archétypique d'*Auto-autopsie* qui contient le plus d'éléments rituels est *sirène*

chante sur un rocher. Le schéma d'actions de la sirène se reproduit dans une multitude de contextes. À travers le rythme, le chant, la danse et la parole se créent des images archétypiques qui sous-tendent chacune de mes actions. Les actions prennent la dimension d'actions rituelles lorsque la connexion au mythe de mes origines est réellement vécue au lieu d'être simplement récitée. Les actions doivent être exécutées en lien avec une profonde croyance pour accéder à la dimension rituelle. J'ai également remarqué que lorsque la notion de *flow* s'installe, les autres éléments rituels se présentent d'office.

Par l'action rituelle de chanter *Ani Kuni*, la sirène établit la connexion rituelle au mythe par la chanson et ne raconte plus simplement mon histoire, mais l'histoire d'un peuple, l'histoire de nos origines évolutives : une histoire universelle. C'est cette profonde transformation qu'a subie l'image lors de mon premier voyage aux *Ritual Actions*, en février 2008 : une transformation du niveau culturel au niveau universel, du cliché à la profondeur rituelle.

Le tableau qui suit résume la question : à quoi l'image est-elle reconnaissable? La même figure archétypique (la sirène) émerge des différents contextes et est reconnaissable à son schéma d'actions, à son mythe d'identification (concordances mythologiques) et aux éléments qui relient le corps à l'environnement. Elle peut se réactiver au contact d'éléments partiels de son contexte d'origine et reprendre forme différemment selon le contexte de recherche.

TABLEAU 3. LA SYNTHÈSE DE LA FIGURE ARCHÉTYPIQUE DE LA SIRÈNE

Caractéristiques	La figure archétypique de la sirène				
	Femme-chamane	Sirène de Platamonas	Femme-oiseau	<i>La sirène et les fées</i>	La jeune femme
Date	Été 2007	Mai 2008	30 avril 2009	Mai 2009	30 avril 2009
Contexte de recherche d'origine	<i>Theatre Apprentice program</i>	<i>Ritual Actions</i> (travail solo)	Témoignage <i>Auto-autopsie</i>	<i>Ritual Actions</i> (travail de groupe)	Sirène cachée dans la création <i>Auto-autopsie</i>
Phase de recherche	Création-recherche	Retour aux sources rituelles	Témoignage rituel	Retour aux sources rituelles	Témoignage rituel
Image archétypique	<i>Métamorphoses de la femme-chamane</i>	<i>Sirène chante sur un rocher</i>	<i>Métamorphoses de la femme-chamane</i>	<i>La sirène et les fées</i>	<i>Sirène chante sur un rocher</i>
Élément(s)	Air-terre	Eau-soleil-rocher	Air-terre	Eau	Air-terre
Schéma d'actions	Mouvements d'ouverture des bras/atterrit/saute de rocher en rocher	Chante <i>Ani Kuni</i>	Mouvements d'ouverture de bras/atterrit/saute de rocher en rocher	Ondule des jambes/rit	Chante <i>Ani Kuni</i>
Action rituelle	S'envole	Chante sur un rocher	Vole/atterrit/se métamorphose	Connexion rituelle avec la mer	Chante sur un rocher
Paramètre(s) de connexion	Mythe	Forces environnementales (marées/rocher/soleil)	Action	Rythme	Action rituelle chant

Dans ce tableau, les dates d'émergence de la figure archétypique me paraissent importants afin de souligner le fait que les images émergent dans mon processus, la plupart du temps de façon inconsciente, souvent jusqu'à ce qu'un témoin l'identifie. Parfois, il peut s'écouler beaucoup de temps entre la manifestation de l'image et son apparition au conscient. D'autres fois, les déclics se font dans l'instant. Il m'est également apparu important de spécifier davantage le contexte de l'image, par exemple, s'agissait-il d'une image qui a émergé dans mon travail solo dans les paysages extérieurs aux *Ritual Actions*, ou d'une image qui s'est manifestée dans le cadre de ma création-recherche?

Dans ce tableau, j'ai également cru bon d'étayer davantage la catégorie « données archétypiques » présentée dans le *Tableau 1. Les phases de recherche de mon processus*. Ainsi, on distingue que l'image réfère à la même source, soit la figure archétypique universelle de la sirène. La dynamique archétypique sous-jacente est également la même pour toutes les images (guérisseur-blessé). C'est le schéma d'actions et l'action rituelle (chanter *Ani Kuni*) qui permettent aussi de déduire que la figure archétypique derrière la jeune femme du projet de création *Auto-Autopsie* est en fait la même image que l'expérience originellement vécue sur le rocher de Platamonas, soit *sirène chante sur un rocher*.

Dans l'image *sirène chante sur un rocher* (version *Auto-autopsie*), le schéma comportemental de la sirène se reproduit dans l'action avec la réactivation, dans ma mémoire sensorielle, des éléments de l'image primordiale d'origine. L'image qui pénètre, à mon insu d'abord dans mon projet de création, est celle de *la sirène de Platamonas* (2009). Je l'identifie alors seulement comme la femme-chamane transformée en une jeune femme pour chanter ses origines. Il me faudra jusqu'en 2013 pour faire le parallèle entre cette image et l'image *sirène chante sur un rocher*.

On constate aussi que la sirène peut surgir avec un autre schéma d'actions, comme c'est le cas de l'image *la sirène et les fées* qui, confrontée au groupe des *Ritual Actions*, a ensuite provoqué un nouveau réflexe comportemental (rire) qui n'était pas présent aux origines de l'image. Dans l'image *la sirène et les fées*, des fées sont en train de danser alors que je deviens sirène. La connexion entre les éléments n'est pas

logique, mais elle possède sa propre homéostasie. Dans la séquence analysée dans le *Tableau 5. Le schéma d'opérations du système sensoriel*, la prise de conscience de l'image se fait pratiquement en simultané.

Les images analysées ici sont toutes deux tirées du contexte des *Ritual Actions*. Nous verrons, dans la section qui suit, les divers contextes d'émergence de la figure archétypique de la sirène. Alors que le tableau ci-dessous présente les données mythologiques primaires (image primordiale) présentes au contexte d'émergence originel (travail solo à l'extérieur), la section qui suit analyse le schéma d'opération du système sensoriel de l'image archétypique *la sirène et les fées* (travail de groupe dans l'espace de travail des *Ritual Actions*).

4.2.1 L'image primordiale *sirène chante sur un rocher*

Les données de l'image primordiale *sirène chante sur un rocher* sont les points cardinaux qui m'indiquent un potentiel chemin vers la guérison. Voici donc les éléments constitutifs de cette image.

TABLEAU 4. L'IMAGE PRIMORDIALE *SIRÈNE CHANTE SUR UN ROCHER*

<i>Sirène chante sur un rocher</i> (originellement <i>la sirène de Platamonas</i>)	
Figure archétypique	La sirène
Patronne mythologique	Aphrodite
Archétype comportemental	Guérisseur-blessé
Contexte d'émergence	<i>Ritual Actions</i> , Platamonas, Grèce, mai 2008
Position spatio-temporelle	Sur un rocher, au bord de l'eau, face au soleil
Action rituelle	Chanter <i>Ani Kuni</i>
Schéma d'actions	Nage/grimpe sur un rocher/chante en regardant les poissons
Éléments de connexion environnementaux	
Mer/Eau	Principe de vie, forces de marées, fluidité/ <i>flow</i> (Poseidon/Aphrodite : inconscient et émotions)
Soleil	Cycle de vie, puissance cosmique, magnétisme (Helios : renaissance)
Rocher	Vie et mort, forces telluriques (Sysiphe : éternel recommencement)
Oiseau	Femme + oiseau = femme-chamane/sirène
Poissons aux couleurs de l'Arc-en-ciel	Fécondité, pouvoir de régénération (symbole d'abondance des chrétiens)

L'image primordiale *sirène chante sur un rocher* est la réponse à la question : Quelles actions dois-je faire pour me soigner? L'origine de cette association dans mes croyances est le fruit de relations symboliques entre mes origines culturelles (amérindiennes), mythologiques (Aphrodite) et universelles symboliques (la sirène). L'image archétypique *sirène chante sur un rocher* contient l'action rituelle « chanter *Ani Kuni* » et est formée du mythe de la naissance d'Aphrodite, patronne mythologique des sirènes. Elle est partie intégrante des éléments eau ET soleil ET rocher dont découlent les forces archétypiques environnementales suivantes : forces de marées, force cosmique, magnétisme. Les poissons représentent la fécondité et la régénération. L'association femme ET poisson ou femme ET oiseau mène à la figure universelle de la sirène ainsi qu'aux origines mythiques du chamanisme. La sirène a émergé dans ma pratique rituelle solo sur la plage entre deux séances de travail de groupe. Je l'ai baptisé *la sirène de Platamonas*.

4.2.2 L'impulsion créative à l'origine de *la sirène de Platamonas*

En plongeant dans l'eau pour nager jusqu'au rocher, je réponds à une *impulsion*. Cette impulsion est motivée par un *désir* qui n'est pas rationnel. Je suis en mode sensoriel. Mon mode de perception est symbolique. Mes *actions* se construisent dans l'espace en fonction du *besoin* de me libérer de la douleur. Je nage vers le *plaisir*, sans y penser à partir de fonctions rationnelles. C'est l'*archétype du guérisseur- blessé* qui constelle ma *psyché*. Je suis gouvernée par ma *volonté de guérir*, mon champ d'action se situe à l'intérieur de la *constellation archétypique de la doer*.

Au moment où je prends la décision de répondre aux impulsions qui se produisent en moi en nageant vers le rocher, il n'y a aucune hésitation en moi : il s'agit d'une réaction spontanée qui agit en fonction de *croyances profondes* en *connexion* avec *les éléments de l'environnement*. Ces croyances, ce ne sont pas des phrases que je me répète dans ma tête, ce sont des désirs manifestés en *actions-réactions spontanées*.

Il se produit alors une chaîne d'actions-réactions qui, telle la roche qui rebondit sur l'eau, répond à des désirs *en pulsion*, qui poussent pour devenir *image archétypique*. C'est le *processus organique* de *l'anima-mundi* : le corps dans son interaction avec

l'environnement devient partie intégrante de l'image archétypique qui constitue le prisme des composantes que je dois réunir pour me soigner. Inconsciemment d'abord, à partir de ces fonctions qui sont plus puissantes que le conscient, le *comportement ritualisé* qui se manifeste à l'intérieur de l'image archétypique *sirène chante sur un rocher* me fournit les données relatives à *l'activation de mes potentiels de guérison*.

Pour comprendre le sens caché de l'image, il faut connaître la signification de ses symboles, et apprendre à parler selon la logique de la pensée symbolique associative. Les langues amérindiennes, par exemple, sont construites ainsi. Ainsi, le mythe de la naissance d'Aphrodite m'indique que l'érotisme est vital à mon processus. Je dois l'activer par l'image archétypique. Je dois retrouver la connexion primordiale à l'image qui me permet de canaliser l'énergie environnementale. Lorsque je suis dans un espace où il n'y a pas de mer, je dois faire confiance à la mémoire sensorielle de la chanson pour me raconter à nouveau le mythe de mes origines. Elle me permettra de retrouver la connexion à mon âme et à l'inconscient. Je dois être en position de réceptivité et d'ouverture pour permettre à la chanson de faire son travail vibratoire. Tel le mythe de Sisyphe, le rocher m'indique que ce travail sera toujours à recommencer, sans garantie de résultats.

Cherchant à expliquer le profond soulagement qui perdura pendant des mois à la suite de ce moment, une de mes premières impressions face à cette image était qu'il s'était produit un échange de mémoire cellulaire entre moi et les poissons. Il faut voir ces pensées avec légèreté. Toutefois, comme Hendersen l'affirme dans *Les mythes primitifs de l'homme moderne*¹²², je crois que l'être humain a conservé les traces de son évolution dans son bagage génétique. J'interprète donc l'action de *regarder les poissons aux couleurs de l'arc-en-ciel* comme celle de lire dans sa mémoire cellulaire pour réactiver son potentiel de régénération. Toutefois, l'image possède, comme tous les éléments de la nature, son cycle de vie et de mort. Ses effets ne sont pas éternels, mais la divine patronne de l'image m'enseigne comment en prolonger les effets.

¹²² « L'esprit humain a une histoire propre, et la psyché garde de multiples traces des stades antérieurs d'évolution. » Joseph L. Hendersen, *loc. cit.*, p. 106.

Il me semble que les aspects de focalisation/orientation, d'ouverture de la perception (mode symbolique) et de la position spatio-temporelle de réceptivité aux sources d'énergie environnementales sont fondamentaux dans les réponses que l'analyse de l'image me fournit. L'image archétypique *sirène chante sur un rocher* est provoquée par un changement de centre d'attention conscient (de l'ego à l'image). Ainsi pour moi, l'image archétypique *sirène chante sur un rocher* est une image qui, par son caractère viscéral, fait naître dans le corps un potentiel d'action ou « courant d'impulsions organique qui précède l'action » (J. Grotowski). L'image se projette vers l'extérieur au contact des éléments de l'environnement qui la provoque — ou de leur remémoration sensorielle. En déplaçant mon attention de mes préoccupations personnelles, telle la douleur, l'image archétypique *sirène chante sur un rocher*, par « l'acte de cognition de la fantaisie » (R. Nieoczym) qui la sous-tend, révèle les données qui permettent de mieux connaître les actions et éléments qui la composent afin permettre d'apprendre à déclencher la réponse comportementale voulue (A.C.).

4.2.3 L'image archétypique *la sirène et les fées*

Extrait de journal/*La sirène et les fées* (mai 2009) : *Dans l'espace intérieur des actions rituelles, en mai 2009, elle est venue à moi alors que je n'arrivais pas à me lever pour danser avec le reste du groupe, car j'avais trop mal au dos. Soudainement, mes pieds se sont transformés en queue de poisson et je me suis mise à rire de tout mon cœur : quel soulagement. Je ne me suis pas plus levée, mais une voix me disait que si je ne pouvais danser, c'était parce que j'étais différente à cause de ma queue de poisson.*

Le passage ci-haut présente l'émergence de la figure archétypique de la sirène dans un contexte de groupe, pendant les *Ritual Actions*. C'est le fait d'essayer de comprendre ce qui s'est produit en moi lors de mon expérience de *la sirène et les fées* qui m'a fait adopter le modèle qui suit pour analyser son schéma comportemental. Je cherche à apprendre comment je peux avoir une action constructive sur ma perception de la douleur par l'utilisation d'images archétypiques et d'actions rituelles. Je me suis inspirée pour ce faire de deux modèles de transfert d'information sensorielle (au niveau neurophysiologique), soit celui de Shropshire ainsi que celui de

Jolanta Koszteyn (biologiste) et Piotr Lenartowicz SJ (neurophysiologiste)¹²³. Dans un ordre séquentiel, les étapes du processus selon l'approche du traitement de l'information de Shropshire sont les suivantes :

Stimulus sensoriel → Transduction (Intégration) → Sensation → Perception

Jolanta Koszteyn et Piotr Lenartowicz SJ confrontent ce modèle et, afin d'éviter la tendance à l'animisme, proposent plutôt celui-ci¹²⁴ :

Influence → Processus d'orientation quantitatif et qualitatif → Stimulus (Transduction) → Réponse comportementale

Le modèle de schéma d'opération du système sensoriel que j'ai élaboré pour expliquer l'émergence de l'image archétypique *la sirène et les fées* illustre comment un simple bruit de vagues peut faire en sorte d'activer le potentiel de guérison. Dans le tableau qui suit l'extrait de journal suivant, je décortique les mécanismes de ma perception. Voici la séquence de mes schémas d'actions et de pensée tels que je les ai consignés dans mon journal (mai 2009) sur ce qui s'est produit du point de vue de ma perception dans l'espace de travail de groupe des *Ritual Actions* :

- 1) *Do nothing/via negativa;*
- 2) *symptômes (ego) : douleur, pensées négatives, sentiment d'exclusion;*
- 3) *les autres dansent dans l'espace et moi je n'arrive pas à marcher;*
- 4) *je me fais violence pour utiliser un paramètre de connexion avec les partenaires de jeu (le rythme du bruit des vagues). Ils se métamorphosent soudain en fées qui dansent autour du feu dans la forêt;*
- 5) *toujours allongée au sol, je regarde mes jambes qui ondulent en mouvements fluides;*
- 6) *je me rends compte que si je ne peux pas danser c'est parce que j'ai une queue de sirène;*
- 7) *j'éclate de rire;*
- 8) *je fais maintenant partie d'une image archétypique globale.*

¹²³ Étude phénoménologique sur le transfert d'informations entre organismes biologiques. Jolanta Koszteyn et Piotr Lenartowicz SJ, « On the descriptive terminology of the information transfer between organisms », dans *Forum Philosophicum*, Faculté de philosophie de l'Université Ignatianum, Cracovie, vol. 4, (1999), pp. 165-206 [article pdf en ligne]. <http://lenartowicz.jezuici.pl/wp-content/uploads/2011/09/36-Znaki-Ang-1999.pdf> (site consulté en mars 2013 et en avril 2017).

¹²⁴ Contrairement à Shropshire qui parle de stimulus dans le même cas, selon les auteurs, un stimulus implique nécessairement une relation entre une force environnementale et une capacité perceptive. Le processus de réception d'un stimulus est, selon les auteurs, une activité biologique (les stimuli internes sont des signaux). Les auteurs préfèrent utiliser le terme « influence » pour référer aux dynamismes se produisant dans le monde minéral (ex. : forces telluriques ou marées).

TABLEAU 5. LE SCHÉMA D'OPÉRATIONS DU SYSTÈME SENSORIEL

<p style="text-align: center;"><i>La sirène et les fées</i> Contexte <i>Ritual Actions</i> Schéma d'opérations du système sensoriel Archétype 1 : blessée/niveau individuel (déséquilibre)</p>			
Stimulus/signal	Processus d'orientation de l'attention/Perception	Transduction du Stimulus/Perception	Réponse comportementale
Signal douloureux	1) Orientation introvertie (personnelle/ego) 2) sensations/symptômes : douleur, pensées négatives, sentiment d'exclusion	3) Perception 1 : <i>les autres dansent dans l'espace et moi je n'arrive pas à marcher</i>	4) <i>Je me fais violence pour utiliser un paramètre de connexion (le rythme des vagues)</i>
<p style="text-align: center;">Archétype II : figure archétypique de la doer Guérisseur-blessé (équilibration des pôles)</p>			
Stimulus « bruit des vagues »	5) Orientation extravertie (transpersonnelle/archétype) Focalisation sur le bruit des vagues : paramètre de connexion rythme Sens stimulés : vue, ouïe, système vestibulaire	6) Perception 2 : filtre de la fantaisie Transduction de « bruit des vagues » à flow d'actions : <i>Toujours allongée au sol, je regarde mes jambes qui ondulent en mouvements fluides »</i> 7) <i>Je me rends compte que si je ne peux danser c'est parce que j'ai une queue de sirène</i>	8) Réaction émotionnelle : <i>J'éclate de Rire</i> 9) réaction neurophysiologique : l'image transforme la douleur en plaisir.

Tout d'abord, il faut voir le schéma de pensée que j'ai retranscrit dans ce tableau comme le processus de l'agent actif qui provoque consciemment une réaction neurophysiologique à partir du processus d'orientation de l'attention vers le stimulus « bruit des vagues ».

Le premier niveau du tableau présente un déséquilibre des pôles de l'archétype guérisseur-blessé. En effet, seul le blessé constelle ma psyché à ce moment. L'opération de transduction correspond à la transformation de l'onde sonore perçue par le sens de l'ouïe en signal bioélectrique. Le frottement de la force de marées devient « bruit de vagues » et est ensuite transformé en énergie motrice « mouvements ondulatoires ». C'est à la suite de la sensation du mouvement que je prends conscience que je suis habitée par la sirène. C'est alors que la réponse comportementale se produit : j'éclate de rire et la douleur se voit remplacée par le plaisir.

En (6), il y a un changement majeur au niveau de la perception, provoqué par l'élément activateur du potentiel de guérison *rythme*. La réponse comportementale mouvements ondulatoires au rythme des vagues est motivée par ma recherche d'équilibre qui dirige la perception de l'attention consciente en fonction de mon objectif de guérison. En plus d'être motivée par la croyance que la mer est une source de guérison, j'associe la mer au contexte d'origine de *la sirène de Platamonas*. Ce changement rythmo-moteur va ensuite provoquer un changement de sensation instantané.

En effet, une fois que mon attention consciente a ouvert ma perception au son du bruit des vagues, en plus de ma perception stimulée par le sens de la vue « les autres dansent », mon rapport au présent a complètement changé pour verser dans un mode symbolique : *la sirène et les fées*.

4.3 Auto-autopsie d'un processus de guérison

Dans tous les contextes issus du travail théâtral et du travail rituel, les aptitudes qui permettent l'incarnation des images archétypiques me semblent directement reliées à la fonction de guérison. De mon expérience, la capacité à faire surgir les images archétypiques est directement reliée à la qualité de présence au moment, à la reconnexion multisensorielle à l'environnement et aux origines, à l'utilisation consciente de paramètres universels en tant qu'agent actif, ainsi qu'à un état de disponibilité et d'ouverture de la perception pour lequel il est nécessaire de transcender la barrière l'ego.

Cette recherche est motivée chez moi par un potentiel d'action (volonté de guérir), qui pousse (en pulsion/impulsion) à se transformer au-delà des limites ordinaires. Il est atteint à partir de l'utilisation de facultés cognitives de concentration et d'apprentissage par le plaisir des sens en lien avec la fantaisie. Ces nouvelles aptitudes cognitives qui ont été développées au fil du training et de mon processus de création-recherche m'apparaissent donc fondamentales dans mon processus de guérison.

5. Conclusion — L’aboutissement d’un long processus

Extrait de Journal/Le labyrinthe (novembre 2013) : En tant que cartographie de mon processus, les différentes versions de ce mémoire illustrent bien la confusion de mon esprit face aux événements qui se sont produits. En effet, pendant des années, je jongle avec la structure de ce mémoire sans parvenir à une structure fixe, faute de savoir consciemment quels sont les éléments qui ont eu le plus d’importance dans mon processus. De plus, il est également pratiquement impossible d’établir des corrélations directes entre telle ou telle action et tel ou tel résultat dans la vie. Par-dessus le marché, le fait d’isoler des éléments sans tenir compte de certains éléments de la vie intérieure constitue une trahison en soi. En effet, je ne peux copier-coller mon âme sur une feuille de papier. Bref, c’est un processus de vie qu’il est impossible de décrire dans sa globalité sans le trahir.

Imprévisible, non linéaire, jalonné de rochers, de marées, de torrents, et d’arcs-en-ciel, mon processus de guérison s’est avéré être tout sauf ce que mon esprit concevait. En effet, j’ai commencé ce processus avec une attente bien précise : être « guérie » de mes troubles musculo-squelettiques. Ce n’est pas ce qui s’est produit. J’ai retrouvé, à travers le travail sur l’image archétypique et les actions rituelles, ma capacité à rétablir mon équilibre par moi-même. À travers ce processus de recherche d’équilibre, j’ai acquis, grâce à des milliers d’heures d’exploration consciente, l’autonomie, la discipline et la connaissance de soi nécessaire pour rendre possible la transformation. De ce point de vue, c’est un changement de perspective dans ma propre vie, comme si j’étais passée de témoin de ma propre vie à agent actif au centre de l’action.

Mon processus d’écriture de ce mémoire, qui s’est échelonné sur une période de huit ans, en est un de confrontation de la douleur et d’incessantes recherches pour comprendre l’effet phénoménal du training du Théâtre LeTHAL sur ma condition. J’ai fait plusieurs tentatives pour en terminer l’écriture, et la majorité s’est soldée par un arrêt de travail/études en raison de l’augmentation de la douleur et de la perte de mobilité qui est associée au travail à l’ordinateur. De plus, je me suis maintes fois perdue dans le labyrinthe de mes théories sur la neurophysiologie cognitive, qui ne figurent finalement pas dans ce mémoire.

Néanmoins, mes efforts pour transcrire mes expériences en mots ont fait émerger à ma connaissance l'archétype du guérisseur-blessé et la *constellation archétypique de la doer*. Sans cet effort de transcription, je ne serais peut-être jamais parvenue à cette connaissance approfondie des archétypes fondamentaux de ma psyché. Les transformations ne se sont pas limitées au domaine de ma perception : elles ont généré de nouvelles façons de réagir, jusqu'à la transposition de comportements de l'espace extra-quotidien des *soundings* à l'espace du quotidien. Par exemple, le réflexe comportemental du « serpent qui coule en moi » du texte *d'Auto-autopsie* s'active pour éliminer les tensions lorsque je me réveille avec trop de douleurs pendant la nuit.

À la lumière de mon expérience, voici ma définition du processus central énoncé dans ce mémoire : un processus de guérison par l'image archétypique et les actions rituelles est une recherche d'équilibre dont la durée dans le temps est indéterminée et qui, à travers le/les corps en interaction avec l'environnement, favorise l'émergence d'images archétypiques par l'utilisation consciente des paramètres de connexion universels du mythe, du théâtre et du rituel. En tant que processus d'incarnation multisensoriel, l'image archétypique est indissociable de ses actions rituelles correspondantes et des éléments de l'espace, qu'ils soient matériels ou immatériels (ex. : forces fondamentales de l'univers).

5.1 Le potentiel de guérison de la création *Auto-autopsie*

La volonté de témoigner et le cadre académique m'ont orientée dans une démarche de démythification des préjugés culturels en lien avec la figure centrale du projet de création-témoignage. À travers le désir de transmission du mythe d'origine, le choix de la figure archétypique de la femme-chamane a contribué à réactiver les liens entre ma mythologie personnelle et la mythologie universelle, orientant par la suite mes recherches vers des théories universelles sur l'art de guérison. En ce sens, c'est la *constellation archétypique de la doer*, présente « en pulsion » (Freud, Grotowski) depuis ma première expérience avec Ryszard Nieoczym, qui est mon plus grand apprentissage.

Le projet de création *Auto-autopsie* a aussi permis d'approfondir les images archétypiques à l'intérieur d'une structure qui, une fois maîtrisée, rend le lâcher-prise et les états extatiques susceptibles de rétablir mon équilibre chimique, possibles. En effet, j'ai observé suite à ces expériences que les états extatiques me procuraient un intense soulagement. Ces expériences me fournissent des points de comparaison dans mon vécu pour déterminer laquelle de ces expériences relatives à l'image (l'image personnelle reliée au traumatisme ou l'image transpersonnelle reliée au mythe) a le plus grand potentiel de guérison. Elles me permettent également de conclure que le contexte de recherche est un facteur d'importance majeure dans le potentiel de guérison d'une image. En effet, une image peut demeurer anecdotique dans un certain contexte, ou s'élever au niveau archétypique dans un autre contexte.

5.2 Le potentiel de guérison du contexte de recherche *Ritual Actions*

Le contexte des *Ritual Actions* est sans aucun doute celui qui a le plus grand potentiel de guérison. Avec le recul, voici comment j'interprète la façon dont le travail sur les actions rituelles a joué un rôle fondamental dans mon processus de guérison. Considérant la théorie freudienne qui accordait aux pulsions des noms de dieux grecs, le rôle de la figure archétypique d'Eros dans les *Ritual Actions* est d'orienter le travail vers des impulsions créatives plutôt que vers des impulsions destructrices. En orientant le travail rituel sur l'image plutôt que l'émotion, Ryszard Nieoczym crée un contexte qui permet d'éviter le piège de la noyade dans l'ego des émotions reliées aux traumatismes de niveau individuel. Plus un « lieu psychique » qui gouverne le processus qu'un thème, la figure archétypique d'Eros a favorisé l'émergence d'images archétypiques qui ont eu un impact positif sur ma condition.

Les *Ritual Actions* m'ont également permis d'approfondir le travail sur l'image archétypique et d'accéder à la dimension rituelle si essentielle à mon processus de guérison. C'est avec la connexion avec les éléments (eau-air-terre-feu) que mon travail solo s'est avéré d'une richesse qui dépasse tout ce que j'avais pu imaginer.

De mon ressenti, une action rituelle est une action par laquelle j'établis une

connexion extra-quotidienne avec les éléments de l'environnement choisis. Cette action est motivée par un désir profond et spontané en lien avec une croyance. Elle est constituée d'un enchaînement de petites actions répétitives qui s'articulent dans un *flow* soutenu et constant. C'est alors une sensation d'allégresse qui remplace celle de douleur.

L'action rituelle me semble mettre en œuvre la faculté de tisser des liens, mettre en relation. À l'image d'une toile d'araignée, les actions rituelles tissent les liens cybernétiques¹²⁵ entre l'inconscient et le conscient, entre les membres d'une communauté et leur environnement. Par leur caractère répétitif, les actions rituelles activent le potentiel de guérison en rejouant l'action en leitmotiv pour l'inscrire dans la mémoire sensorielle. C'est cette même répétitivité qui me donne l'impression qu'elles participent à la fonction cognitive de cryptage de nouveaux réflexes comportementaux, voire peut-être même à la création de nouvelles connexions neuronales (plasticité synaptique).

5.2.1 Synthèse des pratiques thérapeutiques en lien avec les *Ritual Actions*

Contrairement à la majorité des pratiques théâtrales en lien avec la thérapie, le Théâtre LeTHAL place l'image archétypique et les actions rituelles au centre du processus plutôt que la catharsis. Nieoczym n'exclut pas la catharsis du processus, mais elle n'est qu'*une* des possibilités. C'est précisément ce qui m'est apparu comme étant un des éléments ayant le plus grand potentiel de guérison dans la pratique du Théâtre LeTHAL, car les possibilités d'expérimenter des états non ordinaire de conscience deviennent ainsi infinies. Pour y parvenir, l'inhibition de l'instance de l'ego me semble primordiale, ce qui est contraire aux approches de Moreno, Fox et Boal. Rappelons toutefois que Nieoczym ne prétend pas que son travail ait des effets thérapeutiques, mais bien que *j'ai* ressenti ces effets en m'y investissant totalement.

¹²⁵ Selon l'extrait de d'Aquili, Laughlin et McManus « The biological Foundations of Ritual », dans *Performance Studies*, loc. cit. Présenté dans la section *Universels, rituel et processus de recherche d'équilibre* du présent mémoire.

Dans les *soundings* du Théâtre LeTHAL, j'espérais une amélioration de ma condition physique; j'ai aussi expérimenté une évolution psychique, cognitive et sociale. L'union de ces quatre dimensions participe selon moi d'une approche plus holistique. Alors qu'on parle de ces quatre dimensions en danse-thérapie (ADTA), on parle plus souvent de transformations psychologiques en théâtre et thérapie (Corvin). Plusieurs points communs existent entre l'approche des *Rituals Actions* et celle de la danse-thérapie, par exemple, l'utilisation d'images archétypiques et d'actions rituelles. Toutefois, l'approche organique du travail vocal et ses répercussions — les vibrations — m'apparaît une composante indispensable au potentiel de guérison des *soundings* de LeTHAL, dimension moins présente en danse. L'approche de la danse de la guérison consciente de Marcia Leventhal¹²⁶ est sans doute la plus près de la pratique de Nieoczym et il s'agit d'une approche dont je pourrais m'inspirer pour développer une méthodologie qualitative ordonnée du côté du théâtre du corps.

Développer l'aptitude à la plasticité synaptique me semble être un enjeu déterminant dans la question du potentiel d'autoguérison et c'est le processus que j'espère explorer dans un futur projet de doctorat. De plus, c'est là pour moi ce qui distingue la pratique de LeTHAL de la thérapie : *l'auto-poiesis* ou l'acte de se recréer soi-même plutôt que de s'en remettre à un thérapeute. Un tel projet de documenter le potentiel de guérison de l'image archétypique et des actions rituelles pourrait s'articuler ainsi :

- Mesurer l'impact d'un entraînement intensif avec les universels du mythe, du théâtre et du rituel avec des tests de cognition en temps réel;
- récolter des données intracérébrales sur l'effet des images archétypiques et des actions rituelles dans un laboratoire d'électro-encéphalographie;
- finalement, le processus d'un tel doctorat ne devrait en aucun cas trahir la démarche de guérison et l'écriture de la thèse de doctorat devra se faire en action, dans l'espace (possiblement avec un logiciel de reconnaissance vocale et un environnement en réalité augmentée).

¹²⁶ Voir l'Annexe D – *Thérapie et pratiques des arts de la scène.*

5.3 La légitimité de la profession théâtrale

Derrière tous les efforts que j'ai mis dans cette recherche, m'investissant toujours totalement, se cache le combat pour exercer ma vocation théâtrale. La seule certitude que j'ai est que cette discipline augmente mes capacités et diminue la douleur. Mais le problème est complexe, car mes capacités physiques diminuent avec les occupations de la vie quotidienne et le mode de vie — décrit dans ce mémoire — que je dois exercer pour conserver mon équilibre est difficile à rentabiliser. Le combat ne fait que commencer, mais déjà par ces mots, je mets fin à ce cycle et témoigne que ma persévérance m'a mené au succès de cette première étape de recherche.

6. Bibliographie

APPIA, Adolphe. « La musique et la mise en scène », dans *Œuvres complètes : tome II 1895-1905*, édition élaborée et commentée par Marie-L. Bablet-Hahn, Lausanne, L'Âge d'Homme/Société Suisse du Théâtre, 1986, 492 p.

APREA, Luca. « La scène pédagogique du sensible et l'émergence créatrice », mémoire de maîtrise en psychopédagogie perceptive, Lisbonne, Université Moderne de Lisbonne, 2007.

ARISTOTE. *Poétique*, traduit par Odette Bellevenue et Séverine Auffret, Paris, Mille et une nuits, 1997, 93 p.

BARBA, Eugenio. *La terre de cendres et diamants : mon apprentissage en Pologne/suivi de 26 lettres de Jerzy Grotowski à Eugenio Barba*, traduit par Éliane Deschamps-Pria, Saussan, l'Entretemps (Coll. Les voies de l'acteur), 2000, 192 p.

BARBA, Eugenio et Nicolas SAVARESE (dir.). *L'énergie qui danse : un dictionnaire d'anthropologie théâtrale*, traduit par Eliane Deschamps-Pria, Montpellier, l'Entretemps (Coll. Les voies de l'acteur), 2008, 333 p.

BECK KEHOE, Alice. *Shamans and Religion : An Anthropological Exploration in Critical Thinking*, Milwaukee, Waveland Press Inc., Université du Wisconsin, 2000, 125 p.

BOAL, Augusto. *The Rainbow of Desire : The Boal Method of Theatre and Therapy*, traduit par Adrian Jackson, Londres, New York, Routledge, 1995, 188 p.

BORIE, Monique. *Mythe et théâtre aujourd'hui, une quête impossible? : Beckett, Genet, Grotowski, Le Living Theatre*, Paris, A.-G, Nizet (Coll. Publications de la Sorbonne), série Littérature n° 15, 1981, 208 p.

CAMPBELL, Joseph. *Puissance du mythe*, Escalquens, OXUS (Coll. Spiritualités), 2009, 286 p.

CHALVERAT, Charles. « La dynamique de l'archétype "guérisseur-blessé" à l'œuvre dans la pratique et la formation des praticiens de l'aide », dans *Education permanente*, revue de la Fédération suisse pour la formation continue, vol. 3, n° 144, 2000, pp. 22-25.

CORVIN, Michel. *Dictionnaire encyclopédique du théâtre*, vol. 1 [A-K], vol. 2 [L-Z], Paris, Larousse (Coll. In Extenso), 2003, 1894 p.

DABROWSKI, Kazimierz. *La psychonévrose n'est pas une maladie*, traduit par M. Parrot-Rémillard, Québec, Saint-Yves Inc. (Coll. Service à la psychologie), 1972, 307 p.

ELIADE, Mircea. *Le sacré et le profane*, Paris, Gallimard (Coll. Idées), 1965, 186 p.

FAIRBANK, John A., Lori EBERT et Juesta M. CADELL. « Posttraumatic Stress Disorder », dans Henry E. ADAMS et Patricia B. SUTKER (dir.), *Comprehensive Handbook of Psychopathology*, New York, Plenum Press, 2007, pp. 183-209.

GROF, Stanislav. *Pour une psychologie du futur : le potentiel de guérison des états modifiés de conscience*, Paris, Dervy (Coll. Poche), 2009, 632 p.

GROTOWSKI, Jerzy. *Vers un théâtre pauvre*, traduit par Claude B. Levenson, Lausanne, La cité/L'Âge d'Homme (Coll. Théâtre vivant), 1971, 222 p.

GROTOWSKI, Jerzy. [2 CD MP3]. *La lignée organique au théâtre et dans le rituel*, Paris, Le livre qui parle (Coll. Collège de France), 1997, 22 h.

HILLMAN, James. *Archetypal psychology : A brief account*, Dallas, Spring publications, 1983, 103 p.

HILLMAN, James. *La beauté de Psyché : l'âme et ses symboles*, Montréal, Le Jour, 1993, 333 p.

HILLMAN, James. *Pan et le cauchemar*, traduit par Thierry Auzas et Marie-Jeanne Benmussa en collaboration avec Monique Salzmann, Paris, Imago, 1979, 121 p.

JUNG, Carl G. et M.-L. VON FRANZ (dir.). *L'homme et ses symboles*, Paris, Robert Laffont, 1964, 320 p.

KOTT, Jan. « La chair des dieux ou les Bacchantes », dans *Manger les dieux : essais sur la tragédie grecque et la modernité*, Paris, Payot, 1989, pp. 155-190.

LAPLANCHE, Jean et J.-B. PONTALIS. *Vocabulaire de la psychanalyse*, Daniel LAGACHE (dir.), Paris, PUF (Coll. Quadrige), 2004, 523 p.

LORELLE, Yves. *Le corps, les rites et la scène : des origines au XX^e siècle*, Paris, L'Amandier, 2003, 387 p.

LORELLE, Yves. *L'expression corporelle : du mime sacré au mime de théâtre*, Bruxelles, Renaissance du livre, 1974, 146 p.

MÜLLER, Carol et Eugenio BARBA (dir.). *Le training de l'acteur*, Paris, Conservatoire national supérieur d'art dramatique/Actes Sud (Coll. Arles), 2000, 205 p.

NIETZSCHE, Friedrich. *La naissance de la tragédie*, traduit et présenté par Céline Denat, Paris, Flammarion, 2015, 405 p.

PEZIN, Patrick. *Le livre des exercices à l'usage des acteurs/suivi de Une amulette fait de mémoire : la signification des exercices dans la dramaturgie de l'acteur*, Saussan, l'Entretiens, 2002, 380 p.

PRADIER, Jean-Marie. *La scène et la fabrique des corps : ethnoscénologie du spectacle vivant en Occident (V^e siècle av. J.-C. — XVIII^e siècle)*, Talence, Presses universitaires de Bordeaux (Coll. Corps de l'esprit), 1997, 351 p.

RICHARDS, Thomas. *Travailler avec Grotowski sur les actions physiques*, traduit par Michel A. Moos, Paris, Académie expérimentale des théâtres/Actes Sud (Coll. Arles), 200 p.

SCHECHNER, Richard. *Environmental Theater*, New York, Hawthorn, 1973, 339 p.

SCHECHNER, Richard. *Performance Studies : An introduction*, Londres, New York, Routledge, 2002, 288 p.

SCHECHNER, Richard et Lisa WOLFORD (dir.). *The Grotowski Sourcebook*, Londres, New York, Routledge, 1997, 514 p.

SCHUTZMAN, Mady et Jan COHEN-CRUZ (dir.). *Playing Boal : Theatre, Therapy, Activism*, Londres, Routledge, 1994, 245 p.

SENNETT, Richard. *Flesh and Stone : The Body and the City in Western Civilization*, New York, W. W. Norton, 1994, 431 p.

STANISLAVSKI, Constantin. *Creating a role*, Londres, Methuen, 1983, 271 p.

TURNER, Victor. « Are there universals of performance in myth, ritual and drama? », dans Richard SCHECHNER et Willa APPEL (dir.), *By Means of Performance : Intercultural Studies of Theatre and Ritual*, Cambridge University Press, Cambridge, 1990, pp. 8-18.

TURNER, Victor. *From Ritual to Theatre : The Human Seriousness of Play*, New York, Performing Arts Journal Publications, 1982, 127 p.

VOLLI, Ugo. « Techniques du corps », dans Eugenio BARBA et Nicolas SAVARESE (dir.), *Anatomie de l'acteur : un dictionnaire d'anthropologie théâtrale*, traduit par Eliane Deschamps-Pria, Cazilhac, Bouffonneries-Contrastes, 1985, pp. 113-123.

VON FRANZ, Marie-Louise. *Les mythes de création : processus créateur et modèles de créativité*, Paris, La Fontaine de Pierre, 1982, 298 p.

Sites internet

CENTRE NATIONAL DE DANSE-THERAPIE. Édifice Wilder Espace danse/Les Grands Ballets canadiens de Montréal [en ligne]. <https://edificewilderespacedanse.com/danse-therapie/> (site consulté le 10 août 2018).

DICO PSYCHO. Dictionnaire de la revue *Psychologies* [en ligne]. <http://www.psychologies.com/Dico-Psycho/Conditionnement> (site consulté le 17 avril 2017).

INTERNATIONAL BIOCENTRIC FOUNDATION. [En ligne]. <https://www.biodanza.org> (site consulté le 10 septembre 2009).

LE CERVEAU A TOUS LES NIVEAUX. « Choisir un comportement » [en ligne]. <http://lecerveau.mcgill.ca/> (site consulté le 10 mars 2012).

LE PARISIEN SENSAGENT. [Encyclopédie en ligne]. dictionnaire.sensagent.leparisien.fr/ego/fr-fr/ (site consulté le 22 juillet 2012).

NIEOCZYM, Ryszard. Le Theatre de l'Homme Actor's Laboratorium/LeTHAL Inc. *Imaginal Theatre : Sounding the depths of Soul* [en ligne]. <https://imaginaltheatre.wordpress.com> (site consulté le 10 août 2018).

NORTH AMERICAN DRAMA THERAPY ASSOCIATION. [En ligne]. <http://www.nadta.org/what-is-drama-therapy.html> (site consulté le 24 mars 2009).

PHILOCOURS.COM 2017. « L'Inconscient, "Le Moi n'est pas le maître dans sa maison" », dans *L'inconscient freudien* [en ligne]. <http://www.philocours.com/new/cours/pages/cours-inconscient.html> (site consulté le 14 mars 2013).

THE BRAIN EXPLORER. [En ligne] fr.brainexplorer.org/...control/Neurological_Neurotransmission.shtml (site consulté le 19 juin 2016).

Articles en ligne

HELGE SOLBAKK, Jan. « Catharsis and Moral Therapy I: A Platonic Account », dans *Medicine, Health Care and Philosophy*, vol. 9, n° 1, (mars 2006), pp. 56-67, dans SpringerLink [en ligne]. <https://link.springer.com/article/10.1007/s11019-005-8318-2> (site consulté le 14 avril 2013).

HELGE SOLBAKK, Jan. « Catharsis and Moral Therapy II: An Aristotelian Account », dans *Medicine, Health Care and Philosophy*, vol. 9, n° 2, (juillet 2006), pp. 141-153, dans SpringerLink [en ligne]. <https://link.springer.com/article/10.1007/s11019-005-8319-1> (site consulté le 14 avril 2013).

KOSZTEYN, Jolanta et Piotr LENARTOWICZ SJ, « On the descriptive terminology of the information transfer between organisms », dans *Forum Philosophicum*, Faculté de philosophie de l'Université Ignatianum, Cracovie, vol. 4, (1999), pp. 165-206 [article PDF en ligne]. <http://lenartowicz.jezuici.pl/wp-content/uploads/2011/09/36-Znaki-Ang-1999.pdf> (site consulté en mars 2013 et en avril 2017).

LEHOUELLEUR, Jacques. « Les Sciences cognitives », dans *Neur-one & comportements* [article PDF en ligne]. www.neur-one.fr (site consulté le 12 mars 2013).

LEVENTHAL, Marcia. « Transformation and Healing Through Dance Therapy : The Challenge and Imperative of Holding the Vision », dans *American Journal of Dance Therapy*, vol. 30, n° 1, (juin 2008), pp. 4-23, dans SpringerLink [article PDF en ligne]. <http://link.springer.com/article/10.1007/s10465-008-9049-8> (site consulté le 6 octobre 2009).

MAUSS Marcel, « Sociologie et anthropologie : Les techniques du corps », dans Bibliothèque numérique *Les classiques des sciences sociales*, Jean-Marie Tremblay (dir.), Université du Québec à Chicoutimi [article PDF en ligne]. http://classiques.uqac.ca/classiques/mauss_marcel/socio_et_anthro/6_Techniques_corps/techniques_corps.pdf (site consulté le 8 septembre 2010).

PETZOLD, Hilarion G. « Integrative therapy in a nutshell », dans Turkish Society of Integrative Therapy and Integrative Supervision [en ligne]. http://www.h-bayram.de/tits/integrative_therapy_in_a_nutshel.html (site consulté le 6 octobre 2009).

ROSKIN BERGER, Myriam. « Isadora Duncan and the Creative Source of Dance Therapy », dans *American Journal of Dance Therapy*, vol. 14, n° 2, (septembre 1992), pp. 95-110, dans ResearchGate [en ligne]. https://www.researchgate.net/publication/244866160_Isadora_Duncan_and_the_creative_source_of_dance_therapy (site consulté le 17 avril 2017).

ROSS, Janice. « Anna Halprin's Urban Rituals », dans *TDR*, vol. 48, n° 2, (été 2004), pp. 49-67, dans JSTOR [article en ligne]. <https://www.jstor.org/stable/4488551> (site consulté le 10 septembre 2010).

VLAEYEN, W. S. et Steven J. LINTON. « Fear-avoidance and its consequences in chronic musculoskeletal pain : a state of the art », dans *Pain*, vol. 83, n° 3, (avril 2000), pp. 317-332, dans ScienceDirect [article PDF en ligne]. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0304395999002420> (site consulté le 6 septembre 2009).

Annexe A – Texte de la création-témoignage *Auto-autopsie*

(Collage de textes écrits entre février 2003 et mars 2009)

Par Annie Caron ©

Image archétypique 1 : Les métamorphoses de la femme-chamane

Des origines à aujourd'hui

Au bord de la baie des Escoumins

La femme-chamane se métamorphose sous les yeux des spectateurs en femme-oiseau qui vole de rocher en rocher. La scène se répète une deuxième fois jusqu'à l'atterrissage et la femme-chamane se métamorphose à nouveau; cette fois-ci en chasseur de loups-marins (rituel de chasse suivi du sacrifice de l'animal). La femme-chamane se transforme en jeune femme enceinte qui chante en faisant un rituel de purification au bord de l'eau :

Ani kuni shaaoani (bis)

Awawa bikana Kaïna (bis)

Heïaouni Bicini (bis)

La femme-chamane se lève et se transforme en storyteller. Alors commence l'énonciation du mythe des origines de la jeune femme.

La storyteller : Elle était née bord d'une baie de coquillages qui puisait sa source au plus long fleuve du continent : Les Escoumins. L'hiver, la glace et le rose du ciel s'y colligeaient pour y former une enceinte qui était jadis le royaume des loups-marins. Ces petits phoques noirs furent chassés par les « évangélistes » français, qui pillèrent les ressources et les fondements de la culture d'une société ancestrale vivant dans le respect de ces animaux qui étaient leur première source de nourriture. Car ce noble animal leur permettait de survivre aux grands froids et aux tempêtes infernales qui glaçaient le sang de certains chasseurs lors leur dernière expédition. Mais c'était le digne sacrifice pour tout peuple qui traite la terre comme sa mère nourricière.

En haut de la montagne surplombant la Baie habitaient les Innus. Que de « sauvages » sacrifiés par la mère patrie. Avec tous ces blessés, la petite baie de Les Escoumins n'arrive pas à éponger tout le sang versé, elle qui n'emportait jadis que son dû.

Avec ce triste constat et un étrange fléau de peste bubonique, arrive, à bord du navire Queen Marie Premier, son ancêtre français, le docteur Joseph Caron, un Normand de France de stature imposante et au teint basané, un peu plus olive que le teint brûlé par le reflet du soleil sur la glace des indigents. Il ne se doutait pas à quel point sa science allait basculer, lorsque son cœur allait s'éprendre d'une chamane Innue.

Et ce conflit allait se transmettre de génération en génération, jusqu'à sa naissance, jusqu'au moment du deuxième impact fatidique qui allait la confronter à ses ancêtres, le docteur en elle, la chamane en elle... *La femme-chamane/storyteller est propulsée sur la chaise. Elle devient l'enfant blessée.*

Image archétypique 2 : L'enfant blessée et le docteur

L'accident 1, le 15 octobre 1994

Hôpital de Chicoutimi

L'enfant blessée est tantôt immobile, tantôt parcourue de spasmes comme si elle recevait des décharges électriques. L'enfant blessée :

J'ai couru en amont d'une rivière extatique sans regarder derrière et je me réveille ici ce matin dans ce corps qui n'est pas le mien. On dirait une putain qu'on a ramassée sur le bord d'une route, mais c'est une enfant de 13 ans qui vient d'avoir un accident de voiture. Ses os se sont fracassés entre deux étaux de ferraille. Elle vomit dans le couloir de l'hôpital. On n'a pas regardé ses cartes parce qu'elle a l'air d'une putain et que tout le monde s'en criss qu'une putain ne marche plus jamais. Derrière ses yeux de biche se cache une âme qui crie au viol. Ça ne se peut pas qu'ils ne me voient pas se dit-elle. Hier j'étais une ballerine, une patineuse et ce matin je me réveille et ce n'est plus moi; je ne peux plus marcher. C'est pas comme ça que ça devait se passer, je devais aller à ma compétition de patinage artistique et gagner la médaille d'or! Ce corps est une prison de chair douloureuse qui n'embrasse plus la volupté du mouvement. Quelqu'un finira bien par me voir : je ne peux pas être invisible. Mais personne ne voit l'enfant et on la jette dehors de l'hôpital sans lui donner de soins.

Figure archétypique du docteur

16 octobre 1994

Hôpital de Chicoutimi

(Une voix enthousiaste se fait entendre. Le docteur :

Les apophyses épineuses sont intactes

Madame, votre fille est en parfait état de marche

Le vertige de l'inspiration trahit les sens de la méduse

Elle interprète la réalité selon une matrice

Qui ne lui donne qu'une vision séquentielle

En image par image, quatre couleurs *process*.

Cette fracture de la colonne vertébrale est congénitale

Ainsi que l'hématome de deux pouces qui la recouvre

Vous ne l'avez pas sentie lors de l'accouchement, madame?

Je recommande l'immobilisation comme traitement. Rentrez chez vous, mettez-la au lit, faites-lui faire un corset thérapeutique et donnez-lui ces narcotiques.

L'enfant prend docilement ses médicaments.

Image archétypique 3 : La patiente toxique-euphorique

16 octobre 1994 au 4 octobre 2004

Une chambre vide, Québec

10 ans vont se passer dans le tableau suivant. Progressivement, à pas de tortue, la patiente va se lever et marcher. La patiente (en voix hors champ) :

Ils m'ont immobilisée. Défendue de bouger

Depuis, j'ai tout le temps mal

Sauf quand je bouge

J'ai recommencé à marcher à 17 ans

J'ai recommencé à danser à 23 ans

Sur le coup, j'ai cru que c'était un miracle
 J'ai voulu hurler ma joie sur les tous toits
 Je me suis crue guérie...
 Après 10 ans de statisme
 Je me suis rendu compte qu'ils avaient eu tort
 De me condamner à ne plus bouger.
 Depuis que la position assise m'était
 Devenue insupportable
 Je protestais en refusant de m'asseoir,
 Écœurée d'avoir eu le malheur
 D'écouter les docteurs et d'en payer si cher le prix :
 À partir de ce moment-là, plus jamais personne
 N'allait m'obliger à m'asseoir.
 J'ai réagi comme une enfant
 Exactement comme j'aurais dû le faire il y a 10 ans.
 Lors du premier accident qui m'a coûté mon adolescence
 Tout était parfait. Comme aujourd'hui. Un effroyable ouragan secouait la plaine. Je
 mourrais tranquillement devant un affreux dilemme. Les jours se contèrent jusqu'à la
 Toussaint avant que je ne me rende compte de l'affreux piège qui me guettait.
*Au moment où l'euphorie de marcher gagne la patiente, elle est comme projetée
 violemment en arrière et retombe sur la chaise. Il doit se passer une fraction de
 seconde entre l'impact et le texte de la patiente.*

Image archétypique 4 : La patiente et le docteur

4 octobre 2004

Centre de traumatologie pour accidentés de la route de l'Hôpital de La Malbaie

La patiente : Ce matin je n'ai pas perdu conscience. Tout s'est déroulé devant moi
 comme dans un film. Le docteur 2 (*voix hors champ*) : Où avez-vous mal qui ne
 faisait pas mal avant?

La patiente : Docteur, j'aimerais simplement vous mentionner que j'ai déjà eu une
 fracture au niveau L3 et deux opéra...

— J'm'en fous de ton L3, La QUESTION C'EST où t'as mal que t'avais pas mal
 avant.

— Écoutez Docteur, j'ai mal au cou et au sacrum, mais j'apprécierais que vous
 acceptiez de radiographier ma colonne lombaire étant donné la nature de ma blessure
 antérieure...

— Ici c'est un centre spécialisé pour les accidentés de la route. Ya d'autres patients
 qui attendent. T'as-tu pris ton Paxil? Parce que si t'as pas pris ton paxil tu pourrais
 avoir des problèmes, pi si t'as pris ton Paxil ben prends ton Effexor parce que l'effet
 qu'ça l'aura quand tu vas prendre d'la paroxétine risque de causer de l'anxiété, si t'es
 pas contente la porte est là!

La patiente aux témoins : Y veulent pas me soigner, j'ai le sang sal, ch't'une skwa!

*La patiente tend le bras vers sa médication et avale une grande quantité, jusqu'à
 perdre contact avec le monde réel.*

Image archétypique 5 : La patiente devient proactive Dans le bureau du docteur

Pendant le tableau qui suit, le docteur examine la patiente.

Le docteur (*voix hors champ*) : Vous souffrez de para-norma-théo-phobiologie essayez le Paxil et vous m'en direz des nouvelles : ça change le mal de place. Si vous ressentez de l'euphorie, cela signifie que vous êtes manico-dépressive. Sinon, essayez l'Effexor. Vous pourriez ressentir certains symptômes incluant des problèmes d'équilibre, des anormalités sensorielles et un comportement agressif et impulsif possible. Si vous ressentez davantage d'anxiété ou d'agitation, ne vous inquiétez pas. Ne tentez surtout pas d'arrêter ce médicament : des crises de larmes « dramatiques », de l'irritabilité, de même que de l'hyperactivité, de la dépersonnalisation, des difficultés de concentration ou des pensées plus lentes, de la mauvaise humeur, de la confusion, des problèmes de mémoire, des mouvements anormaux et des crises d'automutilation pourraient survenir.

La patiente : Pourquoi me méprisez-vous docteur? Est-ce parce que le commun des mortels n'a plus de secrets pour vous et que je suis plus souple que vous? Vous vouliez être acrobate, mais vous aviez dans le cœur des poux? Pourquoi votre courroux sur moi déverser? Pour qui ce rictus machiavélique en examinant mon cou? Pourquoi dans votre bureau me convoquez-vous si je n'ai d'autre choix que votre médication?

Soudainement, la patiente, qui s'apprêtait à prendre la médication, jette le pot de pilules par terre avec défi et fierté.

Le docteur (*voix hors champ*) : Ce n'est pas écrit dans mon livre, ça. Alors, prenez ces narcotiques et sortez de ce bureau. Je suis en droit de choisir mes patients et j'ai décidé que vous n'en faites plus partie.

Image archétypique 6 : La mue du serpent ou euphorie post-traumatique

Une chambre vide

Printemps 2006

La patiente a un côté paralysé et un côté frénétique

La patiente : Je ne peux plus m'arrêter de bouger

Il y a comme un serpent qui coule en moi

Et qui demande à sortir

Je ne suis plus moi :

Je ne suis plus à moi

J'ai changé de peau

Et cette peau me sied à merveille

Je ne peux plus m'arrêter;

Je ne veux plus m'arrêter;

Rien ne pourra plus m'arrêter;

Ne saute pas, ne danse pas, ne bouge pas;

Meurs en silence

Je n'ai plus mal, la sève du mouvement coule en moi

Comme une douce musique sans fin

Je grimpe aux arbres, je saute, je danse, je cours

Je lance des torpilles d'énergie à qui mieux mieux
Comment peut-on vivre dans un corps qui est mort
Et qui ne connaît d'autre plaisir que la douleur suffocante
Incarcéralante de deux tiges d'acier plantées dans son dos
D'un corset de plâtre moulé à sa taille
Qui éclate dans un grand fracas de métal
Et se répand dans l'atmosphère comme les cendres
De mon précédent corps inhumé :
Je suis vivante
Et rien ne pourra plus jamais m'arrêter de bouger :
Il faut lutter contre la rigidité cadavérique.
Épuisée, la patiente tombe en semi-léthargie

Image archétypique 7 : Le rêve prophétique de l'homme-oiseau

Lieu : Un monde fantastique

La patiente se réveille enfin dans un corps qui reprend vie et ses membres se mettent à léviter.

La jeune femme : (*le bras gauche se lève*), j'ai rêvé d'un endroit qui n'existe pas. Les contours... On eût dit qu'il n'y en avait pas... (*puis le bras droit*) La matière fuyait comme dans une étrange danse et l'atmosphère me semblait familière.

(*La poitrine se soulève*), je me suis toujours dit que si j'avais un lieu à hanter, il y aurait un accès jardin et une grande chute d'eau au sommet d'une montagne. Mais cette autre dimension... (*Le bassin se soulève*) Je crois que l'homme ou la créature qui m'a emmenée possède le don d'ubiquité : celui de se matérialiser à plusieurs endroits à la fois. Je ne me souviens pas très bien de son visage, qui tendait à se liquéfier là-bas, dans une expression à la fois terrifiante et rassurante, mi-homme, mi-bête.

Il semblait chercher à protéger quelque chose... ou quelqu'un (*La jambe gauche se soulève*). Moi? Pourquoi me propulser dans ce néant si ce n'est qu'il me veut du mal? Pourtant, il avait porté une main bienveillante à mon cou. (*La jambe droite se soulève*) Il semblait capable des choses les plus horribles comme des plus salvatrices. Malgré ses apparences, sa voix m'avait semblé étrangement familière. Ses gestes avaient la force et la majesté de l'aigle, mais il avait l'âme d'un homme, pour sûr (*les deux jambes se soulèvent*).

Image archétypique 8 : L'émergence de la doer

La jeune femme se lève, comme mue par une force étrangère. Le mouvement rappelle celui de l'oiseau du début.

L'homme-oiseau (*plonge ses mains dans la boue et s'en recouvre le corps*) : Sur le seuil de la mort, ton indifférence me glacera les sangs. Je te ferai danser hors du temps et de l'espace. Mon troisième œil t'a vu et te fera renaître de tes cendres : Les cris qui percent ta chaire ne sont pas de toi, je le sais. Je créerai pour toi une passerelle dans l'autre monde. Je prendrai ta main et à mon contact tu léviteras dans l'espace que j'ai créé pour que nos voix qui ne peuvent s'atteindre en ce monde s'atteignent ici. Je savais que tu reviendrais. Je t'attendais. Ton corps étranger me fait l'effet d'une décharge électrique. Lorsque je te vois apparaître à mon insu, tu deviens

ma psychose, mon fantasme, ma lubie et pendant que tu dors, je reste imprégné de ton corps, incapable de trouver le sommeil, luttant contre démons et érynies simplement parce que tu échappes à toutes les règles de la physique et que tu es la preuve vivante qu'IL EXISTE D'AUTRES MONDES. Je te rendrai ton âme, je t'extraurai de ce corps qui n'est pas le tien; je te rendrai virtuelle pour que la douleur ne puisse plus t'atteindre. J'ai mis en scène pour toi un monde qui n'attendait que toi : entre dans le vortex. Je te sortirai de tes entrailles mortifères.

La jeune femme (*reprenant conscience, debout, s'immobilise*) : Cette sensation de lévitation... Si réelle, ne peut qu'être irréelle; et pourtant j'y crois. Plus de murs, plus de planchers ni de plafonds, plus de gravité.

Je veux me laisser porter par la vague de mes ancêtres qui se ruent vers moi à travers mes tripailles ouvertes. Je veux vivre dans le présent et laisser le passé derrière.

La patiente quitte la scène en marchant d'un pas assuré.

FIN

Annexe B – Les universels dans la pratique théâtrale et rituelle

La relation entre le mythe et les archétypes

Ce sont, selon certaines hypothèses, les figures archétypiques des cultes reliés aux grands mythes qui ont nourri son avènement, tel que mentionné dans le *Dictionnaire encyclopédique du théâtre* : « Le théâtre est originellement lié à la représentation des mythes sacrés engageant l'ordre cosmique, comme le théâtre oriental et jadis le théâtre grec voué à Dionysos¹²⁷ [...] ». Selon Richard Sennett, le genre dramatique provient également de l'expérience humaine du mythe.

Dans le processus de la représentation grotowskienne, le spectateur, confronté au mythe, venait puiser à même l'inconscient collectif. Dans cette dynamique, le spectateur devient témoin et partage l'univers du comédien, comme l'explique Eugenio Barba dans *La terre de cendres et de diamants* : « [...] le metteur en scène doit travailler sur les deux ensembles [acteurs-spectateurs], élaborer délibérément le lien qui les unira et viser un archétype, c'est-à-dire l'«inconscient collectif» des deux ensembles¹²⁸. ».

L'image

C'est Constantin Stanislavski qui commence à parler d'image au théâtre au XX^e siècle. En effet, le maître de théâtre russe utilisait des images mentales pour donner vie aux personnages. Selon Corvin, ce processus permettait « [d']affiner ses capacités sensorielles et émotionnelles, notamment par la recherche d'images intérieures personnelles (la mémoire affective)¹²⁹. ».

Les cycles

Fasciné par la découverte des éléments constitutifs qui permettent une participation totale du corps¹³⁰, Jerzy Grotowski a étudié le fonctionnement des cycles dans l'approche islamique. Un de ces éléments est la répétitivité des processus qui permet, une fois la structure maîtrisée, un laisser-aller et un niveau de présence supérieur. Grotowski appliquera entre autres ce principe dans la structure de ses entraînements, en parlant de « cycle des exercices¹³¹ ».

Les exercices

Selon Eugenio Barba, on entre au XX^e siècle dans « l'âge des exercices¹³² » au théâtre. Dans le *Dictionnaire d'anthropologie théâtrale* (2008), Barba, décrit les exercices comme des *amulettes* que l'acteur porte sur lui « [...] non pas pour les montrer, mais pour en tirer certaines qualités d'énergie qui développent lentement un

¹²⁷ « Mythe et théâtre », dans Michel Corvin, *Dictionnaire encyclopédique du théâtre*, vol. 2 [L-Z], Paris, Larousse (Coll. In Extenso), 2003, p. 1163.

¹²⁸ Eugenio Barba, *La terre de cendres et diamants : mon apprentissage en Pologne/suivi de 26 lettres de Jerzy Grotowski à Eugenio Barba*, traduit par Éliane Deschamps-Pria, Saussan, l'Entretiens (Coll. Les voies de l'acteur), 2000, 192 p.

¹²⁹ « Stanislavski », dans Michel Corvin, vol. 2 [L-Z], op.cit., p. 1559.

¹³⁰ Jerzy Grotowski, *La lignée organique au théâtre et dans le rituel*, op. cit.

¹³¹ Jerzy Grotowski, *Vers un théâtre pauvre*, op. cit., p. 137.

¹³² Eugenio Barba, *L'énergie qui danse*, op. cit., p. 110.

second système nerveux. Un exercice est fait de mémoire : mémoire du corps¹³³ ». Ce second système nerveux implique la création de nouvelles synapses qui permettent à l'acteur de générer des réactions qui répondent véritablement à des impulsions organiques. Ainsi, le processus de training avec les exercices permet à l'acteur, selon Grotowski, de développer un canal organique : « Performer must develop not an organism-mass, an organism of muscles, athletic, but an organism-channel through which the energies circulate, the energies transform, the subtle is touched¹³⁴. »

Par ailleurs, Eugenio Barba a observé que, pour parvenir à un degré de maîtrise de son art, l'acteur doit faire appel à « l'intelligence du corps », tel que l'explique Ugo Volli : « On y apprend [dans des écrits pédagogiques sur les techniques du corps de différentes disciplines] que pour un fonctionnement efficace de ces techniques, il faut bloquer l'intelligence discursive et faire agir le corps ou son "intelligence"¹³⁵. » Barba explique, dans *Le training de l'acteur*, ce qui se produit lorsque ces principes sont appliqués aux exercices :

Les exercices apprennent à penser avec le corps en entier, à l'engager totalement, à réfléchir non seulement avec une section du cerveau et du système nerveux, mais avec les trois parties qui constituent notre masse cérébrale, pas seulement avec le cortex qui permet la rationalité et les associations, mais aussi avec ces parties du cerveau qui dirigent les pulsions et les différents centres dynamiques et sensoriels¹³⁶.

Selon Richard Schechner, les exercices de Grotowski sont exécutés dans un style plus libre que ceux de Meyerhold, mais plus précis que ceux de Stanislavski. En effet, Grotowski utilise des exercices communs auxquels chacun apporte son propre rythme organique et sa recherche personnelle.

Organicité et processus organique

François Delsarte introduit la notion d'organicité aux arts de la scène. Devant les multiples problèmes de voix de ses élèves, il se met à la recherche d'une utilisation plus naturelle de la voix. « C'est en cherchant les causes du mal qu'il s'aperçut des aberrations pédagogiques de ses maîtres¹³⁷ », croit Yves Lorelle, qui renchérit concernant le travail de Delsarte : « Delsarte enseigne pendant environ trente-cinq ans à Paris, en bousculant toutes les habitudes pédagogiques. Non seulement il ne dissocie pas la voix du corps, mais il lui faut rechercher les "lois organiques"¹³⁸ ».

L'Impulsion

L'impulsion créative est le germe de l'action. Stanislavski définit cette dynamique d'action-réaction ainsi : « *These creative impulses are naturally followed by impulses leading to action. But impulse is not yet an action. The impulse is an inner urge, a desire not yet satisfied, whereas the action itself is either an external or internal*

¹³³ *Ibid.*, p. 110.

¹³⁴ Jerzy Grotowski, « Performer », *loc. cit.*, p. 376.

¹³⁵ Ugo Volli, 1985, *loc. cit.*, p. 121.

¹³⁶ Eugenio Barba, « le protagoniste absent », dans Carol Müller et Eugenio Barba (dir.), *Le training de l'acteur*, Paris, Conservatoire national supérieur d'art dramatique/Actes Sud (Coll. Arles), 2000, p. 86.

¹³⁷ Yves Lorelle, *Le corps, les rites et la scène*, *op. cit.*, p. 209.

¹³⁸ *Ibid.*, p. 211.

*satisfaction of the desire. An impulse calls for inner action, and inner action eventually calls for external action*¹³⁹. » En effet, l'acteur devait construire le personnage en se basant les impulsions, desquelles émergeaient naturellement les actions. Le terme « impulsion organique » viendra plus tard avec les travaux de Barba et Grotowski.

Organicité et respiration

Dans la deuxième phase de recherche du Teatr Laboratorium (1962), Grotowski cesse d'utiliser des exercices de respiration. En effet, Grotowski exprime dans *Vers un théâtre pauvre*, la nature insaisissable de la respiration : « La respiration est une réaction physiologique liée aux caractéristiques spécifiques de chacun de nous et qui dépend des situations, du type de l'effort, des activités physiques¹⁴⁰. » Il cherchera donc plutôt à éliminer les blocages qui nuisent à la respiration organique et l'acteur devra trouver pour lui-même les images susceptibles d'éveiller ses résonateurs afin de déclencher des « réactions vocales spontanées¹⁴¹ ».

La voix

L'utilisation de la voix devint, avec Grotowski, un jeu d'actions-réactions avec un partenaire, jeu que l'acteur peut modifier au gré de sa fantaisie, et qu'il nomme « l'imagination vocale¹⁴² ». Finalement, Grotowski estime que ces jeux, afin de rester organiques, ne peuvent être pris pour acquis : « L'acteur qui désire éviter la stagnation doit périodiquement tout recommencer, apprenant à respirer, à prononcer et à employer ses résonateurs. Il doit redécouvrir sa voix¹⁴³. »

L'action

D'après l'étymologie grecque, *drama* signifie *action*. On doit l'approche des actions physiques au théâtre à Constantin Stanislavski. La *ligne d'actions physiques* est le résultat d'un travail complexe de l'acteur-créateur dans la construction de son personnage et qui s'appuie sur les lois naturelles de la vie inspirées de Delsarte. Selon Corvin, les recherches de Stanislavski sur les actions physiques à la fin de sa vie s'appuyaient sur « [...] la confiance faite au corps et à des éléments du comportement, à une sorte de mémoire corporelle¹⁴⁴ ».

Action scénique et action physique

La notion d'actions physiques, selon Stanislavski, se distingue par ailleurs de celle d'action scénique, car la première s'appuie sur la vie intérieure : « [...] "action" is not the same as "miming", it is not anything the actor is pretending to present, not something external, but rather something internal, nonphysical, a *spiritual activity*¹⁴⁵. ». L'action scénique, visible par le spectateur quant à elle, consiste à transférer l'activité interne vers l'extérieur : « Scenic action is the movement from the soul to the body, from the center to the periphery, from the internal to the external,

¹³⁹ Constantin Stanislavski, *Creating a role*, Londres, Methuen, 1983, p. 45.

¹⁴⁰ Jerzy Grotowski, *Vers un théâtre pauvre*, *op. cit.*, p. 174.

¹⁴¹ *Ibid.*, p. 127.

¹⁴² *Ibid.*, p. 127.

¹⁴³ *Ibid.*, p. 134.

¹⁴⁴ « Stanislavski », dans Michel Corvin, *loc. cit.*, p. 1559.

¹⁴⁵ Constantin Stanislavski, *op. cit.*, p. 48-49.

from the thing an actor feels to its physical form¹⁴⁶. » Stanislavski décrit la création du personnage au théâtre comme un processus qui relie le corps, l'âme et l'esprit en un tout indivisible qu'il est possible de reconstruire sur scène à travers les actions physiques.

L'action organique

Selon Grotowski, l'action est d'abord organique : « L'acteur ne doit pas *illustrer* un "mouvement de l'âme", mais l'accomplir avec son propre organisme¹⁴⁷. » Sa démarche le conduit à ce qu'il nomme *l'acte total*, un acte d'autorévélation par lequel l'acteur sacrifie la partie la plus intime de lui-même pour devenir *l'acteur saint*.

Flow of action

Lorsque l'action du performer trouve son rythme intrinsèque, un phénomène de conscience modifiée se produit, et l'action semble couler comme une rivière. Il s'agit du *flow*. Le psychologue hongro-américain Mihaly Csikszentmihalyi a d'abord défini cette notion ainsi : « The feeling of losing oneself in the action so that all awareness of anything other than performing the action disappears¹⁴⁸. » Dans ses recherches sur l'anxiété, il appelle aussi cet état « the autotelic experience¹⁴⁹ ». Les lois du *flow* de Csikszentmihalyi sont énumérées par Victor Turner dans *From Ritual to Theatre*. En voici un résumé :

- 1) *The experience of merging action and awareness;*
- 2) *this merging of action and awareness is made possible by a centering of attention on a limited stimulus field;*
- 3) *Loss of ego : The "self" which is normally the "broker" between one person's actions and another's, simply becomes irrelevant;*
- 4) *a person in flow finds himself "in control of his actions and of the environment";*
- 5) *"Flow" usually contains coherent non-contradictory demands for action, and provides clear, unambiguous feedback to a person's actions;*
- 6) *"flow" is autotelic, i.e., it seems to need no goals or rewards outside itself¹⁵⁰.*

La danse et le chant : l'incarnation divine par les actions rituelles

La chanson occupe une place importante dans le travail de Grotowski. Dans *La lignée organique au théâtre et dans le rituel*, Grotowski parle de son intérêt pour les chants vibratoires afrocaribains, qu'il a étudiés avec Maud Robart, spécialiste de ce type de chant. Il y décrit comment ces recherches l'ont mené à se questionner sur la possibilité de ralentir le processus respiratoire pour faire vibrer le corps en totalité.

Le rythme organique

Selon Grotowski, la vie émerge du corps dans une constante interaction entre précision et spontanéité. Ainsi, pour faire émerger cette vie, l'acteur doit suivre le

¹⁴⁶ *Ibid.*, p. 49.

¹⁴⁷ Jerzy Grotowski, *Vers un théâtre pauvre*, *op. cit.*, p. 91.

¹⁴⁸ Mihaly Csikszentmihalyi cité dans Richard Schechner, *Performance Studies*, *op. cit.*, p. 88.

¹⁴⁹ *Ibid.*, p. 88.

¹⁵⁰ Mihaly Csikszentmihalyi cité dans Victor Turner, *From Ritual to Theatre*, *op. cit.*, pp. 55-59.

courant *flow* de ses impulsions en suivant son propre rythme intérieur, ou biorythme, avec des actions précises et conscientes.

Rythme et états extatiques

Selon Eugenio Barba dans son dictionnaire *Anatomie de l'acteur*, Grotowski, dans le *théâtre des sources*, explorait les phénomènes extatiques qui, selon ce dernier, constituaient la base du théâtre dans toutes les cultures. Barba les a ensuite répertoriées sous l'appellation « techniques pré-expressives¹⁵¹ ». Pour Schechner, le rythme et les actions répétitives sont des éléments primordiaux des rituels de transe à possession. Citant les Oubis de la Côte d'Ivoire, Yves Lorelle affirme que le rythme est la porte d'accès vers le monde surnaturel : « [...] c'est aussi le rythme qui "permet d'entrer en communication avec les puissances occultes"¹⁵². ».

Musique et états extatiques

Dans la tragédie grecque *Les Bacchantes* d'Euripides, Dionysos est célébré par les bacchantes à travers la musique et les incantations : « [...] les femmes atteignent l'extase en dansant au rythme incessant des tambourins accompagnés par le gémissement strident des pipeaux phrygiens¹⁵³. ». Yves Lorelle aussi, établit des parallèles entre les états non ordinaires de conscience et des instruments de musique spécifiques : « Ce sont les percussions qui viennent à l'esprit lorsqu'on cherche à établir la nature de ce rapport. Les tambours sont en effet les instruments le plus souvent associés à la montée de l'état de transe¹⁵⁴. »

¹⁵¹ Eugenio Barba, « Pré-expressivité », dans *L'énergie qui danse, op. cit.*, p. 198.

¹⁵² Yves Lorelle, « Dépersonnalisation mystique & gestes (danses de possession) », dans *L'expression corporelle : du mime sacré au mime de théâtre*, Bruxelles, Renaissance du livre, 1974, p. 35.

¹⁵³ Jan Kott, *Manger les dieux, op. cit.*, p. 157.

¹⁵⁴ Yves Lorelle, *Le corps, les rites et la scène, op. cit.*, p. 65.

Annexe C – La catharsis de Platon à Boal

Alors que la catharsis est le concept central autour duquel s'est articulée la pratique de la dramathérapie au XX^e siècle, l'image archétypique, incluant ses actions rituelles, est le centre d'attention de mon processus en lien avec la guérison/recherche d'équilibre. Selon Jean-Marie Pradier (1997), les définitions incomplètes de la catharsis à travers les âges ont donné lieu à l'oubli de certains éléments constitutifs reliés aux rituels de guérison. Selon Jan Helge Solbakk, professeur et chercheur en bioéthique, le mot catharsis était d'usage dans de multiples contextes en Grèce antique : « [...] the kind of treatment Plato is alluding to — *catharsis* — belongs to a family of words (*catharos*, *catharsis*, *catharmos*) that were in use in Greek antiquity in many different contexts in the sense of “cleaning up” or “clearing away” obstacles (Nussbaum, 1992, p. 280-281)¹⁵⁵. ».

La catharsis médicale de Platon (400 av. J.-C.)

La catharsis médicale ou platonicienne, documentée par Platon, est un procédé par lequel le docteur administre une substance purgative (*Pharmakon*), dans le but de faire expurger le corps de sa « folie » : « Apart from tragic catharsis, Aristotle also spoke of “rhythmic catharsis” : the doctor had to discover the “rhythm” of his patient’s mental illness and then induce the patient to sign and dance to this rhythm, as rendered by musical instruments¹⁵⁶. » Ce type de catharsis était déclenché par des actions physiques, le mythe, le rythme, la danse et le chant — bref les universels — et la purgation était à la fois psychique et physique. La catharsis platonicienne comportait également la composante d'extase : « [...] ecstasy turns to calm through orgiastic songs as sickness turns to health through medical treatment¹⁵⁷. ».

Concernant le processus, plusieurs ont évoqué la ressemblance avec les trances chamaniques, dont les états étaient également induits par le rythme, le chant et la danse. Dans le *Charmide*, Socrate parle d'une technique holistique qu'il nomme « *therapeia tês psychês* — a moral cure or therapy for the soul¹⁵⁸ ». Les étapes de la procédure cathartique sont décrites ainsi par Helge Solbakk : « The first consists of persuading the patient to offer or to give over his soul to the physician to be cured by the charms. The performance of the charm, further defined as beautiful speeches or discourses [...], aimed at producing *sôphrosynê*, constitutes the second step. Finally, when *sôphrosynê* has been engendered in the soul of the patient, the medical remedy (*pharmakon*) can be administered¹⁵⁹. »

¹⁵⁵ Jan Helge Solbakk, « Catharsis and Moral Therapy I : A Platonic Account », dans *Medicine, Health Care and Philosophy*, vol. 9, n° 1, (mars 2006), p. 57, dans SpringerLink [en ligne]. <https://link.springer.com/article/10.1007/s11019-005-8318-2> (site consulté le 14 avril 2013).

¹⁵⁶ Augusto Boal, *The Rainbow of Desire : The Boal Method of Theatre and Therapy*, traduit par Adrian Jackson, Londres, New York, Routledge, 1995, p. 70.

¹⁵⁷ Jan Helge Solbakk, « Catharsis and Moral Therapy II : An Aristotelian Account », dans *Medicine, Health Care and Philosophy*, vol. 9, n° 2, (juillet 2006), p.142, dans SpringerLink [en ligne]. <https://link.springer.com/article/10.1007/s11019-005-8319-1> (site consulté le 14 avril 2013).

¹⁵⁸ *Idem*, « Catharsis and Moral Therapy I : A Platonic Account », *art. cit.*, p. 59.

¹⁵⁹ *Ibid.*, p. 59.

La catharsis tragique d'Aristote (335 av. J.-C.)

Aristote reprend le terme *catharsis* de Platon pour nommer ce phénomène dans le contexte de la tragédie. Dans la *Poétique*¹⁶⁰ (335 av. J.-C.), il affirme que la tragédie suscite chez les spectateurs *la pitié et la crainte*, émotions susceptibles de mener à la *purgation*. Selon Aristote, ce processus dans la tragédie débutait avec l'exaltation de la faute tragique ou *hamartia*. Venait ensuite la *peripeteia*, soit la transformation de l'exaltation en culpabilité. Ensuite se produisait l'*anagnorisis*, ou la confession des fautes et finalement, la *catastrophe* : la punition des fautes par les dieux.

La catharsis psychanalytique de Freud et Breuer (1880-1895)

Freud et Breuer ont développé le concept de catharsis pour le traitement de l'hystérie en psychanalyse à partir des théories de Platon et d'Aristote. Laplanche et Pontalis définissent le concept ainsi : « Méthode de psychothérapie où l'effet recherché est une "purgation" (catharsis), une décharge adéquate des affects pathogènes¹⁶¹. » Il s'agit en effet d'un processus de purgation qui vise à éliminer l'anxiété du patient. Freud et Breuer utilisèrent plus particulièrement les composantes psychiques de la catharsis dans la relation thérapeute-patient. Selon le psychiatre Stanislav Grof, le cas de *Anna O., morphinomane incurable* a été « longtemps considéré comme le prototype d'une guérison cathartique¹⁶² ».

La catharsis d'intégration de Jacob Levy Moreno (le psychodrame, 1936)

Jacob Levy Moreno a développé, à partir des travaux de Freud et Breuer, trois formes de catharsis : la catharsis esthétique, la catharsis de groupe ainsi que la catharsis d'intégration. Utilisant le théâtre impromptu (à mi-chemin entre le théâtre simultané et le psychodrame), Moreno découvre ce qu'il appelle la catharsis d'intégration, celle qui se produit chez le protagoniste en scène. Il s'agit du célèbre *cas de Barbara*. Cette dernière n'arrivait jamais à exprimer sa rage, car on lui confiait constamment des rôles de jeune fille modèle. Un jour, elle explosa littéralement sur scène et fut soulagée de sa frustration.

La catharsis d'Augusto Boal (1960)

Du côté du théâtre, Augusto Boal nomme quant à lui le type de catharsis du Théâtre de l'Opprimé « catharsis of detrimental blocks ». Dans ce type de catharsis, l'objectif est de pousser le protagoniste à l'action, par opposition au soulagement des affects produits dans la catharsis tragique d'Aristote. Boal la décrit ainsi : « [...] spect-actor [...] destroys all the blocks which prohibited the realization of actions such as this. That is, it purifies the spect-actors, it produces a catharsis. The catharsis of detrimental blocks¹⁶³! ». Par ailleurs, Boal critique la catharsis tragique d'Aristote, dont l'objectif d'adaptation sociale s'oppose à la volonté de transformation sociale de Boal, qui la qualifie de « disempowering and tranquilizing¹⁶⁴ ».

¹⁶⁰ Aristote, *La poétique*, traduit par Odette Bellevenue et Séverine Auffret, Paris, Mille et une nuits, 1997, 93 p.

¹⁶¹ « Cathartique (méthode —) », dans Jean Laplanche et J. B. Pontalis, *Vocabulaire de la psychanalyse*, Daniel Lagache (dir.), Paris, PUF, (Coll. Quadrige), 4^e édition, 2004, p. 60.

¹⁶² Stanislav Grof, *Pour une psychologie du futur : le potentiel de guérison des états modifiés de conscience*, Paris, Dervy (Coll. Poche), 2009, p. 96.

¹⁶³ Augusto Boal, *The Rainbow of Desire*, *op. cit.*, p. 72-73.

¹⁶⁴ *Ibid.*, p. 71.

Annexe D – Thérapie et pratiques des arts de la scène

La notion de thérapie par le théâtre en est une très ancienne, si l'on se réfère aux théories platoniciennes reprises ensuite par Aristote concernant le concept de catharsis. Les Grecs du temps du *Charmide* (405 à 388 av. J.-C.) nommaient *psychagogia* cette faculté qu'a l'art de transformer l'âme humaine. Selon le *Dictionnaire encyclopédique du théâtre*, les concepts et notions touchant la thérapie et le théâtre font appel aux « [...] mécanismes psychologiques susceptibles d'agir sur la personnalité et d'opérer en elle des transformations¹⁶⁵ ».

Dans le *Charmide*, Socrate rencontre un Thrace qui lui transmet l'art de guérison de Zalmoxis. La légende veut que Zalmoxis fut le créateur de la médecine psychosomatique et holistique, bien avant Hippocrate (460-377 av. J.-C.), considéré comme le père de la médecine clinique. Avant Hippocrate, la médecine n'était pas une discipline distincte de la religion. La médecine zalmoxienne telle que la décrit Platon dans le *Charmide* était une religion en soi. Selon la légende, Zalmoxis était un esclave qui convertit les Thraces et devint dieu.

Jan Helge Solbakk, dans *Catharsis and moral therapy I : A Platonic account*, affirme que la thérapie zalmoxienne décrite par Platon a permis de développer le concept de totalité en lien avec le processus cathartique. Il reprend ce passage du *Charmide* dans lequel Socrate relate sa rencontre avec le Thrace : « the process of Zalmoxian therapy proposed by Socrates is you ought not to attempt to cure the eyes without the head, or the head without the body, so neither ought you to attempt to cure the body without the soul¹⁶⁶. ».

Théâtre et thérapie dans la pratique médicale

La *North American Drama Therapy Association* (NADTA) définit le terme dramathérapie ainsi : « [...] the systematic and intentional use of drama/theater processes, products and associations to achieve the therapeutic goals of symptom relief, emotional and physical integration and personal growth¹⁶⁷. ». Sur le plan de la médecine moderne, la référence au « traitement moral de la folie par le texte dramatique et le spectacle¹⁶⁸ » intervient au XIX^e siècle (Pinel/Guilain/Fleuret). Au XX^e siècle, la thérapie par le théâtre a été développée par Jacob Levy Moreno dans les années 20 autour des théories psychanalytiques de Freud. Une des formes qui a le plus influencé le développement de la dramathérapie au XX^e siècle est sans contredit le psychodrame de Moreno, psychothérapeute et psychodramatiste.

Jacob Levy Moreno crée le psychodrame en 1936 avec l'ambition de révolutionner le théâtre. L'étymologie du mot « psychodrame » se réfère aux notions suivantes :

¹⁶⁵ « Thérapie et théâtre », dans Michel Corvin, vol. 2 [L-Z], *op. cit.*, p. 1625-1626.

¹⁶⁶ Extrait du *Charmide* de Platon. (156d6-157 a3), dans Jan Helge Solbakk, « Catharsis and Moral Therapy I : A Platonic Account », *art. cit.*, p. 59.

¹⁶⁷ North American Drama Therapy Association, Albany, New-York, [en ligne]. <http://www.nadta.org/what-is-drama-therapy.html> (site consulté le 24 mars 2009).

¹⁶⁸ « Thérapie et théâtre », dans Michel Corvin, *loc. cit.*, p. 1626.

« Réalisation de la psyché (âme) par l'action (drama)¹⁶⁹. » Moreno définit le psychodrame en tant que « [...] science qui explore la vérité des êtres humains par des méthodes dramatiques¹⁷⁰ ». Le processus est simple : le protagoniste expérimente sous un jour nouveau une situation perturbatrice qui peut, par substitution, transformer sa relation à la scène et à la vie.

Dans cette dynamique, les protagonistes évoluent en tant qu'ego auxiliaires dans une dynamique scénique thérapeute-patients sous le regard d'un public engagé et actif. Le psychodrame se distingue par ailleurs de la dramathérapie par le fait que cette dernière prend plus de distance par rapport à l'instance de l'ego et aux traumatismes, favorisant plutôt l'imagination. Anne Ancelin Schützenberger, qui a étudié le psychodrame auprès de Moreno, l'a enseigné en France jusqu'en 2015. Ses travaux sont archivés à la Moreno Museum Association (Autriche).

La thérapie par le mouvement intégral (1972) a été développée à Paris par un groupe de chercheurs et cliniciens en psychologie (gestalt, psychanalyse, psychomotricité, psychodrame, etc.) dirigés par Hilarion G. Petzold. Confrontés aux limites de leurs pratiques respectives, Petzold et son équipe sont motivés par la recherche d'une approche qui prône le principe de la totalité de Rudolf Bode¹⁷¹, incluant corps, âme, esprit, contexte social et contexte écologique : « therapy cannot be seen as psychotherapy alone, reproducing the old occidental dualistic split of the body-mind-problem [...] Therefore we prefer the term Humantherapie (Germ.) meaning: therapy for, with, by and through the human being as a whole, working with all dimensions of the human existence¹⁷². ».

Théâtre et thérapie dans la pratique théâtrale

Jonathan Fox, qui crée le Théâtre Playback en 1960, intègre les travaux de Moreno, et possède également des affinités avec l'ancestral théâtre de cavernes, qui selon lui partage ses origines cognitives dans l'impulsion à l'origine du storytelling, celle de raconter une histoire : « The "teller" guided by the director, or "conductor", casts his or her story from the row of actors [...] [P]erformers [...] transform the story in a theatrical scene¹⁷³. »

Augusto Boal, quant à lui, propose une approche dont le but est de créer un déséquilibre propice à l'action sociale. Il se garde bien, tout comme R. Nieoczym, de se réclamer du terme thérapie. Dans *The Rainbow of Desire : The Boal Method of Theatre and Therapy*, sa méthode est définie ainsi : « The Theatre of the Oppressed is a system of physical exercises, aesthetic games, image techniques and special improvisations whose goal is to safeguard, develop and reshape this human vocation,

¹⁶⁹ « Psychodrame », dans Michel Corvin, vol. 2 [L-Z], *op. cit.*, p. 1341.

¹⁷⁰ *Ibid.*, p. 1341.

¹⁷¹ Rudolf Bode fut élève de Jacques-Dalcroze et développa sa méthode d'entraînement, la gymnastique expressive, au début du XX^e siècle.

¹⁷² Hilarion G. Petzold, « Integrative therapy in a nutshell », dans Turkish Society of Integrative Therapy and Integrative Supervision [en ligne]. http://www.h-bayram.de/tits/integrative_therapy_in_a_nutshell.html (site consulté le 6 octobre 2009).

¹⁷³ Daniel Feldhendler, *loc. cit.*, p. 101.

by turning the practice of theatre into an effective tool for the comprehension of social and personal problems and the search of their solutions¹⁷⁴. »

Danse-thérapie : un survol des pratiques

La danse-thérapie telle qu'on la connaît aujourd'hui se développe dans les années 40, fortement influencée par les théories de Jung, mais il s'agit à l'origine d'une pratique ancestrale des sociétés primitives, apparemment plus ancienne que le théâtre. Bien que cette discipline effectue un retour en force au XX^e siècle, la pratique de la danse comme moyen de guérison est en fait expérimentée par l'être humain depuis des millénaires, comme l'explique Marcia Leventhal, danse-thérapeute : « Dance in its therapeutic and healing capacities, is one of the oldest forms of healing interventions and experiences known to humankind, century upon century, in ancient and pre-industrial cultures¹⁷⁵. » Selon L'American Dance Therapy Association (ADTA), cette discipline se définit ainsi : « La thérapie par la danse et le mouvement est une prise en charge psychothérapeutique utilisant le mouvement comme un processus qui favorise l'intégration affective, sociale, cognitive et physique de l'individu¹⁷⁶. »

Monte Verità et Hellerau : le point de convergence

Le courant de la danse moderne se développe depuis la fin du XIX^e siècle sous l'influence de l'humanisme, des théories psychanalytiques de Freud, et de celle d'une nouvelle conception du corps, de l'âme et de l'esprit. François Delsarte, Isadora Duncan, Émile Jacques-Dalcroze et Rudolf Laban en sont les figures de proue. Plusieurs pratiques de la danse-thérapie ont émergé de la communauté de Monte Verità, colline abritant le village d'Ascona, sur le versant sud des Alpes. Cette communauté s'installe sous l'initiative d'un groupe de randonneurs qui aspiraient à une vie plus en accord avec la nature.

Rudolf Laban (1879-1958) : le potentiel de guérison de la *communitas*

Par son travail minutieusement théorisé, Laban est considéré comme le père spirituel de la danse moderne en Europe. Théoricien du mouvement, chorégraphe et danseur d'origine hongroise, il pratique en Allemagne jusqu'en 1938, pour ensuite enseigner en Angleterre jusqu'à sa mort. Laban est le premier de sa lignée à construire sa pratique de la danse sous un idéal de philosophie de la communauté, espérant prendre en charge des problèmes à la fois sociaux, culturels et de santé, idéaux partagés par les communautés de Hellerau et Monte Verità.

Isadora Duncan (1877-1927) : le potentiel de guérison des universels

C'est Isadora Duncan qui, par son retour aux sources mythiques de la Grèce, a réintégré la notion d'archétype aux arts de la scène. Par son retour à la danse sacrée et son attention portée à l'unité corps-âme-esprit, aux archétypes, à l'impulsion et à la respiration, Isadora Duncan, qui a étudié auprès de Delsarte, est possiblement la première à réactualiser en pratique les universels du mythe, du théâtre et du rituel dans les arts de la scène au début du XX^e siècle.

¹⁷⁴ Augusto Boal, *The Rainbow of Desire*, *op. cit.*, p. 14-15.

¹⁷⁵ Marcia Leventhal, *art. cit.*, p. 8.

¹⁷⁶ Centre National de danse-thérapie. Édifice Wilder Espace danse/Les Grands Ballets canadiens de Montréal [en ligne]. <https://edificewilderespacedanse.com/danse-therapie/> (site consulté le 10 août 2018).

Isadora Duncan introduit également le concept d'impulsion à la danse, à laquelle elle redonne sa fonction sacrée. Franklin Rosement, dans l'introduction de la biographie *Isadora Speaks* (1981), affirme que Duncan était une doer : « Isadora traced the art of dance back to its roots as a sacred art-universally symbolic of the act of creation [...] she restored to the human body its vital actuality as an expressive instrument. Her celebrated “simplicity” was oceanic in its depth¹⁷⁷. » Bref, Duncan poursuivait la même quête simultanément avec Jung et Stanislavski, et ce bien avant Grotowski : parvenir à exprimer librement les impulsions authentiques du corps en accord avec les lois de la nature.

Émile Jacques-Dalcroze (1865-1950) : le potentiel de guérison du rythme

D'origine autrichienne, Émile Jacques-Dalcroze a marqué le monde de la danse-thérapie. Le principe de base de l'approche de la *rythmique* de Dalcroze est de créer des mouvements selon les lois naturelles du corps, par opposition aux mouvements techniques. Son approche deviendra célèbre grâce à sa contribution à Hellerau dans la première décennie du XX^e siècle.

Anna Halprin (1920-...) : le potentiel de guérison du rituel

Issue de la deuxième génération de la danse moderne, l'Américaine d'origine juive Anna Halprin est une des premières du siècle précédent à utiliser la danse rituelle en tant que processus de guérison. Formée auprès de Martha Graham, Halprin effectue un retour aux sources primitives qui la pousse à tisser sa propre toile, à la recherche de ce pouvoir de transformation et de guérison vital et universel de la danse. Halprin travaille avec des patients en phase terminale. Elle fonde le Tamalpa Institut en 1978 avec Daria Halprin. Les objectifs du processus thérapeutique d'Anna Halprin transcendent la guérison individuelle, aspirant à la transformation sociale et culturelle.

Au-delà de la thérapie : danse, science et guérison

Dans mon processus, j'ai cherché à trouver des exemples de guérisons physiques — et non psychiques seulement — prouvés par des études cliniques et qui ont recours aux mêmes éléments universels que ceux utilisés par le Théâtre LeTHAL. C'est auprès de la danse que j'ai trouvé les deux exemples les plus pertinents : Marcia Leventhal et la danse de la guérison consciente ainsi que Rolando Toro Araneda et la Biodanza.

Marcia Leventhal : la danse de la guérison consciente

Marcia Leventhal a été directrice de la Dance Therapy Institute of Australia (IDTIA). Elle a dirigé le programme de danse-thérapie de l'Université de New York de 1973 à 1990. Leventhal nomme sa pratique « la danse de la guérison consciente ». Elle y incorpore des concepts de la physique et de la physique quantique, entre autres les newtoniens, incluant langage du mouvement, images corporelles, réflexes, ainsi que les cycles de relaxation et tension. Les concepts clés de son approche, qui se veut à la

¹⁷⁷ Citation repérée dans Myriam Roskin Berger, « Isadora Duncan and the Creative Source of Dance Therapy », dans *American Journal of Dance Therapy*, vol. 14, n° 2, (septembre 1992), pp. 95-110, dans ResearchGate [en ligne]. https://www.researchgate.net/publication/244866160_Isadora_Duncan_and_the_creative_source_of_dance_therapy (site consulté le 17 avril 2017).

fois un processus et une méthode, sont : les archétypes, l'énergie, l'image, le *flow*, le rythme, l'équilibre et l'expression dans l'espace devant témoins. Selon Leventhal, ces concepts sont des clés de la conscience.

Le Potentiel de guérison du *flow*

Dans mon processus, je me suis questionnée sur le phénomène de *flow*. La lecture des écrits de Leventhal a répondu à une partie de mon questionnement sur la nature de ce *flow* et ses effets incroyables sur mon niveau de douleur. La danse-thérapeute s'est inspirée des travaux de la chercheuse Valerie V. Hunt, reconnue pour ses travaux sur la nature et les conséquences des blocages bioénergétiques :

The healthy body is a flowing, interactive, electro-dynamic energy field. Motion is more natural to life than non-motion — things that keep flowing are inherently good. What interferes with flow will have detrimental effects. As energy field blocks are removed and energy flows, neuropeptide information chains are apparently activated to facilitate normal healing responses. Thus, it seems that energy fields have an immediate, direct effect upon the healing response as well as a long term one¹⁷⁸.

Rolando Toro Araneda (1924-2010) : danse plasticité neuronale

Créée dans les années 60, la Biodanza est un système du professeur émérite chilien Rolando Toro Araneda capable, selon ce dernier, de modifier l'organisme et l'existence humaine. Araneda décrit son approche, aussi appelée « éducation biocentrique », en ces mots : « La Biodanza est un système d'intégration humaine, de rénovation organique, de rééducation affective et de réapprentissage des fonctions originaires de la vie. Sa méthodologie consiste à induire des vivencias intégrantes au moyen de la musique, du chant, du mouvement et de situations de rencontre en groupe¹⁷⁹. » Le département de recherche de l'International Biocentric Foundation (IBF) présente une section sur la plasticité neuronale qui émet des hypothèses intéressantes. Toutefois, il ne semble pas y avoir de résultats concrets concernant la corrélation directe entre la Biodanza et des modifications intracérébrales.

¹⁷⁸ Valérie V. Hunt, *Infinite Mind : Science of the Human Vibrations of Consciousness* (1995). Citée dans Marcia Leventhal, *art. cit.*, p. 10.

¹⁷⁹ International Biocentric Foundation [en ligne]. <https://www.biodanza.org> (site consulté le 10 septembre 2009).

Annexe E – Autopsie d'un déséquilibre

1 — Niveau individuel : un « pattern » de déséquilibre se répète

Un accident de voiture se produit le 4 octobre 2004. Le médecin de l'urgence refuse de radiographier ma colonne dorsale et cervicale après que je lui mentionne avoir déjà eu des chirurgies suite à un autre accident de voiture (1994). On m'avait alors renvoyée sans soins avec un diagnostic de fracture à une vertèbre L3. Cette erreur médicale m'avait coûté l'usage normal de mes jambes et des chirurgies entre l'âge de 13 et 17 ans. J'ai rencontré Ryszard Nieoczym dans un *sounding*, à l'initiative de Robert Faguy dans le cours *Théâtre du corps et de l'environnement*, en 2003. J'étais alors en recours pour obtenir des traitements suite aux séquelles de l'accident de voiture de 1994.

Problématique : injustice, douleur, traumatismes et déni

Après de multiples refus d'indemnités/traitements de la part de la Société de l'assurance automobile du Québec (SAAQ), je constatai malgré moi que le système de santé se base sur une moyenne normative réductionniste qui représente l'humain moyen. En effet, la SAAQ calcule le montant de l'indemnité accordée et la nécessité de traitements — ou non — entre autres en fonction des degrés de mobilité du patient. Or, j'étais un athlète en patinage artistique espoir de médaille d'or au moment de mon accident, et c'est pourquoi — en plus de faire de l'hyperlaxité ligamentaire génétique — mes degrés de mobilité étaient nettement supérieurs à la moyenne, même avec une vertèbre fissurée. Mon dossier était systématiquement rejeté chaque fois que ces degrés étaient mesurés.

En octobre 2004, je consulte le Dr C qui, devant ma réaction post-traumatique, décide de me prescrire des antidépresseurs pour contrôler mes états. Après un mois de consultations hebdomadaires et une dégradation de mon état physique, je pose cette question au Docteur C : existe-t-il d'autres moyens de guérison que votre médication? Il me demande alors de sortir de son bureau et de ne jamais revenir. J'ai découvert par la suite que mon intuition était juste sur les effets néfastes des médicaments qui m'ont été alors prescrits.

Bref, les conséquences du fonctionnement de ce système sur ma vie ont été bien désagréables. Mis à part les chirurgies (j'ai été opérée avec deux ans de retard, lorsqu'une fissure dans ma vertèbre a été repérée), les solutions des médecins (immobilisation/médication¹⁸⁰) ont contribué à ralentir gravement ma rémission et à me faire accumuler des traumatismes non traités qui sont devenus douleurs chroniques sévères. La médication, je crois, m'empêchait de traverser sainement ces états en me rendant neurasthénique et indifférente. Je découvrais cette réalité petit à petit à partir de 2004, soit dix ans plus tard, alors que, meurtrie par le sentiment

¹⁸⁰ Une étude de Bortz confirme ce fait : « Longstanding avoidance and physical inactivity has a detrimental impact on the musculoskeletal and cardiovascular systems [...] » (Bortz, 1984), dans W. S. Vlaeyen et Steven J. Linton, « Fear-avoidance and its consequences in chronic musculoskeletal pain : a state of the art », dans *Pain*, vol. 83, n°3, (avril 2000), p. 319, dans ScienceDirect [article PDF en ligne]. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0304395999002420> (site consulté le 6 septembre 2009).

d'injustice, mes potentiels de guérison se réactivaient à travers les *soundings* de Ryszard Nieoczym et que l'espoir de la possibilité de guérir se réanimait en moi.

Le syndrome de stress post-traumatique

Donc, le premier accident de 1994 m'avait causé une fracture de la colonne lombaire. Il m'avait fallu attendre deux ans avant d'obtenir les soins nécessaires à ma condition et des opérations sans suivi adéquat avaient ensuite prolongé ma convalescence de dix ans. L'injustice ne faisait que commencer. Non seulement je n'aurais, lors d'un deuxième accident de voiture qui survient en 2004, aucune forme d'indemnité de la SAAQ, mais j'allais être encore privée de soins et on me renvoya sans ressources du Centre de traumatologie pour accidentés de la route de l'hôpital de La Malbaie.

Je traversais un syndrome de stress post-traumatique, et lorsqu'un médecin le diagnostiqua finalement et admit mon incapacité travail-étude, trois mois plus tard, j'avais tout perdu : crédibilité sociale, amis, études et emplois. Le site d'information sur les neurosciences de l'Université McGill répertorie que, face à la douleur, trois réactions sont possibles :

- 1) **la fuite** de la source douloureuse ou menaçante;
- 2) **la lutte** et l'agressivité défensive contre celle-ci en vue de l'éliminer;
- 3) **l'inhibition de l'action**, c'est-à-dire l'acceptation résignée de cette nouvelle situation déplaisante¹⁸¹.

Dans mon dernier rapport médical écrit par un expert en orthopédie de la SAAQ en 2005, il est stipulé : « La jeune femme dort environ trois par nuit depuis un an et ne peut s'asseoir plus de vingt minutes sans éprouver d'importants symptômes douloureux. Le rapport conclut : La patiente, qui étudiait à temps plein et travaillait à temps partiel en position assise, n'est pas en situation d'incapacité. » Donc, en réaction à ce rapport, de 2005 à 2006, je suis plutôt passée par ces trois étapes :

- 1) **La fuite** : croire en l'affirmation du docteur et continuer le même mode de vie qu'avant l'accident avec ma nouvelle médication (ce qui correspond au déni des faits réels);
- 2) **La lutte** : contester le rapport;
- 3) **L'Action/l'affranchissement** : que j'ai un problème de santé sérieux que le système est inapte admettre à résoudre et prendre ma santé en charge avec des actions concrètes en dehors du système.

Dans la première phase, tout mon entourage s'est aperçu que j'étais dysfonctionnelle; avant que je ne l'admette moi-même, j'avais perdu toute crédibilité aux yeux de ma communauté et la médication affectait mon comportement de façon draconienne. Malgré ma volonté de continuer comme si l'événement « accident » ne s'était pas produit : plus rien n'était possible. Les comportements d'évitement me dominaient et la médication embrouillait mon esprit.

¹⁸¹ Le cerveau à tous les niveaux, « choisir un comportement » [en ligne].
http://lecerveau.mcgill.ca/flash/d/d_01/d_01_p/d_01_p_fon/d_01_p_fon.html (site consulté le 10 mars 2012).

La deuxième phase, c'est le mode survie : elle demande l'humilité d'accepter l'incapacité, l'injustice et l'échec. En d'autres termes, c'est laisser émerger l'archétype du guérisseur-blessé, indispensable pour arriver à me soigner. Mes démarches de contestation vont donner suite à un autre refus. Face à ce refus, je m'empoisonne dans la colère, mais je ne me résigne pas, car je crois en mon potentiel.

La troisième phase, c'est l'action. En 2006, je commençai à voir l'ampleur universelle de l'injustice à l'intérieur de laquelle je me trouvais : ce n'était plus *moi*, c'était *nous*. L'espoir qu'une autre réalité était possible renaissait et cet espoir, c'est le Théâtre LeTHAL qui me l'avait laissé entrevoir. Je quittai la ville pour un mois au *Theatre Apprentice program* et cette action changea le cours de ma destinée en vocation.

2 — Niveau collectif : une injustice universelle

Entre 450 et 300 av. J.-C, les écrits de Socrate, Platon et Hippocrate nous permettent, en Grèce, de retracer le moment historique des fondements de la médecine moderne. Les prémisses des principes de base du système médical actuel s'édifient à partir de l'époque d'Hippocrate. C'est le traitement par *Pharmakon* (ingestion d'une substance purgative), qui va peu à peu s'imposer. Dérivé du concept de catharsis médicale (Platon) et originellement destiné au *traitement moral de la folie*, ce traitement deviendra la norme. La médecine va continuer à s'édifier en oubliant les vertus ses états non ordinaires de conscience (régulation, transformation, pouvoir de concentration, etc.).

C'est aussi au même moment que la figure du médecin moderne va petit à petit remplacer celles du guérisseur et du chaman. Ces derniers exerçaient, dans les sociétés dites primitives, les fonctions reliées aux rituels de guérison au sein d'une congrégation. En Amérique, à travers le génocide amérindien, nous avons perdu plus récemment qu'ailleurs en occident la connexion à ce qui constitue l'essence fondamentale de l'être humain, c'est-à-dire la pratique de l'art de la guérison et la transmission du savoir universel que pratiquaient nos ancêtres. C'est le rituel qui permettait à nos ancêtres de maintenir cette connexion.

En appliquant presque systématiquement le traitement par médication, on interfère avec les processus biologiques de certains malades avec des substances qui peuvent parfois nuire aux mécanismes de guérison organiques. Or, l'être humain possède de nouveaux mécanismes de guérison. C'est du moins ce que croit le psychiatre Stanislav Grof, qui appelle ces états les « états non ordinaires de conscience », dont font partie ce qu'il nomme les états holotropiques. Selon ce dernier, il s'agit d'une catégorie d'états propices à la guérison : « Les états holotropiques, initialement considérés comme un outil thérapeutique intéressant, furent associés à la pathologie plutôt qu'à la guérison¹⁸². » J'ai découvert dans ma pratique avec le Théâtre LeTHAL que ces états et ma capacité à les provoquer sont la clé de ma guérison.

¹⁸² Stanislav Grof, *Pour une psychologie du futur*, op cit., p. 55.