UNIVERSITÉ DU QUÉBEC À MONTRÉAL

L'ODEUR DE L'ENCRE : EXPLORATION HEURISTIQUE DU SENS DONNÉ À UNE PRATIQUE DE CALLIGRAPHIE JAPONAISE

THÈSE PRÉSENTÉE COMME EXIGENCE PARTIELLE DU DOCTORAT EN ÉTUDES ET PRATIQUES DES ARTS

PAR LISE LUSSIER

MARS 2018

UNIVERSITÉ DU QUÉBEC À MONTRÉAL Service des bibliothèques

Avertissement

La diffusion de cette thèse se fait dans le respect des droits de son auteur, qui a signé le formulaire Autorisation de reproduire et de diffuser un travail de recherche de cycles supérieurs (SDU-522 – Rév.01-2006). Cette autorisation stipule que «conformément à l'article 11 du Règlement no 8 des études de cycles supérieurs, [l'auteur] concède à l'Université du Québec à Montréal une licence non exclusive d'utilisation et de publication de la totalité ou d'une partie importante de [son] travail de recherche pour des fins pédagogiques et non commerciales. Plus précisément, [l'auteur] autorise l'Université du Québec à Montréal à reproduire, diffuser, prêter, distribuer ou vendre des copies de [son] travail de recherche à des fins non commerciales sur quelque support que ce soit, y compris l'Internet. Cette licence et cette autorisation n'entraînent pas une renonciation de [la] part [de l'auteur] à [ses] droits moraux ni à [ses] droits de propriété intellectuelle. Sauf entente contraire, [l'auteur] conserve la liberté de diffuser et de commercialiser ou non ce travail dont [il] possède un exemplaire.»

REMERCIEMENTS

Mener à terme une recherche doctorale demande passion, travail et persévérance. Sans le soutien de personnes exceptionnelles, compétentes et dévouées, cette aventure serait impossible.

Je tiens tout d'abord à exprimer toute ma gratitude à mon directeur de thèse, Pierre Gosselin, professeur à l'École des arts visuels et médiatiques de l'Université du Québec à Montréal. Je lui suis sincèrement reconnaissante d'avoir accepté de diriger ma recherche, de m'avoir formée et accompagnée au fil des ans. Son expérience, ses judicieux commentaires, sa rigueur mais aussi son écoute bienveillante m'ont aidée à me dépasser.

Je remercie également Sylvie Fortin, ma co-directrice de thèse, professeure au Département de danse de l'Université du Québec à Montréal. Grâce à son expertise et à sa sensibilité en regard de la recherche postpositiviste, elle a su encadrer et soutenir ma démarche tout en m'encourageant à suivre ma voie.

Enfin, je remercie Victor Hori, mon co-directeur de thèse, professeur retraité de l'École d'études religieuses de l'Université Mc Gill à Montréal. Je lui témoigne toute ma reconnaissance pour m'avoir permis à travers nos échanges sur le sujet, de mieux comprendre l'univers de la pratique des arts traditionnels japonais.

Je tiens également à exprimer ma reconnaissance aux professeurs qui m'ont enseigné ou qui m'ont accompagnée tout au long de mon parcours doctoral, me permettant ainsi d'enrichir ma réflexion. Un merci particulier à Jacynthe Tremblay, philosophe spécialiste de Nishida et de la philosophie japonaise contemporaine; elle est affiliée au Nanzan Institute for Religion and Culture de l'Université Nanzan, à Nagoya.

Je tiens à honorer mes professeurs de calligraphie: Okata Hiroko (Montréal); Kuiseko Ryokushū et son mari calligraphe Kuiseko Hakuju, Wang Shih Ming et Iwashita Seiko (Kyōto). Chacune de ces personnes m'a permis d'approfondir mes connaissances, mais aussi ma façon d'être au monde. Merci à Mikiko Simard sensei (Montréal) pour son appui.

Je remercie chaleureusement les trois praticiens de calligraphie qui ont accepté avec enthousiasme de participer à la recherche en partageant leur expérience; je leur en suis très reconnaissante. Je tiens également à remercier Madeleine Murphy pour son soutien au niveau de mon exposition doctorale. Je remercie mes amies et amis, plus particulièrement Marjolaine Mailhot ainsi que Patricia Pineault et Denise Robert pour leur écoute et leurs commentaires.

Bien que le soutien de toutes les personnes mentionnées jusqu'ici soit essentiel, je tiens à souligner le fait que sans l'appui indéfectible de mon mari, Fernand, je n'aurais pu mener à terme ce projet. Son regard aimant, sa patience, ses encouragements maintes fois renouvelés ainsi que la passion que nous partageons pour le Japon m'ont permis de m'épanouir. Je l'en remercie infiniment. Merci aussi à mes parents tous deux décédés maintenant. Ils ont toujours encouragé mon désir de connaître et d'explorer des territoires inconnus.

Pour terminer, je désire remercier l'UQAM ainsi que le programme de bourse à la mobilité du Ministère de l'Éducation, de l'Enseignement supérieur et de la Recherche pour de courts séjours à l'extérieur du Québec pour la bourse dont j'ai bénéficiée lors de mon séjour au Japon. Je remercie également le Directeur de *l'International Research Institute for Zen Buddhism* (IRIZ) de l'Université *Hanazono* à Kyōto, Monsieur Yoshizawa Katsuhiro, pour le soutien que l'université m'a apporté dans le cadre de mes recherches. Un merci tout particulier à Thomas Kirchner de l'IRIZ et à Jeff Shore, professeur à cette université.

À la mémoire de mon père décédé en 1982.

Nous aurions eu de si passionnantes conversations...

TABLE DES MATIÈRES

LIS	TE DE	S FIGURES	X		
LIS	LISTE DES TABLEAUX x				
RÉS	SUMÉ		xiii		
INI	RODU	JCTION	1		
CH.	APITR	EI			
LA	PROB	LÉMATIQUE	4		
1.1	L'orig	ine du problème de recherche et son contexte	4		
	1.1.1	L'historique de mon questionnement	6		
	1.1.2	Les écrits portant sur la pratique de la calligraphie	11		
1.2	L'obje	ectif et la question de recherche	22		
1.3	La per	tinence et les limites de la recherche	23		
CH	APITR	E II			
LA	MÉTI	HODOLOGIE	26		
2.1	Le par	radigme de recherche	26		
2.2	La mé	thodologie	29		
	2.2.1	L'approche heuristique	30		
2.3	La col	lecte de données	37		
	2.3.1	Le journal de pratique	37		
	2.3.2	Le récit de vie	42		
	2.3.3	Les entrevues	43		
2.4	Le tra	itement des données	46		
	2.4.1	L'analyse thématique pour le journal de pratique, le récit de vie			
		et les entrevues	47		
	242	L'analyse en mode écriture pour le journal de pratique	51		

2.5 Crédibilité et transférabilité des résultats
2.6 Limites de la recherche 55
CHAPITRE III
LE CADRE CONCEPTUEL
3.1 La calligraphie japonaise
3.1.1 Les origines de l'écriture japonaise
3.1.2 Les connaissances de base en calligraphie Est-asiatique 59
3.1.3 L'apprentissage
3.2 Pratique des arts et concept d'autocultivation
3.2.1 Le concept d'autocultivation
3.2.2 La pratique des arts comme pratique d'autocultivation 83
3.3 L'expérience de la pratique de la calligraphie
3.3.1 Mise en œuvre esthétique de l'intuition agissante
3.3.2 Du corporel au spirituel dans l'art
3.3.3 Discours de praticiens
CHAPITRE IV
MA PRATIQUE
4.1 L'origine de ma pratique de calligraphie japonaise
4.2 Les phases de mon cheminement
4.2.1 Première phase : l'apprentissage de la calligraphie
4.2.2 Deuxième phase : l'approfondissement de ma pratique
4.2.2.1 L'impact de la recherche doctorale
4.2.2.2 L'impact du séjour au Japon
4.2.2.3 L'impact de la relation avec les sensei
4.2.2.4 L'impact de l'exposition doctorale
4.2.3 Troisième phase : l'émancipation de ma pratique
4.3 L'exposition doctorale

	4.3.1 La décision d'exposer		
	4.3.2 Le choix d'un moment et d'un lieu		
	4.3.3 Le choix du contenu et de sa mise en espace		
	4.3.4 Le déroulement de l'exposition		
CH.	APITRE V		
LES RÉSULTATS154			
5.1	Intériorisation		
	5.1.1 Le rituel		
	5.1.2 Un espace de vie		
5.2	Encorporation		
	5.2.1 Le maniement des outils		
	5.2.2 Le geste calligraphique		
5.3	Inscription		
	5.3.1 Les œuvres-traces		
	5.3.2 Les projets		
CH	APITRE VI		
LA	DISCUSSION		
6.1	Le sens que prend l'expérience de la pratique calligraphique 187		
	6.1.1 Intériorisation, encorporation, inscription		
	6.1.2 La pratique comme mode de reliance		
	6.1.3 La pratique comme mode d'enracinement		
	6.1.4 La pratique calligraphique comme pratique d'autocultivation 214		
6.2	Paradoxes de la présente recherche		
	6.2.1 Une recherche portant sur une pratique que l'on se garde		
	d'intellectualiser		
	6.2.2 Une recherche portant sur une pratique sans toutefois aspirer		
	à la changer 222		

CONCLUSION
ÉPILOGUE
APPENDICE A
EXTRAIT DE MON JOURNAL DE PRATIQUE
APPENDICE B
EXTRAIT DE MON RÉCIT DE VIE
APPENDICE C
GUIDE DE LA PREMIÈRE ENTREVUE
APPENDICE D
GUIDE DE LA DEUXIÈME ENTREVUE AVEC CHARLES,
LE 1 ^{ER} SEPTEMBRE 2012
APPENDICE E
EXTRAITS D'ENTREVUES
APPENDICE F
CERTIFICAT D'ÉTHIQUE ET FORMULAIRE DE CONSENTEMENT 249
APPENDICE G
TEXTE INTÉGRAL D'UN CLIP
APPENDICE H
CONDENSATION DES DONNÉES
EXTRAIT DU JOURNAL DE PRATIQUE →CLIP →EXTRAIT DE CLIP 261
APPENDICE I
EXTRAITS DE CLIPS DE LA SÉRIE I

APPENDICE J
EXTRAITS DE CLIPS DE LA SÉRIE II
APPENDICE K
EXTRAITS DE CLIPS DE LA SÉRIE III
APPENDICE L
DOCUMENTS PRÉSENTÉS LORS DE L'EXPOSITION DOCTORALE :
RÉSUMÉ DE MON PROJET DE RECHERCHE (VERSIONS FRANCAISE
ET ANGLAISE), CURRICULUM VITAE
RÉFÉRENCES

LISTE DES FIGURES

Figure	
2.1	Séquences du processus de recherche selon Craig (1978/1988, p. 27) 36
2.2	Schéma du processus de condensation des données Journal de pratique → CLIPS → Extraits de CLIPS
3.1	Lune, script tensho
3.2	Lune, script reisho
3.3	Lune, script kaisho
3.4	Lune, script gyōsho
3.5	Lune, script sösho
3.6	Lune, différentes formes de script
3.7	The Three Creeds (détail) 95
3.8	The Three Vinegar-Tasters (détail) 96
4.1	Vue chronologique des phases de mon cheminement
4.2	Installation pour une session de calligraphie à la maison
4.3	Affiche de l'exposition doctorale UNE PRATIQUE DE CALLIGRAPHIE JAPONAISE, UN ESPACE DE VIE
4.4	Fleur qui tombe en dansant, 2000, encre sur papier, 35 cm X 135 cm 137
4.5	Nouvelle lune, bientôt la noirceur, 2009, encre sur papier, 37 cm X 55 cm 138
4.6	Chaque jour est un bon jour, 2010, encre sur papier, 35 cm X 135 cm 139
4.7	Venez boire un thé, 2011, encre sur papier, 35 cm X 67.5 cm
4.8	Série d'œuvres produites pour l'exposition, encre sur papier, 24, 5 cm x 34, 5 cm
4.9	Main du diable, cœur de bouddha, 2011, encre sur papier, 35 cm x 67.5 cm 142
4.10	Écriture des scribes, 2011, encre sur papier, 35 cm X 67.5 cm 143
4.11	Refuge zen dans les profondeurs boisées et fleuries, 2012, encre sur papier peint par Wang, Shih Ming, 35 cm X 67.5 cm

4.12	Série I présentant des copies d'exercices calligraphiques et des extraits de CLIPS portant sur le thème « intériorisation »
4.13	Série II présentant des copies d'exercices calligraphiques et des extraits de CLIPS portant sur le thème « encorporation »
4.14	Série III présentant des copies d'exercices calligraphiques et des extraits de CLIPS portant sur le thème « inscription »
4.15	Vue d'ensemble de la section de la salle présentant mon exposition 14
4.16	Vue, à partir de l'entrée, d'une partie de la salle d'exposition
4.17	Différents points de vue de la salle d'exposition
4.18	La présentation/démonstration, le 10 mars 2012
6.1	Une pratique qui relie
6.2	Métaphore de l'arbre, figure intégratrice de la pratique
	comme mode de reliance

LISTE DES TABLEAUX

Tableau		Page	
2.1	Caractéristiques contrastantes de la recherche postpositiviste (Fortin et Houssa, 2012, p. 58-59)	28	
2.2	Correspondances entre les étapes d'une méthodologie heuristique selon Moustakas (1968), selon Craig (1978) et selon Moustakas (1990)		
	(St-Denis, 2008, p. 22)	33	

RÉSUMÉ

La présente recherche porte sur la pratique de la calligraphie japonaise. L'objectif de cette étude est de comprendre le sens que prend la pratique de la calligraphie dans la vie de l'auteure.

La méthode heuristique, favorisant les allers retours entre l'expérience et la réflexion, a contribué au développement d'une meilleure compréhension du phénomène, tel que vécu par l'auteure praticienne. Elle lui a permis de documenter son expérience de la pratique calligraphique grâce à la tenue d'un journal de pratique et à l'écriture d'un récit de vie. De façon complémentaire, la conduite d'entrevues avec d'autres praticiens de calligraphie a permis d'affiner la réflexion.

L'analyse thématique des données combinée à une analyse en mode écriture a mis en évidence trois thèmes contribuant à la compréhension du sens que prend l'expérience de la pratique pour l'auteure, soit l'intériorisation, l'encorporation et l'inscription. La discussion des résultats a favorisé un deuxième niveau de compréhension, permettant de concevoir la pratique comme mode de reliance et comme mode d'enracinement. Enfin, posée dans le contexte des arts traditionnels japonais, la pratique calligraphique s'est révélée comme pratique d'autocultivation.

Bien que la recherche porte sur l'expérience personnelle de l'auteure, elle a permis de mettre au jour des connaissances jusque là intrinsèques à la pratique pour ouvrir éventuellement des échanges avec d'autres praticiens calligraphes ou des praticiens d'autres disciplines artistiques. La recherche comportait également un volet diffusion prenant la forme d'une exposition qui a eu lieu en mars 2012. L'objectif de l'exposition était de montrer la pratique calligraphique à travers les œuvres-traces qui en résultent.

MOTS-CLÉS: calligraphie japonaise, processus de la pratique, apprentissage, sens de l'expérience, heuristique, journal de pratique, intériorisation, encorporation, inscription, reliance, enracinement, autocultivation.

INTRODUCTION

L'odeur de l'encre. La présente étude nous plonge dans un univers particulier et fascinant, celui de la calligraphie japonaise.

En Asie de l'Est, l'art de la calligraphie a toujours été grandement apprécié, considéré comme étant la forme la plus admirable de l'expression artistique. Beaucoup plus que l'art de la belle écriture, la calligraphie évoque à travers les traits du pinceau, la personnalité du calligraphe, sa sensibilité et son esprit, sa vraie nature (Fong, 1999; Murase, 2002).

Cette recherche doctorale vise à comprendre l'expérience de la pratique de la calligraphie et le sens qu'elle prend dans la vie du praticien calligraphe. L'intérêt porte plus précisément sur le processus même de la pratique, en filiation avec les arts traditionnels japonais où l'on désigne l'art de la calligraphie par le mot $shod\bar{o}$, signifiant littéralement « la voie de l'écriture ». En ce sens, la notion de pratique est comprise comme une discipline soutenue et persistante, comme un entraînement de l'esprit qui s'effectue à travers l'entraînement du corps. Dans ce contexte, le processus de création tout comme les œuvres qui en résultent ne tiennent qu'une place secondaire.

Dès les premières années de ma formation en calligraphie japonaise, j'ai eu la forte impression qu'il s'agissait de beaucoup plus que de l'acquisition d'habiletés techniques. Mon expérience de l'apprentissage de la calligraphie était plus vaste, plus profonde; il me semblait être engagée dans un processus complexe, que j'avais du mal à comprendre. Le questionnement persistant qui m'habitait m'a menée à entreprendre une recherche doctorale sur le sujet.

De nature heuristique, la recherche explore et décrit mon expérience de la pratique calligraphique dans le but de mieux la saisir, de comprendre ce qu'elle éveille en moi et le sens qu'elle prend dans ma vie. Cette étude contribue à transformer un « savoir pratique » en ce que Van der Maren (1995) nomme un « savoir praxique », c'est-à-dire une réflexion sur le savoir pratique. Je suis persuadée que l'exploration de ma pratique, bien qu'elle soit personnelle, recèle des éléments de compréhension pouvant entrer en résonance avec l'expérience d'autres praticiens.

La présente thèse comporte six chapitres dont le premier porte sur la problématique de recherche. Ce premier chapitre traite tout d'abord de l'origine du problème et de l'émergence d'un questionnement; une recension des écrits permet de situer le contexte de recherche. Par la suite, l'objectif et la question de recherche sont énoncés. La fin du chapitre examine la pertinence et les limites de l'étude.

Le deuxième chapitre décrit l'approche méthodologique et les éléments opérationnels de la recherche. Comme il s'agit d'une recherche heuristique qui vise l'exploration et la compréhension d'un phénomène tel qu'il apparaît à la conscience de la personne qui le vit, il a semblé plus judicieux de décrire la méthodologie avant de poser le cadre conceptuel. Il m'importait de respecter la notion d'épochè, cette mise entre parenthèse de ce qui est connu, afin d'accueillir ce qui se dévoile et de préserver cet espace de liberté nécessaire à la découverte. Après avoir posé le paradigme dans lequel s'inscrit l'étude, le deuxième chapitre aborde la démarche heuristique qui a permis au fil de la recherche, de constants allers-retours entre l'expérience et la réflexion, favorisant l'exploration de l'expérience et le dévoilement du sens. Par la suite, il est question de la collecte des données et de leur traitement, un traitement qui allie analyse thématique et analyse en mode écriture. Enfin, les aspects déontologiques sont discutés.

Le troisième chapitre pose le cadre conceptuel de la recherche. En premier lieu, il rassemble un ensemble de connaissances élémentaires en matière de calligraphie japonaise. Par la suite, il traite de la pratique des arts et du concept d'autocultivation. Finalement, il examine des discours sur l'expérience de la pratique calligraphique.

La recherche portant sur ma propre expérience de la pratique calligraphique, il importe de décrire cette pratique au lecteur, ce dont traite le quatrième chapitre. Il y est notamment question de l'origine de ma pratique calligraphique, des phases de mon cheminement ainsi que de l'exposition doctorale témoignant de cette pratique.

Le cinquième chapitre présente les résultats de la recherche que l'analyse des données a permis de mettre en lumière. Il y est question de trois thèmes permettant de saisir le sens que prend chez moi la pratique calligraphique : les thèmes d'intériorisation, d'encorporation et d'inscription. Enfin, le sixième et dernier chapitre examine et discute ces résultats, permettant de mieux saisir le sens que prend la pratique de la calligraphie japonaise dans ma vie. Y sont également soulevés les paradoxes de la recherche.

CHAPITRE I

LA PROBLÉMATIQUE

Le premier chapitre de la thèse présente l'ensemble de la problématique de recherche qui porte sur la pratique de la calligraphie japonaise¹. Pour débuter, l'origine du problème de recherche et son contexte sont présentés. La section suivante pose l'objectif et la question de recherche. La conclusion du chapitre traite de la pertinence et des limites de la recherche.

1.1 L'origine du problème de recherche et son contexte

Le problème de recherche qui est au centre de la présente thèse est directement lié à ma pratique de la calligraphie japonaise. J'ai entrepris ma démarche de recherche parce que je ressentais le besoin de mieux comprendre ma pratique. J'avais l'impression que je n'arrivais pas à la saisir, que quelque chose m'échappait, que la pratique était plus qu'un apprentissage technique, un phénomène que je n'arrivais pas à expliciter. Le fait de baigner dans une pratique depuis un certain nombre d'années permet de la connaître de l'intérieur, de façon expérientielle, de développer une connaissance intuitive et personnelle, ce que Van der Maren (1995) nomme un savoir pratique qu'il qualifie d'artisanal. Mais ce savoir pratique est un savoir implicite, qui se ressent, qui s'éprouve, mais qui ne se transmet qu'à travers un rapport maîtreapprenti, en situation de travail avec l'artisan. Pour être saisi, ce savoir pratique doit être réfléchi, notamment avec des mots, transformé en ce que Van der Maren appelle un savoir praxique, fruit d'un exercice de réflexion-théorisation de la pratique. En ce

¹ Je parle plus particulièrement ici de la pratique de la calligraphie japonaise mais cela inclut également la calligraphie chinoise puisque celle-ci en est à l'origine, les deux étant ainsi intimement liées. Pour plus de détails, voir la section 3.1 du chapitre III portant sur le cadre conceptuel.

sens, le besoin à l'origine de ma recherche était en quelque sorte de transformer le savoir pratique que j'avais de mon expérience en un savoir praxique.

Au fil du temps, il m'est apparu que l'apprentissage de la calligraphie japonaise était un phénomène beaucoup plus large que l'apprentissage de techniques et que tout un univers s'ouvrait devant moi, tant sur le plan culturel et psychologique que spirituel. En tant que psychologue, j'ai été interpellée par ces dimensions qui m'apparaissent liées à la pratique, une pratique que j'ai d'emblée associée à une démarche de transformation intérieure. De plus, mon intérêt pour l'art traditionnel² de la calligraphie, plus particulièrement pour la calligraphie pratiquée par les moines zen pour qui la pratique calligraphique s'associe à une voie spirituelle, a intensifié cette impression. Ces différentes dimensions de la pratique de la calligraphie japonaise ne sont jamais directement abordées par le sensei³ puisque toutes les formes de pratiques traditionnelles s'enracinent dans l'action, dans l'expérience plutôt que dans la compréhension et les explications théoriques. Ce silence face à mes interrogations a exacerbé mon besoin de savoir, de chercher, de trouver des réponses, de vérifier mes intuitions et de comprendre le sens que prend l'expérience de la pratique de la calligraphie japonaise dans ma vie.

Afin de mieux montrer l'origine et le contexte du problème de recherche, une brève présentation de ma pratique de calligraphie japonaise précède l'historique de mon questionnement. Par la suite, une synthèse des écrits portant sur la pratique de la calligraphie japonaise est exposée.

² Je parle ici d'art traditionnel afin de marquer une distinction entre la pratique traditionnelle et une pratique s'inscrivant plutôt dans le mouvement de l'art contemporain. Personnellement, je m'inscris davantage dans une pratique calligraphique traditionnelle.

³ Sensei est un mot japonais qui signifie professeur, maître; le terme implique une relation de transmission de type maître-apprenti, relation empreinte de respect.

1.1.1 L'historique de mon questionnement

J'ai débuté l'étude de la calligraphie japonaise en 1998. J'ai étudié 14 ans auprès d'Okata Hiroko (Suiha)⁴ à l'Ecole de calligraphie japonaise de Montréal, école qu'elle a fondée en 1980, peu de temps après son arrivée à Montréal en provenance du Japon. Cette école est reliée à l'école de Tōkyō, Nihon Shodō Kyōiku Gakkai. Okata sensei est décédée à l'automne 2011. J'ai par la suite poursuivi mes études auprès de Wang Shih Ming. Il en sera plus longuement question au chapitre IV qui traite plus précisément de ma pratique calligraphique.

Mon expérience de la pratique de la calligraphie japonaise m'a menée à réfléchir au processus même de la pratique beaucoup plus qu'à la technique et à l'appréciation des œuvres. J'ai rapidement senti qu'il s'agissait bien plus que de l'apprentissage d'un art et de sa technique. À l'origine, influencée par ma profession de psychologue ainsi que par mon intérêt pour la pratique calligraphique des moines zen, j'ai été menée à concevoir que la pratique de la calligraphie japonaise transforme la personne, lui permettant de développer des valeurs spirituelles comme par exemple la discipline, l'attitude méditative, le détachement, des valeurs que j'ai alors associées au bouddhisme zen. Il importe de préciser que ma compréhension du phénomène était encore limitée et dominée, je le concède, par une vision plutôt naïve et romantique du Japon et du zen.

Au fil de l'expérience, ma compréhension du phénomène s'est modifiée. Je l'ai notamment associé au processus d'individuation, concept issu de la psychologie jungienne; il s'agit d'un processus qui mène à une différenciation psychique de plus en plus grande chez l'individu, lui permettant d'être davantage en résonance avec son

⁴ Je respecte l'usage japonais qui est de mentionner le nom patronymique avant le prénom. Il est à noter que Suiha est le nom d'artiste qui a été donné à Okata Hiroko par son maître de calligraphie.

Soi⁵. Il me semblait en effet que la pratique permet à la personne d'explorer et d'actualiser de plus en plus ce qui l'habite au plus profond d'elle-même. Mais en dépit de certaines correspondances, les concepts occidentaux comme le concept d'individuation, ne m'ont pas semblé suffire pour rendre compte d'un phénomène trouvant ses origines au Japon et plus largement en Asie. Face à la difficulté d'articuler mon questionnement et d'approfondir ma réflexion, la démarche doctorale m'est apparue comme étant l'étape suivante, étape nécessaire qui me permettrait de répondre à un besoin de compréhension qui m'obsédait de plus en plus.

Il importe de souligner que le but de cette recherche n'est pas d'expliquer l'expérience de la pratique de la calligraphie japonaise en traduisant les concepts japonais et en les transposant en concepts occidentaux même si cela a été mon premier réflexe en début de pratique. Dans l'introduction de l'ouvrage de Kimura (trad. 1992) portant sur la psychopathologie phénoménologique, Pélicier souligne l'importance d'éviter le piège de l'attrait de l'exotisme et de la tentation de chercher des analogons aux concepts japonais ce qui finalement, dénature et normalise l'intraduisible. Dans le cadre de la présente recherche, je vise plutôt à explorer mon expérience de la pratique, puis par la suite à en développer une meilleure compréhension à partir de conceptions japonaises et chinoises de la pratique, tout en respectant le fait que je suis occidentale.

La problématique de recherche repose sur le besoin de comprendre, à travers mon expérience de praticienne de calligraphie, le sens que prend cette pratique au cœur de

⁵ Le Soi est un concept utilisé par la psychologie jungienne. Selon Jung (1962/1973), le Soi est le centre de la personnalité toute entière; il en est non seulement le centre mais aussi la circonférence complète qui embrasse à la fois le conscient et l'inconscient. Il y aurait ainsi intégration graduelle de l'inconscient au conscient, le Soi représentant le centre de la personnalité, symbole d'unification, but ultime du développement psychique qui n'est dans les faits, jamais complètement atteint. Jung propose donc une conception du développement de la psyché humaine qui est de nature téléologique, c'est-à-dire qui tend progressivement vers un but, ce but étant l'atteinte d'une individuation de plus en plus achevée (Klein, 1993; Monbourquette, 2002).

ma vie. L'utilisation du mot « signification » serait probablement plus juste; en effet selon Legendre (2005), le mot « signification » « correspond à une réalisation particulière du sens où l'affectivité ne serait pas exclue. » (p. 1236), le sens représentant plutôt la propriété commune à plusieurs individus conférant à un mot un contenu intelligible. Plus simplement, je dirais que le sens est de l'ordre du général alors que la signification est de l'ordre du particulier. Mais j'ai fait le choix d'utiliser le mot « sens » parce que d'une part je précise qu'il s'agit ici du sens produit au sein de ma propre expérience et d'autre part, parce que ce terme permet d'évoquer une autre définition, celle de « direction »; cette autre définition ouvre le champ de compréhension en me permettant de parler aussi de la direction que la pratique donne à ma vie.

D'entrée de jeu, je nuance ma position par rapport à l'utilisation des termes « pratique » et « praticien ». D'une part, je parlerai de la pratique de la calligraphie japonaise. Le mot « pratique » fait ici référence à une discipline spirituelle, allant ainsi au delà du seul apprentissage de la technique calligraphique; en ce sens, la pratique évoque le concept d'autocultivation⁶, concept central de la conception japonaise des arts traditionnels à laquelle je m'affilie. Il en sera question au chapitre III qui pose le cadre conceptuel de la recherche. D'autre part, je ferai référence à l'artiste calligraphe en utilisant plutôt le terme de « praticien », privilégiant ainsi la position de la personne engagée dans une pratique. Pour moi, le praticien tel que j'en parle au fil de la recherche, s'inscrit dans la pratique plutôt que dans la création d'une œuvre à proprement parler. Ainsi, je parle du processus de la pratique plutôt que du processus de création d'une œuvre. Bien que les œuvres elles-mêmes soient également importantes en calligraphie japonaise, mon intérêt porte essentiellement sur la pratique; ce qui m'intéresse plus précisément dans cette pratique, c'est la vie

⁶ Le concept d'autocultivation est abordé dans la section 3.2.1 du chapitre III présentant le cadre conceptuel.

même de la personne en train de s'y faire et de s'y transformer, l'œuvre produite étant ainsi reléguée au second plan, manifestation de la pratique circonscrite dans le temps.

Ma position n'est pas celle du regard posé sur l'œuvre, ni même celle où l'intérêt porte sur le processus de création de l'œuvre. En me référant aux catégories de Passeron (1996), ma posture n'est pas esthétique ni poïétique. Elle n'est pas esthétique en ce sens qu'elle ne porte pas sur l'analyse des œuvres et de leur réception; elle n'est pas poïétique non plus en ce sens qu'elle ne m'amène pas à analyser le processus d'engendrement ou d'instauration des œuvres. Mon intérêt porte plutôt sur la pratique elle-même sans cesse renouvelée, sur un « faire » non pas considéré en fonction de l'œuvre qui en résulte, mais considéré plutôt en fonction de la vie même du praticien qui se forge à travers lui.

Je m'intéresse à l'expérience du praticien calligraphe et plus particulièrement au sens que prend la pratique de la calligraphie japonaise. Je pourrais dire que je m'intéresse à l'instauration de l'œuvre, mais ici, l'œuvre serait la personne même du praticien. Valéry (2008) fait dire à Eupalinos architecte « À force de construire [...], je crois bien que je me suis construit moi-même. » (p. 28), affirmant de ce fait que l'œuvre ultime de l'artiste, c'est l'artiste lui-même. Il importe de retenir que pour Valéry, le travail de création modifie en cours de route le créateur lui-même comme le précise Gingras-Audet (1979). Néanmoins, ce qui à proprement parler retient l'attention de Valéry ne correspond pas tout à fait à ce qui retient la mienne puisque pour lui, ce qui importe, c'est d'abord la compréhension du processus de création, un processus permettant au créateur de se construire; pour ma part, je m'intéresse plutôt au phénomène de la pratique, une pratique qui participe tout de même au développement du praticien. Pour être plus précis, on pourrait dire que ma conception rejoint celle de Valéry en ce sens que c'est la personne qui est construite en bout de piste; sauf que chez Valéry, elle est construite à travers le processus de création tandis que de mon

point de vue, elle est construite à travers le processus de la pratique. C'est du moins l'intuition qui est à la base de ma thèse et qui a motivé la présente recherche.

La pratique de la calligraphie japonaise est comprise comme un espace où la vie du praticien se construit, une pratique sans cesse répétée qui prend valeur de discipline, d'entraînement, que l'on pourrait qualifier de pratique spirituelle, de méditation en action (Loori, 2004; Suzuki, 1993) au sein de laquelle l'œuvre devient manifestation de la pratique beaucoup plus qu'un but à atteindre. Pour résumer mon point de vue, je pourrais dire que je m'intéresse à la vie du praticien en train de se faire à travers la pratique de son art plutôt qu'à la vie de l'artiste en train de se faire à travers son processus de création.

Une telle forme de recherche portant sur l'expérience même du chercheur soulève inévitablement la question de la subjectivité, le chercheur étant à la fois sujet et lié à son objet de recherche. Mais la réalité telle que nous la percevons n'est jamais neutre et objective, elle est toujours le fruit d'une construction. Pour Green et Stinson (1999), la réalité ne peut être appréhendée hors de la perspective dans laquelle on se trouve; elle est toujours partielle et dépendante du contexte dans lequel elle se situe. Comme le rappelle Fortin (2006), la « crise de la représentation » (Marcus et Fisher, 1986) remettant en question l'objectivité de la parole du chercheur, a permis de faire place à la description des phénomènes positionnant au premier plan la parole subjective et l'écriture au « je ». Comme le souligne Gosselin (2006):

De plus en plus de praticiens du domaine des arts s'inscrivent dans des démarches qui les amènent à produire un discours de type recherche dans le but semble-t-il de saisir et de donner forme à un savoir intimement lié à leur engagement dans une pratique artistique. Un peu comme si ces artistes éprouvaient le besoin de participer à la construction du discours sur l'art en laissant transparaître leur point de vue de praticien. (p. 21)

Pour ce faire, le praticien chercheur doit trouver la voix qui traduit le mieux son point de vue. En ce sens, la recherche qualitative adopte de plus en plus de scénarios méthodologiques hybrides adaptés aux exigences de la complexité des dynamiques qui caractérisent les diverses réalités de la pratique des arts; ces nouvelles voies de recherche sont d'ailleurs reconnues et favorablement accueillies par les différents organismes subventionnaires qui soutiennent la recherche en art.

S'inscrivant dans une perspective postpositiviste constructiviste, telle que définie par Green et Stinson (1999), la présente recherche explore ma propre expérience d'un phénomène encore peu discuté, soit celui de la pratique calligraphique. Le but n'est pas de mettre au jour La Vérité, mais une parcelle de vérité à travers l'exploration de mon expérience personnelle; je tente de rendre visible le phénomène de la pratique selon ma perspective. En ce sens, le choix que j'ai fait d'entreprendre une démarche heuristique permet d'exposer le trajet de ma pensée qui se construit étape par étape, au fil de l'immersion dans l'expérience de la pratique et de la réflexion portée sur celle-ci. Je tente ainsi de décrire et de comprendre le sens de l'expérience que je fais de ce phénomène, en espérant que cette expérience, bien qu'individuelle, puisse contribuer au développement des connaissances sur le sujet et ouvrir un espace d'échange avec d'autres praticiens, évitant de ce fait le piège d'un narcissisme stérile.

1.1.2 Les écrits portant sur la pratique de la calligraphie

La présente section expose le bilan de la consultation des bases de données et des écrits portant sur la pratique de la calligraphie japonaise. Il est à noter que cette consultation s'est principalement effectuée en deux temps soit en 2010 et en 2015, bien que la consultation des écrits soit un processus continu, qui s'est amorcé bien avant le début de la recherche et qui se poursuit toujours.

J'ai prioritairement consulté trois bases de données selon leur pertinence pour la recherche; j'ai ainsi retenu la base de données Art Source spécialisée dans le domaine des arts, la base de données Eric qui rassemble les périodiques les plus importants dans le domaines des sciences de l'éducation et finalement, la base ProQuest dissertations and thesis gobal, qui regroupe les mémoires et les thèses provenant de plus de 1000 universités à travers le monde. Pour procéder à la recherche, j'ai utilisé les expressions qui me semblaient les plus appropriées (tant en français qu'en anglais) tel que : art et transformation; calligraphie japonaise/chinoise et transformation; d'autres mots ont aussi été utilisés tel que : pratique des arts, shodō⁷, perfectionnement, spiritualité. Je présente ici les recherches qui ont plus particulièrement retenu mon attention.

Plusieurs recherches portent sur le pouvoir transformateur de l'art. J'ai retenu deux recherches à cet effet soit celles de Gonzalez Leal (2003) et de Perron-Racine (2014). Dans le cadre de sa recherche doctorale, Gonzalez Leal, artiste en art visuel, soutient que la pratique artistique peut participer au développement de la conscience au même titre que d'autres pratiques telles que la méditation. Gonzalez Leal a documenté et analysé sa production en tenant un journal de bord quotidien sur une période de deux mois; elle a également exploré la manifestation d'imageries archétypales dans les œuvres d'autres artistes pour y déceler des traces d'expression de niveaux plus profonds de la conscience. Gonzalez Leal conclut que la pratique d'un art peut contribuer à la transformation de la conscience en permettant l'expression de contenus jusque là réprimés, facilitant ainsi une forme de libération et de guérison. Pour sa part, Perron-Racine pose un regard poïétique sur sa démarche artistique dans le cadre de son mémoire de maîtrise. Son récit autobiographique met en lumière qu'en associant la pratique de la méditation à sa pratique artistique, elle apprend peu à

⁷ Shodō est un mot japonais signifiant la voie de l'écriture.

peu à suivre la voie de son atelier intérieur⁸, compris comme catalyseur de sa démarche artistique. Elle montre que le processus de création transforme non seulement la matière mais aussi l'artiste qui s'y est engagé. Elle conclut que pour elle, la transformation s'est manifestée à travers l'émergence et l'acceptation de son moi artiste. Ces deux recherches ont retenu mon attention d'une part, parce qu'il s'agit d'artistes qui se questionnent sur le potentiel transformateur de leur art et d'autre part, par l'approche méthodologique retenue, celle de l'analyse de leur propre processus artistique. Bien sûr, ce qui m'intéresse, c'est le processus de la pratique plutôt que le processus de création proprement dit, mais ce questionnement de l'expérience artistique m'a inspirée.

D'autres recherches portent plus directement sur la pratique des arts traditionnels japonais. Hawey (2012), lui-même étudiant des arts martiaux traditionnels japonais, s'est intéressé à la méthodologie de perfectionnement tirée des arts martiaux et a tenté de montrer qu'il est possible de l'appliquer au processus de création d'images numériques. Bien qu'il décrive la pratique d'un art martial comme étant une voie de perfectionnement, il limite ses propos à l'application de cette méthodologie de perfectionnement dans le cadre de son processus de création et de production d'images numériques et ne parle pas de l'impact de sa pratique dans les autres sphères de sa vie. L'article de Feldush (1975) porte sur la pratique de la méditation comme outil pouvant parfaire la performance de l'acteur. Le propos est centré sur l'individu qui cherche à tirer profit de la pratique dans le but de perfectionner sa technique de jeu; cela me semble différent de la perspective de la pratique telle que conçue dans le contexte des arts traditionnels japonais, alors que la pratique est comprise comme étant une discipline, une voie spirituelle dans laquelle la personne

⁸ La notion d'atelier intérieur a été développée par Sylvie Cotton (2012); il s'agit du monde intérieur de la personne, d'un espace intérieur où se situe un ensemble de potentialités. Selon cette auteure, la pratique artistique se développe à travers l'attention donnée à cet espace intérieur afin de pouvoir donner forme à ce qui cherche à apparaître, à être mis hors de soi.

s'engage sans attente. Husak (2012) pour sa part s'est intéressé aux pratiques traditionnelles est asiatiques telles que la méditation zen et les arts martiaux ainsi qu'à la façon dont les qualités acquises au cours de ces pratiques peuvent influencer les interactions avec les autres (*dyadic interactions*). Ces recherches me sont apparues pertinentes parce qu'elles traitent des pratiques traditionnelles japonaises et abordent différentes notions qui s'y rapportent.

Lelwica (2009) a particulièrement retenu mon attention. Elle-même praticienne d'aikidō (art martial japonais), elle explore le concept de embodied pedagogy, une pédagogie qui se fait à travers le corps, à travers la personne dans sa globalité. Elle présente ce concept d'embodied pedagogy comme étant une alternative possible à une approche plus cartésienne du savoir. Dans le cadre de l'enseignement des religions, Lelwica propose ainsi un enseignement qui combine l'étude des textes de diverses traditions spirituelles avec la pratique de l'aikido. À travers ce projet d'enseignement novateur, elle souligne l'apport des pratiques traditionnelles japonaises qui favorisent l'intégration corps-esprit et permettent une façon différente d'acquérir un savoir, nommément à travers le corps. La Mothe (2008) parle de la tension entre les voies de l'intellect et de l'expérience comme étant un champ fertile de connaissance et s'intéresse plus particulièrement à l'expérience de la danse en lien avec l'étude des religions; elle invite le lecteur à penser au delà de l'approche dominante de l'apprentissage, une approche qui fait essentiellement appel à l'intellect. Les propos de Lelwica et de LaMothe parlent de l'implication du corps au niveau de l'acquisition du savoir, un savoir qui s'incarne grâce à des pratiques (qu'il s'agisse de la pratique de l'aikido, de la danse ou de la calligraphie) qui engagent la personne dans sa globalité, qui favorisent la réalisation de cette union corps-esprit.

Dans son article *The way of tea: a symbolic analysis*, Kondo (1985) aborde le concept de la pratique en soulignant que l'apprentissage de cet art, comme des autres arts traditionnels japonais, va au-delà de la technique; il s'agit d'une voie vers la

réalisation de soi, vers l'illumination⁹. Elle explique que la pratique cultive l'être autant que sa technique. Bien que Kondo soit elle-même praticienne de cet art, elle n'aborde pas l'impact de la pratique dans sa propre vie; elle tente plutôt en tant qu'anthropologue, de théoriser la pratique de la cérémonie du thé.

Bullen (2010) s'est intéressé à l'attitude japonaise face au passé, une attitude qui caractérise selon lui la pensée esthétique japonaise. C'est dans ce contexte qu'il parle de la pratique de la calligraphie, plus particulièrement de sa méthode d'apprentissage qui consiste à observer et à copier des œuvres de grands maîtres du passé. En ce sens, l'originalité n'est pas un concept central dans le cadre des arts traditionnels. La trace laissée par les grands maîtres porte non seulement leurs qualités au niveau de la technique calligraphique, mais porte aussi leurs qualités personnelles. Ainsi, copier la trace laissée par le maître du passé, c'est tenter d'une part de retrouver et de s'approprier le geste juste sur le plan technique mais d'autre part, de faire siennes les qualités personnelles du maître. L'auteur souligne l'importance de cette tradition qui traduit une grande révérence envers les grands maîtres du passé.

Matsunobu (2007), chercheur spécialisé dans l'enseignement de la musique, explore la pratique du *shakuhachi*¹⁰ et traite de la conception des arts traditionnels japonais. Il aborde les liens que les arts entretiennent avec différentes formes de spiritualités dont le taoïsme. Chez lui, la pratique d'un art traditionnel est conçue comme une pratique d'autocultivation qui favorise l'union de la personne avec l'énergie universelle, le tao. Pour conclure son article, l'auteur encourage le développement de la recherche afin

⁹ Kondo (1985), définit « illumination » comme étant l'expérience de vide (mu); elle fait référence au bouddhisme zen et aux expériences telles que l'état de non-pensée (mushin), de détachement, alors que le corps et l'esprit ne font plus qu'un.

¹⁰ Le shakuhachi est une flûte japonaise faite de bambou.

de mieux comprendre le phénomène de la pratique des arts. En début de parcours, l'article de Matsunobu a été d'une grande inspiration.

L'article de Hue (2010) qui porte précisément sur la pratique de la calligraphie chinoise a également retenu mon attention. En explorant d'une part sa propre pratique et en analysant d'autre part des textes classiques, textes écrits par de grands maîtres calligraphes de différentes dynasties, Hue souligne l'importance de comprendre l'enseignement de la calligraphie comme étant une façon de favoriser le développement de la personne, la pratique calligraphique étant comprise ici dans le contexte de la culture traditionnelle chinoise au sein de laquelle cette pratique serait une forme d'autocultivation. En dépit de sa pertinence, l'article ne donne que très peu accès à l'expérience personnelle de la pratique de l'auteur. Hue a plutôt rendu compte de son expérience en la filtrant à travers les thématiques identifiées suite à l'analyse des textes classiques qu'il cite à plusieurs occasions, sans aborder explicitement sa propre expérience de la pratique et le sens que celle-ci prend dans sa vie. Néanmoins, l'article demeure important et permet de mettre en lumière plusieurs éléments qui caractérisent l'expérience de la pratique calligraphique, comme la pleine conscience, la sensibilité et la conscience du corps, l'union corps/esprit, la modulation de l'énergie (ki) et la relation au tao. Pour conclure son article, Hue souligne que la pratique calligraphique est une discipline spirituelle dont le but ultime est l'union du praticien avec le tao.

Billeter (2010)¹¹, sinologue, s'est intéressé à l'art de l'écriture chinoise et a tenté de mettre en lumières différentes dimensions sur le sujet. S'inspirant de sa propre expérience en tant que calligraphe, il théorise la pratique et propose des notions telles

¹¹ L'ouvrage de Billeter (2010) paru sous le titre de Essai sur l'art chinois de l'écriture et ses fondements est une refonte de l'ouvrage paru en 1989 (réédité en 2001 ainsi qu'en 2005) sous le titre de L'art chinois de l'écriture.

que celles de « corps propre » et « d'activité propre » ¹², notions qui permettent de mieux comprendre l'expérience de la pratique. De plus, son analyse décrit la calligraphie chinoise comme un art savant et subtil qui donne accès à l'un des noyaux de la pensée chinoise, « l'idée de l'activité parfaite » (Billeter, 2010). Bien que l'ouvrage de Billeter soit incontournable, l'accès direct à l'expérience personnelle du praticien demeure limitée et la question du sens que prend la pratique au cœur de sa vie n'est qu'en partie abordée.

Verdier (2003), une artiste peintre contemporaine, partit en Chine à l'âge de 20 ans où elle fit l'apprentissage de la calligraphie auprès d'un maître chinois pendant une période de dix ans. Dans son livre *Passagère du silence* (2003), elle fait le récit de ce voyage qu'elle qualifie d'initiatique, voyage qui a eu un profond impact sur son parcours. Dans le cadre d'entrevues et de livres portant sur son œuvre (Juliet, 2007; Kidel, 2012; Von Drathen, trad. 2012), Verdier témoigne de l'influence de la pensée et de la tradition chinoise sur son appréhension du monde dans le contexte de son processus de création. Bien qu'elle soit complètement engagée dans sa pratique, le concept même de la pratique n'est pas abordé directement; la pratique sous-tend ses propos, mais n'est pas posée en ces termes. Verdier se définit clairement comme une artiste peintre¹³ et son discours porte essentiellement sur son processus de création. Elle demeure selon moi une figure importante et inspirante dont le processus de création se nourrit au cœur même de la spiritualité des grandes traditions chinoises. Son oeuvre crée chez moi le désir d'approfondir et de mettre des mots sur ma propre expérience de la pratique.

¹² Ces notions sont abordées à la section 3.1.3 du chapitre III.

¹³ Verdier se présente comme artiste peintre contemporaine plutôt que comme calligraphe. Néanmoins, son passage par la pratique de la calligraphie transparaît de façon importante dans son travail de création.

Buddha mind in contemporary art (Bass et Jacob, 2004)¹⁴, rassemble une série de courts essais de spécialistes du monde de l'art de même que des entrevues menées auprès d'artistes de différentes origines; cet ouvrage propose une réflexion sur les relations entre le bouddhisme et l'art contemporain. Certains artistes parlent de l'impact de leur pratique religieuse sur leur processus de création; d'autres comparent leur pratique artistique aux pratiques bouddhistes. Par exemple, Batchelor (2004), un photographe qui a été moine bouddhiste pendant plus de 20 ans, parle de sa pratique artistique comme d'un cheminement qui transforme sa perception et sa qualité d'attention et la compare aux pratiques traditionnelles bouddhistes. Cette réflexion, bien que des plus intéressante, interpelle la présente recherche mais ne fait toutefois qu'effleurer le sujet. La lecture de ce recueil a été une source précieuse de soutien et d'inspiration, confirmant d'une part que mes interrogations et mes intuitions étaient portées par d'autres artistes et m'invitant d'autre part à approfondir le sujet à partir de ma propre expérience de la pratique calligraphique.

En dépit de la pertinence et de la richesse des écrits consultés, je constate que peu d'ouvrages abordent la question de la pratique calligraphique et de l'expérience qu'en font les praticiens. Bien que plusieurs auteurs des articles et ouvrages cités aient euxmêmes une pratique 15, rares sont ceux qui traitent du sujet à partir du terrain même de leur propre pratique. Très peu d'écrits rendent compte de l'expérience du praticien calligraphe et du sens que prend la pratique dans sa vie. Hue (2010) annonce qu'il le fait sans véritablement le faire puisqu'il explore son expérience à travers le filtre des textes classiques portant sur le sujet. Billeter (2010) le fait en partie sans toutefois approfondir la question du sens que prend ce type de pratique dans la vie du

¹⁴ Ce livre est une des résultantes du projet Awake: Art, Buddhism, and the Dimensions of Consciousness, projet qui a réunit aux États-Unis, de 1999 à 2005, artistes, curateurs, critiques et autres professionnels du monde des arts.

¹⁵ La pratique peut s'incarner dans diverses disciplines telles que les arts martiaux, la cérémonie du thé, la calligraphie.

calligraphe. Il est vrai que l'idée de partir de sa propre expérience pour parler d'un phénomène, tel que l'a fait Moustakas (1961)¹⁶ par exemple, est relativement nouvelle et demeure encore audacieuse. Mais l'expérience que fait une personne d'un phénomène met en lumière une facette de ce phénomène qui ne se laisse connaître qu'à travers la multitude des expériences vécues.

Stephen Addiss (communication personnelle, juillet 2008)¹⁷, historien de l'art spécialisé dans le domaine de la calligraphie japonaise, explique que l'impact du processus de la pratique fait partie d'un savoir connu sans être explicitement nommé. Les praticiens n'en parlent pas et à la limite, ne semblent pas vraiment se poser la question. En ce sens, on peut dire de la connaissance qu'ils ont de la pratique calligraphique qu'il s'agit d'un savoir que Van der Maren (1995) qualifierait d'artisanal; c'est ce savoir que la présente thèse cherche à réfléchir. Pour ce faire, la recherche propose l'exploration de ma propre expérience de la pratique de la calligraphie japonaise et du sens que cette pratique prend dans ma vie dans le but de mieux comprendre le phénomène tel que je le vis. Pour reprendre les termes de Van der Maren, il s'agit de transformer un savoir pratique (artisanal) en un savoir praxique, c'est à dire en un savoir qui réfléchit la pratique.

Il peut paraître paradoxal de se questionner sur une pratique qui selon la tradition, favorise l'action plutôt que la réflexion, l'expérience plutôt que les directives, les explications et les concepts, comme en témoigne d'ailleurs l'attitude des sensei qui ne parlent pas de la pratique et laissent maintes questions sans réponses. Plusieurs auteurs soulèvent d'ailleurs ce point dont Kondo (1985) qui évoque la question

¹⁶ Moustakas (1961) a étudié le phénomène de la solitude à partir de sa propre expérience. À partir de cette étude, l'auteur a par la suite développé et présenté la méthode heuristique (Moustakas, 1968). Pour plus de détail à propos de cette méthodologie, voir la section 2.2 du chapitre II.

¹⁷ Je me réfère ici à un entretien que Stephen Addiss m'a accordé en marge d'un atelier qui s'est tenu en juillet 2008 au Zen Mountain Monastery, Mt Tremper, New York.

d'entrée de jeu dans son article portant sur la cérémonie du thé, pratique faisant partie des arts d'inspiration zen¹⁸. Comme le souligne Rosemont (1970), l'ensemble des auteurs qualifient le bouddhisme zen d'« anti intellectuel », se situant hors du discours, de la logique et des concepts. Dans le cadre de la pensée intellectuelle/conceptuelle qui est d'emblée dualiste, il y a un sujet qui pense à un objet (Hori, 2000, 2004). Par exemple, dans le cas de la présente recherche, il y a un praticien qui pense à l'expérience qu'il fait de la pratique calligraphique. Nous ne sommes pas dans le domaine de l'expérience au sein de laquelle le sujet et l'objet ne font qu'un, mais plutôt dans le domaine de la pensée et du discours, là où le sujet porte un regard sur l'objet, ce que semble rejeter le bouddhisme zen. Pourtant, force est de constater que la tradition zen possède un riche héritage textuel qui joue, aux côtés de différentes pratiques, un rôle important dans le curriculum de formation des moines zen. Ma réflexion me mène à proposer que plutôt que de s'opposer, l'expérience (s'inscrivant dans le domaine de la non-dualité) et le discours sur l'expérience (s'inscrivant plutôt dans le domaine de la dualité corps/esprit) peuvent se compléter, bien que le discours sur l'expérience ne peut en aucun cas se substituer à l'expérience elle-même. Réfléchir à propos de l'expérience exige du chercheur qu'il prenne un recul face à cette expérience. Malgré cette mise à distance, la réflexion contribue néanmoins à mettre en lumière certains aspects de l'expérience, la rendant ainsi plus riche.

Le paradoxe demeure tout de même. Des amis calligraphes me taquinent à ce sujet et trouvent étrange ce besoin de réfléchir sur une pratique qui encourage plutôt l'immersion dans l'action. Il m'importe de préciser que je demeure consciente de ce paradoxe et que je l'assume. Du moins puis-je dire que la présente recherche porte sur une pratique calligraphique amorcée à la fin des années 90; elle ne porte pas sur la

¹⁸ La cérémonie du thé, (chadō) fait partie des arts d'inspiration zen, tout comme notamment la voie de l'épée (kendō), la voie de l'arc (kyudō) et la voie de l'écriture (shodō).

seule notion de la pratique mais bien sur l'expérience même de ma propre pratique. Le détour par une recherche de compréhension s'est imposé dans mon parcours en raison de la présence constante d'un questionnement sur la nature de la pratique; probablement que ma profession de psychologue stimule un besoin pressant de comprendre, rendant incontournable ce détour qui une fois effectué, me permettra peut-être un lâcher prise et une immersion encore plus intense dans la pratique.

Par ailleurs, les dangers de la connaissance sont aussi à considérer. Il est intéressant de noter que dans les tragédies grecques, le savoir est souvent dangereux. Ces tragédies incarnent l'ambivalence d'une connaissance à la fois vitale et destructrice et mettent en œuvre des conflits intérieurs et extérieurs suscités par le savoir, soit des enjeux de pouvoir, de prospérité, de renommée mais aussi de responsabilité, de malheur et de destruction (Vial, 2015). Le plus souvent, c'est l'usage du savoir qui est en jeu; mais parfois, c'est aussi le fait même de savoir qui est en soi dangereux. Maslow (1968) parle aussi des dangers de la connaissance, plus particulièrement au niveau de la connaissance de soi et de la créativité. Maslow explique que l'adaptation normale de la personne repose sur la mise à distance d'une grande partie des profondeurs de la nature humaine, de l'inconscient. Tout en se protégeant des dangers qui se cachent au sein de ces profondeurs, la personne se détourne aussi des richesses qu'elles recèlent et qui permettent une plus grande réalisation de soi, qui ouvre le potentiel créatif. Alors que certains artistes craignent que la réflexion ne vienne s'immiscer dans leur processus de création et nuire ainsi à leur démarche, je ne redoute pas cette incursion puisque je m'inscris davantage dans un processus de pratique que dans un processus de création. Par ailleurs, cette période de réflexion rend plus difficile l'immersion dans l'action puisque d'une certaine façon, elle implique une mise à distance : je me regarde « en train de faire ». Mais cette période consacrée à la réflexion dans le cadre du processus doctoral est une étape nécessaire et n'est que transitoire.

1.2 L'objectif et la question de recherche

L'objectif de la présente recherche est de comprendre, à travers mon expérience de la pratique de la calligraphie japonaise, le sens que prend cette pratique au cœur de ma vie. Mon intérêt porte précisément sur l'expérience telle que je la perçois plus que sur le phénomène de la pratique comme tel, ce qui indique d'emblée la voie méthodologique à emprunter, en l'occurrence, la démarche heuristique.

Mon questionnement m'incite à explorer ma pratique calligraphique. S'agit-il essentiellement d'une expérience de transformation comme j'en ai eu l'intuition tout au début de ma démarche doctorale? Plutôt que de diriger le questionnement sur cette piste, j'ai préféré explorer plus largement le sens que prend l'expérience de ce type de pratique dans ma vie. Sans être centrale, la question de la transformation sera examinée au chapitre VI dans le cadre de la discussion qui suivra l'analyse des données.

Question principale de recherche:

Quel sens prend la pratique de la calligraphie japonaise dans ma vie?

Thèse recherche avec un volet création (25 %)¹⁹

Étant donné l'objectif de ma recherche, j'ai choisi de faire une thèse de type « recherche » incluant un volet «diffusion» comptant pour 25 % de l'ensemble de la recherche doctorale (thèse écrite et matériel diffusé). Le volet diffusion a pris la forme d'une exposition qui s'est tenue en mars 2012, à L'Espace 64 dans le Vieux Montréal. Bien que le corps de la recherche porte sur l'exploration et la compréhension de mon expérience de la pratique, il m'a semblé important de montrer

¹⁹ Le programme de doctorat en études et pratiques des arts stipule que dans le cas d'une thèse recherche, 75 %, au minimum, de l'évaluation doit porter sur la recherche et 25 %, au maximum, sur la diffusion. Les pourcentages en question doivent être établis à l'avance, au moment de l'examen du projet, et correspondre à la nature du projet.

les traces de cette pratique, processus intangible devenant pour un moment visible à travers les œuvres qui en émanent et que cette diffusion soit comprise comme faisant partie de la thèse. De plus, la calligraphie japonaise est un art traditionnel peu connu au Québec; j'ai voulu saisir l'occasion de faire davantage connaître cette forme d'art en la rendant accessible. Le chapitre IV traite plus en détail de cette exposition.

1.3 La pertinence et les limites de la recherche

Suite à l'examen des écrits, il est possible de constater que l'expérience de la pratique de la calligraphie japonaise telle que vécue par le praticien est peu documentée tout comme le sens que prend la pratique au cœur de sa vie. Voilà précisément ce que propose la présente recherche, contribuant ainsi au développement des connaissances sur le sujet à partir du terrain même de la pratique.

La recherche permet également de mettre en lumière une différence fondamentale qui distingue la pratique calligraphique traditionnelle par rapport à d'autres types de pratiques artistiques. Les pratiques artistiques contemporaines se centrent davantage sur le processus de création et sur la production d'œuvres qui en découlent alors que la pratique calligraphique est d'une toute autre nature. S'appuyant sur une longue tradition d'origine asiatique, elle se centre sur le processus même de la pratique plutôt que sur celui de la création, délimitant ainsi un tout autre territoire, caractérisé par le concept d'autocultivation. En ce sens, la pratique calligraphique se situe davantage dans le cadre d'un cheminement spirituel qui engage la personne dans sa globalité (corps/esprit). Une des contributions de la présente recherche est d'explorer ce territoire à partir du terrain même de la pratique calligraphique.

Par ailleurs, il y a très peu de praticiens de calligraphie japonaise au Québec et le discours portant sur l'expérience de ce type de pratique semble inexistant. Les connaissances qui seront mises en lumière à partir de cette étude pourront trouver

écho chez d'autres praticiens calligraphes et possiblement chez des praticiens d'autres types de pratiques artistiques, permettant ainsi d'initier et de stimuler les échanges.

Il importe de souligner que l'objet de la recherche pose d'emblée certaines limites. Une des principales difficultés est celle posée par la langue tant au niveau de la consultation des écrits qu'au niveau de la communication orale lors de mes séjours au Japon. La barrière de la langue oblige à avoir recours à des traductions et à des interprètes, ouvrant ainsi la porte à de possibles biais, d'autant plus qu'il y a souvent deux niveaux de traduction, soit du japonais à l'anglais et ensuite, de l'anglais au français (même chose pour les textes chinois). Les connaissances limitées que j'ai de la langue japonaise m'ont essentiellement permis d'établir un lien psychologique de confiance avec les intervenants au Japon, ce qui n'est tout de même pas à négliger. Par ailleurs, j'ai obtenu la collaboration de plusieurs personnes ressources sur place qui parlent japonais et anglais. Ces personnes connues lors de voyages précédents, sont toutes liées au domaine de la calligraphie ou du bouddhisme zen; elles ont pu m'aider dans mes activités. De plus, mes séjours répétés au Japon, séjours de 5 à 6 semaines chacun, ont contribué à faciliter mon adaptation sur le terrain.

L'aspect culturel pose également un défi. Il est certain que je ne peux saisir dans toutes ses nuances le phénomène de la pratique de la calligraphie japonaise; je suis une occidentale habitée par ma propre culture et cela ne changera jamais. En dépit du fait que j'aie voulu m'imprégner de la culture japonaise notamment en séjournant au Japon à plusieurs reprises et en y côtoyant des gens qui pratiquent la calligraphie, en ayant des échanges avec eux et en pratiquant même avec eux, il demeure que je suis une étrangère. Cette limite est toutefois atténuée par le fait que l'objectif de la recherche est d'explorer ma propre expérience de la pratique, la perception que j'en ai et le sens qu'elle prend dans ma vie.

Bien que ces difficultés posent certaines limites, le fait d'en être consciente et de les nommer représente une étape importante dans le processus de recherche et contribue à consolider la pertinence des résultats, comme le souligne Mullings (1999) qui s'est intéressée aux biais d'interprétation possibles lorsque la recherche est menée dans un milieu culturel différent de celui du chercheur.

Le prochain chapitre traite de la méthodologie de la présente recherche.

CHAPITRE II

LA MÉTHODOLOGIE

Le deuxième chapitre traite de la méthodologie de la présente recherche. Considérant que l'objectif de cette étude est de comprendre le phénomène de la pratique calligraphique tel que je l'expérimente plutôt que de le comprendre à partir d'un cadre conceptuel qui serait posé en amont de la recherche, j'ai choisi de présenter ce chapitre avant celui posant le cadre conceptuel. Ce choix répond au besoin de liberté nécessaire à l'exploration de l'expérience telle qu'elle se présente à la conscience.

Après avoir situé le paradigme de recherche, il est question de la perspective méthodologique retenue pour cette étude. Les sections suivantes présentent les différentes sources de données, leur mode de collecte et leur traitement. Les deux dernières sections traitent d'une part de la crédibilité de cette étude et de la transférabilité de ses résultats et d'autre part, des limites de la recherche.

2.1 Le paradigme de recherche

Il importe d'entrée de jeu, de situer l'approche paradigmatique dans laquelle s'inscrit la présente recherche. L'exploration de la réalité n'est jamais neutre, elle est imprégnée de nos valeurs et sous-tend notre vision du monde. Tel que décrite par les chercheurs Green et Stinson (1999), l'approche traditionnelle de la recherche scientifique dite positiviste est fondée sur le postulat que le monde est prévisible et régi par des lois qu'elle cherche à mettre en lumière. Mais lorsque l'on tente d'acquérir une compréhension de l'expérience subjective, cette approche pose de sérieuses limites. Afin de mieux répondre aux besoins d'exploration de l'expérience humaine dans toute sa diversité, la recherche postpositiviste propose plusieurs

avenues que sous-tendent différentes traditions philosophiques, qu'il s'agisse de décrire et de comprendre les phénomènes, d'intervenir dans des contextes pour améliorer des situations ou de poser un regard critique en déconstruisant les discours proposés. Fortin (Fortin et Houssa, 2012) présente un tableau synthétique qui illustre les caractéristiques de la recherche postpositiviste, une recherche se déclinant sous trois traditions philosophiques: la pensée phénoménologique/herméneutique, la pensée critique et la pensée postmoderne/poststructuraliste. De l'investissement de ces pensées philosophiques par la recherche découlent trois postures méthodologiques: posture interprétative, posture critique et posture postmoderne. Selon la posture adoptée et les objectifs de recherche, les opérations pertinentes se mettent en place pour former selon l'expression de Denzin et Lincoln (2005) un « montage » méthodologique efficace permettant de répondre au questionnement du chercheur. Le tableau 2.1 présente le tableau synthétique de Fortin.

Traditions philosophiques	Phénoménologique herméneutique	Théories critiques	Postmoderne postructuraliste
But	Décrire/comprendre/ Interpréter	Changer/émanciper	Ouvnir/déstabiliser déconstruire
Postures méthodologiques	Ethnographie interprétative	Ethnographie critique	Ethnographie postmoderne
Ontologie	La réalité est construite par les personnes impliquées dans une situation mais il est possible de la décrire pour mieux la comprendre.	La réalité est masquée par un ensemble de structures sociales, politiques et culturelles qu'il importe de dénoncer car elles impliquent des rapports de domination.	La réalité est toujours partielle e problématique parce qu'elle s'appuie sur le langage. Il devien donc nécessaire de révéler la plurable et la polysèmie du langage.
Épistémologie	Les savoirs dépendent de leur contexte d'apparition.	Les savoirs sont sources d'émancipation.	Les savoirs (dépendant toujour du langage et des militations) sont à remettre en questio
Lieux	Terrain du phénomène	Terrain de la pratique (société)	Terrain : soi: langage, société
Méthodologie	Phénoménologique Systémique Ethnométhodologie Heuristique etc.	Recherche action Recherche féministe Recherche participative etc.	Pratiques analytiques créatives
Méthodes de collecte de données	Entretiens Observation participante Documents, etc.	Entretiens Observation participante Documents, etc.	Écritures créatives Autoethnographie
Méthodes d'analyse de données	Analyse thématique Analyse phénoménologique Théorisation ancrée Modélisation systémique, etc.	Analyse thématique Analyse phénoménologique Théorisation ancrée Modélisation systémique, etc.	Ecritures créative: Autoethnographis
Modes de transmissions	Textes, tableaux, modèles, schémas, etc.	Textes, tableaux, modèles, schémas, etc.	Textes, poèmes, contes, elc.
Diffusion des résultats	Conférence, article, thèse/mémoire, livre, etc.	Conférence, article, thèse/mémoire, livre, etc.	Texte, performance exposition, œuvre etc.

Tableau 2.1 Caractéristiques contrastantes de la recherche postpositiviste (Fortin et Houssa, 2012, p. 58-59)

La présente recherche s'inscrit dans le paradigme postpositiviste et plus particulièrement dans la posture phénoménologique/herméneutique, qui vise la description, la compréhension et l'interprétation d'une réalité donnée, notamment celle de mon expérience de la pratique de la calligraphie japonaise. Je cherche à en élaborer une compréhension, plutôt qu'à intervenir sur cette pratique ou à déconstruire le discours qui l'entoure. Je situe mon intérêt au niveau de la pratique même plutôt qu'au niveau de l'élaboration et de l'appréciation des œuvres; je cherche ainsi à comprendre la pratique telle qu'elle s'inscrit dans ma vie, plutôt que de centrer mon étude sur les œuvres qui en résultent. Mon but est de mieux comprendre le sens que prend la pratique de la calligraphie japonaise dans ma vie.

La prochaine section présente les choix méthodologiques qui ont été faits afin de répondre à la question de recherche.

2.2 La méthodologie

Les choix méthodologiques sont de première importance afin d'explorer et de répondre à la question de recherche qui m'habite et de rendre compte de mon point de vue particulier de praticienne. Ces choix doivent être motivés par la posture adoptée en lien avec le travail de terrain. Le champ de la recherche postpositiviste propose plusieurs voies méthodologiques qui permettent chacune à leur façon, d'explorer et de mieux comprendre l'expérience subjective. La nature même de ma question trace la voie d'une exploration heuristique. La recherche heuristique est définie par Paillé (2007) comme « une méthodologie de recherche à caractère phénoménologique ayant pour objet l'intensité de l'expérience d'un phénomène telle qu'un chercheur et des co-chercheurs l'ont vécu. » (p. 144) Alors que la phénoménologie s'intéresse à l'étude des phénomènes tels qu'ils se présentent à la conscience, tentant ainsi d'en saisir l'essence (Bachelor et Joshi, 1986), l'heuristique s'intéresse plutôt à l'expérience de la personne qui vit le phénomène. L'approche heuristique correspond

tout à fait à l'objectif de cette recherche qui vise l'exploration de ma propre expérience du phénomène de la pratique calligraphique.

2.2.1 L'approche heuristique

L'approche heuristique, recherche à caractère phénoménologique, s'intéresse davantage à l'expérience que fait une personne d'un phénomène qu'au phénomène en lui-même, au sens donné plutôt qu'à la mesure (Douglass et Moustakas, 1985). Dans ce type de recherche, le chercheur devient le sujet; son expérience devient le terrain qu'il explore et tente de saisir pour en élaborer une meilleure compréhension. Comme le précise Craig (1978)¹, une des caractéristiques centrales de l'approche heuristique est l'importance du processus interne d'exploration que mène le chercheur sur sa propre expérience.

Étymologiquement liée au grec eureka qui signifie « découverte subite », l'approche heuristique évoque cette exploration passionnée et incessante de l'expérience d'un phénomène, à la recherche d'une compréhension qui fait sens (Craig, 1978). La question du sens que prend dans ma vie la pratique de la calligraphie japonaise m'habite depuis plusieurs années, un questionnement incessant, obsédant, doublé d'un désir profond d'articuler une compréhension que je pressens. Mon expérience, bien qu'unique et subjective, est la porte d'entrée d'une réflexion qui, je l'espère, interpellera d'autres praticiens de divers domaines de pratique artistique.

La démarche heuristique comprend plusieurs étapes. La méthodologie proposée par Moustakas (1968) a été élaborée suite à une recherche exploratoire qu'il a menée sur

J'ai également consulté la traduction du chapitre méthodologique de la thèse de Craig (1978), traduction non publiée de A. Haramein (Craig, 1978/1988).

sa propre expérience de la solitude (Moustakas, 1961). Elle comprend sept étapes décrites dans son ouvrage de 1968², étapes que je présente ici.

- 1) Une situation difficile génère une question, ou pose un problème.
- 2) Une introspection solitaire provoque chez le chercheur l'émergence d'une compréhension du sens de l'expérience qu'il vit. De l'avis de Moustakas, cette expérience peut être à la fois troublante et effroyable en même temps qu'elle peut être source créative.
- 3) Une conscience grandissante se développe chez le chercheur à travers une ouverture à la vie et aux expériences vécues en lien avec la problématique, à travers l'observation, l'écoute et la sensibilité et enfin à travers les conversations, dialogues et discussions.
- L'immersion dans les régions les plus profondes de l'expérience entraîne l'envahissement de la conscience du chercheur.
- 5) Une compréhension intuitive des caractéristiques de l'expérience, des thèmes récurrents et des différentes associations entre eux mène à l'émergence d'une vision et d'une conscience de plus en plus nuancées.
- 6) Une compréhension plus approfondie et plus intégrée se développe chez le chercheur grâce la confrontation de son expérience à celle d'autres personnes.
- 7) La production d'un texte présente les découvertes, la compréhension intégrée ainsi que la réflexion critique du chercheur à propos de son expérience.

En 1978, Craig fait à son tour l'analyse de la démarche de recherche qu'il a observée pour élaborer sa thèse doctorale et propose un modèle en quatre grandes étapes. Il prend par la suite conscience que ces quatre étapes synthétisent les sept étapes

² Reprenant son explication de l'approche heuristique, Moustakas en 1990 a condensé les 7 étapes décrites initialement en 1968 en 6 étapes (se référer au tableau 2.2).

explicitées par Moustakas (1968). Voici comment Craig (1978) délimite chacune des quatre étapes qui ponctuent sa démarche méthodologique.

- 1) La question : le chercheur prend conscience d'une question ou d'un problème qui l'interpelle personnellement et qui l'habite sans relâche.
- L'exploration : le chercheur explore la question à travers l'immersion dans l'expérience du phénomène qu'il cherche à comprendre.
- 3) La compréhension : le chercheur clarifie, intègre et conceptualise ses découvertes.
- 4) La communication : le chercheur articule ses découvertes afin de pouvoir les communiquer aux autres.

Explorant les correspondances entre son modèle et celui de Moustakas (1968), Craig (1978) observe que les étapes deux, trois et quatre de Moustakas traitent essentiellement de l'exploration, alors que les étapes cinq et six de son prédécesseur contribuent à la compréhension de l'expérience investiguée par la recherche. Craig conclut que cette correspondance entre la démarche de Moustakas et la sienne témoigne de la flexibilité du modèle heuristique. Le tableau 2.2 proposé par St-Denis (2008) présente la correspondance entre les étapes d'une méthodologie heuristique selon Moustakas (1968), selon Craig (1978) et selon Moustakas (1990).

Correspondance entre les étapes d'une méthodologie selon Moustakas (1968), celles d'une méthodologie selon Craig (1978) et celles d'une méthodologie selon Moustakas (1990) Moustakas (1968) Craig (1978) Moustakas (1990) 1) une situation difficile qui génère une question L'engagement La question ou pose un problème; initial 2) une introspection solitaire qui provoque l'émergence d'une compréhension du sens de la solitude. Cette expérience peut être à la fois troublante et effroyable en même temps qu'elle peut être source de créativité; 3) une conscience grandissante à travers une L'immersion ouverture à la vie et aux expériences L'exploration solitaires, à travers l'observation, l'écoute et Lincubation la sensibilité et enfin à travers les conversations, dialogues et discussions; 4) l'immersion dans les régions les plus profondes de la solitude au point d'en faire l'essence de mon être, le centre de mon univers; 5) une compréhension intuitive des "patterns " de la solitude, de ses aspects reliés entre eux et leurs différentes associations menant à l'émergence d'une vision et d'une conscience L'illumination intégrées; compréhension L'explication 6) une meilleure clarification, description et épuration grâce à des travaux sur des existences et expériences caractérisées par la solitude et des publications sur le sujet, et 7) la production d'un texte dans lequel sont projetées et expérimentées les différentes La synthèse la formes, qualités et aspects de la solitude, créative communication texte dans lequel on parle aussi bien du potentiel créateur de la solitude que de l'angoisse qu'elle génère.

Tableau 2.2 Correspondances entre les étapes d'une méthodologie heuristique selon Moustakas (1968), selon Craig (1978) et selon Moustakas (1990) (St-Denis, 2008, p. 22)

Je me suis ralliée au modèle en quatre étapes proposé par Craig (1978) parce qu'il synthétisait bien la démarche que j'anticipais pour ma propre recherche. Le modèle de Craig m'a également interpelée en raison de sa simplicité. Le découpage de la démarche de recherche en quatre étapes permet de saisir plus facilement le va-et-vient du chercheur d'une étape à l'autre, selon sa propre expérience.

La première étape est celle où la question émerge et s'impose peu à peu. La problématique de la présente recherche m'habite depuis déjà longtemps, l'expérience de l'apprentissage de la calligraphie japonaise ayant rapidement fait naître chez-moi un intérêt profond et un questionnement incessant. Mes interrogations quant au sens que prend la pratique dans la vie du praticien ont envahi ma conscience. Ne trouvant pas de réponse auprès de mon sensei³, j'ai décidé d'entreprendre une recherche exploratoire, une réflexion qui pourrait me permettre de mieux comprendre mon expérience de la pratique. La question prenant peu à peu forme, elle s'est précisée durant la préparation de l'examen de projet et s'est affinée au fil de la recherche pour prendre sa forme définitive.

La deuxième étape, celle de l'exploration correspond à l'immersion du chercheur au cœur de l'expérience. Ayant déjà une pratique soutenue de la calligraphie, l'immersion dans l'expérience s'est intensifiée au cours d'un séjour de plusieurs mois au Japon⁴. Cette exploration de la pratique a fourni une foule de données; ces données proviennent principalement de mon journal de pratique tenu au Québec et au Japon. D'autres données originent de mon récit de vie et finalement, un autre ensemble de données ont été colligées suite à une série d'entrevues avec d'autres praticiens de calligraphie japonaise. Bien que l'objectif de la recherche soit de mieux comprendre

³ Selon la tradition, on ne discute pas de la pratique, on la vit. Ainsi, le *sensei* ne répond que très rarement aux questions de l'apprenti.

⁴ Il est question de ce séjour à la section 2.3.1 du présent chapitre.

ma propre expérience de la pratique, j'ai voulu savoir comment d'autres praticiens parlaient de leur expérience. Craig (1978) souligne à cet effet que l'étape d'exploration mène le chercheur à être réceptif à tout ce qui touche le problème qui l'intéresse et qui peut lui permettre de faire un pas en avant.

La troisième étape est celle qui porte essentiellement sur la compréhension de l'expérience. L'analyse thématique des données ainsi que l'analyse en mode écriture, m'ont permis d'effectuer des allers retours entre l'expérience et la compréhension de l'expérience. J'ai ainsi pu identifier une série de thèmes centraux qui m'ont permis d'élaborer une compréhension globale de mon expérience de la pratique.

La dernière étape du processus, la communication, correspond à l'écriture et à la présentation de la thèse. Dans le cadre de ma démarche doctorale, j'ai également tenu une exposition présentant une sélection de mes œuvres calligraphiques, des copies d'exercices calligraphiques ainsi que de courts textes⁵; j'ai voulu en quelque sorte que la pratique s'incarne, qu'elle soit visible à travers les traces qu'elle laisse. La communication vise également à initier des échanges avec d'autres praticiens du monde des arts.

Les étapes évoluent au fil du processus de recherche; elles ne sont pas séparées et mutuellement exclusives, mais bien en interrelation continue l'une avec l'autre. Il ne s'agit pas d'un processus linéaire, mais plutôt d'une démarche constituée d'opérations itératives, empreinte d'un mouvement ondulatoire fait d'allers retours entre les différentes séquences de recherche. Craig (1978) a proposé un schéma révélateur du processus de recherche heuristique, schéma présenté à la figure 2.1.

Pour plus de détails à propos de l'exposition doctorale, voir la section 4.3, du chapitre IV portant sur ma pratique calligraphique.

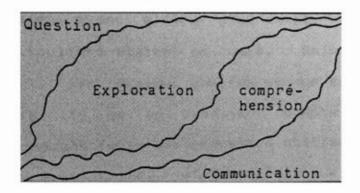


Figure 2.1 Séquences du processus de recherche selon Craig (1978/1988, p. 27)

Jusqu'à la fin de ma démarche de recherche, j'ai continué d'explorer, de me questionner, d'être curieuse à propos de la pratique, découvrant sans cesse de nouvelles couches de compréhension, ce qui me porte à croire qu'on ne peut vraisemblablement parler d'une fin à ce processus, on ne peut que parler d'une expérience sans cesse renouvelée.

Une dernière remarque pour préciser que bien que mon objet de recherche porte sur la pratique d'un art traditionnel japonais et qu'une part de mon immersion dans l'expérience se soit déroulée en terrain japonais, la perspective ethnographique ne fait pas partie de mon questionnement de recherche. Je ne cherche pas à comparer les différents terrains (Québec et Japon), ni à faire de liens entre les deux cultures. Ma démarche demeure essentiellement heuristique.

La prochaine section présente en détail les différents modes de collecte de données : la tenue d'un journal de pratique, l'élaboration du récit de vie ainsi que la conduite d'une série d'entrevues.

2.3 La collecte de données

Différentes données de type ethnographique ont été recueillies afin de décrire l'expérience de la pratique telle que vécue. Je parle de données ethnographiques parce qu'il s'agit de données empiriques issues d'une présence sur le terrain, en l'occurrence le terrain de ma propre pratique calligraphique (Fortin, 2006). Trois sources de données ont permis d'effectuer la collecte de données. Les deux premières sources, le journal de pratique et le récit de vie, sont de l'ordre du narratif. L'écriture permet de décrire, d'articuler et de comprendre l'expérience. Le journal de pratique relate l'expérience du quotidien alors que le récit de vie relate et organise l'expérience dans le temps au cœur de l'histoire de la personne (Richardson, 1990). La troisième source de données est l'entrevue qui a permis l'accès à l'expérience d'autres praticiens de calligraphie. Je présente ces outils méthodologiques dans les sections qui suivent.

2.3.1 Le journal de pratique

La tenue d'un journal de pratique permet à la personne qui l'écrit, de consigner des notes et des réflexions sur son vécu. Le journal est un outil d'exploration et de recherche pour celui qui veut comprendre sa pratique, la réfléchir, la comprendre (Hess, 2010; Paré, 1984). Selon Baribeau (2005), « le journal de bord est constitué de traces écrites, laissées par un chercheur, dont le contenu concerne la narration d'évènements contextualisés. » (p. 100) Dans le cadre de la présente recherche, la tenue du journal avait pour objectif de décrire mon expérience de la pratique mais aussi d'y noter mes pensées, mes réflexions.

La tenue de mon journal de pratique s'est poursuivie sur une période d'environ trois ans, débutant vers la fin 2009 et se terminant à l'automne 2012. Elle a permis de consigner près de 400 pages manuscrites de données portant sur mon expérience de la pratique de la calligraphie japonaise, tant en terrain québécois que japonais, données

descriptives (ce que je fais et comment), somatiques (ce que je ressens physiquement et émotivement), méthodologiques et théoriques (les idées et réflexions qui émergent de la pratique en lien avec la question de recherche)⁶.

Bien que la question de recherche « quel sens prend la pratique de la calligraphie japonaise dans ma vie? » ait inspiré l'écriture du journal, il est intéressant de noter que différents contextes ont marqué mon expérience au fil de ces trois années. Les sections suivantes présentent ce que je conçois comme les trois temps de mon journal de pratique : le temps de ma pratique au quotidien, le temps de mon stage au Japon et le temps de la tenue de l'exposition doctorale.

Ma pratique au quotidien

Ma pratique au quotidien constitue le terrain principal sur lequel se base l'écriture du journal de pratique. La pratique continue et régulière de la calligraphie est un terrain fertile où puiser une foule de données permettant de la décrire et d'en explorer les différentes facettes. J'ai ainsi fait la description d'une session de calligraphie⁷; j'ai également pris soin de noter mes réactions, impressions, réflexions suite à différentes sessions de calligraphie. J'ai écrit aussi souvent que possible ayant toujours un carnet de note avec moi lors de mes déplacements. Aussitôt qu'une idée ou qu'une réflexion jaillissait en moi suite à une session de calligraphie ou lors de mes lectures par exemple, que ce soit dans le transport en commun, au bistro de quartier ou lors d'une pause au travail, je la notais tentant de remettre sans cesse la question de recherche à l'épreuve. Mon journal de pratique n'était jamais loin de moi même à l'heure du coucher, ressentant parfois l'urgence d'y noter une réflexion juste avant que le sommeil me gagne. Toutes ces données recueillies jour après jour, au fil de la pratique ont permis l'accès à l'expérience telle que vécue au quotidien.

⁶ L'Appendice A présente un extrait du journal de pratique.

⁷ Voir section 4.2.1 du chapitre IV.

Mon stage au Japon

Dans le cadre de ma recherche, il m'est apparu important de faire un séjour au Japon, afin de m'immerger dans la culture traditionnelle japonaise tout en poursuivant ma pratique. Ce séjour en solitaire m'a permis de me consacrer complètement à ma pratique, de poursuivre ma formation, d'échanger avec des maîtres calligraphes ainsi que des moines zen, tout en ayant accès aux expositions de calligraphie qui sont nombreuses durant la période de l'année que j'ai choisie pour mon stage. Ainsi, en janvier 2011, je me suis rendue au Japon, plus précisément à Kyōto pour effectuer un stage d'immersion dans la pratique calligraphique. Ce stage qui devait au départ s'échelonner sur plus de six mois a été d'une durée de trois mois, principalement à cause d'un tsunami, terrible tragédie qui a frappé le peuple japonais cette année là. Cet évènement a inquiété ma famille et mes amis ce qui a finalement motivé mon retour hâtif en avril.

Mon stage a été préparé pendant plus d'un an afin d'organiser mon séjour et d'identifier toutes les ressources qui me permettraient de profiter de cette expérience de façon maximale. Trouver un sensei qui accepte d'enseigner à un étranger de passage n'est pas chose facile. Le monde de la calligraphie japonaise est un monde plutôt hermétique, difficilement accessible, dans lequel tout est basé sur les contacts mais encore plus sur un système hiérarchique assez rigide dans lequel la moindre demande entraîne une série de réactions en chaîne. Même Okata sensei, mon professeur de Montréal avec qui j'étudiais à l'époque depuis plus de dix ans a eu du mal à obtenir de la part de l'école de Tōkyō, le nom d'un sensei qui accepterait de m'enseigner à Kyōto.

Finalement, ce n'est qu'arrivée à Kyōto que j'ai réussi à trouver un sensei, même deux. Grâce aux contacts de Kuiseko sensei⁸, j'ai pu étudier avec Wang, Shih Ming. Wang sensei, d'origine chinoise, m'a été présenté par Kuiseko sensei qui tenait à ce que j'étudie avec un maître chinois et que je sois ainsi initiée aux origines de la calligraphie pour approfondir l'étude des érudits chinois⁹. Wang sensei a accepté de m'enseigner sans hésitation, impressionné par la réputation de Kuiseko sensei. Wang sensei parle l'anglais, ce qui a facilité la communication. J'ai suivi une série de cours privés individuels, soit une vingtaine de séances qui totalisent environ 80 heures de cours.

Par la suite, j'ai été contactée par Iwashita sensei, professeure affiliée à l'école de Tōkyō, qui avait reçu via l'école, la demande faite par Okata sensei ainsi que mes coordonnées à Kyōto. Elle m'a acceptée puisque j'étais membre de l'école de Tōkyō. C'est donc avec surprise que j'ai reçu son appel à mon hôtel et que finalement, en plus de soutenir une pratique intensive de calligraphie sous les enseignements de Wang sensei, j'ai pu poursuivre les études déjà entreprises en 1999 à l'école de Tōkyō sous la supervision d'Okata sensei. J'ai ainsi suivi une trentaine d'heures de cours avec Iwashita sensei. Iwashita sensei ne parle que le japonais mais nous avons réussi à communiquer grâce aux connaissances rudimentaires que j'ai du japonais et à celles qu'une étudiante japonaise participant aux cours de calligraphie avait de l'anglais. De plus, le fait que l'apprentissage de la calligraphie soit principalement basé sur l'observation et l'imitation facilite jusqu'à un certain point le processus

Kuiseko, Ryokushū ainsi que son mari Kuiseko, Hakuju, sont des maîtres calligraphes de grande réputation; ils résident à Kyōto. Je les ai rencontrés en 2000, alors qu'ils étaient juges invités dans le cadre de Japanese calligraphy competition of America à Los Angeles, exposition à laquelle je prenais part. Nous nous sommes revus à plusieurs reprises lors de mes différents séjours au Japon. Il importe de noter que lorsque je fais référence à Kuiseko sensei, il est question de Kuiseko, Ryokushū.

⁹ Les origines de la calligraphie japonaise sont chinoises. Se référer à la section 3.1 du chapitre III.

d'enseignement qui n'est pas exclusivement basé sur la parole. Je me suis jointe aux étudiants du groupe du lundi, groupe composé d'une vingtaine d'étudiants de tous les âges¹⁰. L'enseignement du *sensei* était individualisé, s'adaptant au niveau de chacun des étudiants.

Par ailleurs, dans le cadre d'une entente avec l'International Research Institute for Zen buddhism (IRIZ) de l'Université Hanazono¹¹ à Kyōto, j'ai obtenu une bourse à la mobilité de l'UQAM. L'objectif de ce stage a été de m'immerger dans la pratique en terrain japonais, de poursuivre la tenue de mon journal dans ce contexte particulier tout en ayant la possibilité d'échanger avec certains membres du centre de recherche de l'université. J'avais également accès à la documentation de l'institution.

Au cours de mon séjour, j'ai pu visiter des expositions de calligraphies, guidée par celle que je considère comme étant ma marraine spirituelle, Kuiseko sensei, et discuter avec elle à propos de la pratique. Elle m'a également suggéré de passer beaucoup de temps dans les temples et leurs jardins afin de m'imprégner de la culture traditionnelle et de la spiritualité qui habite ces lieux. Kuiseko sensei m'a soutenue tout au long de mon séjour.

La tenue de mon exposition

Dans le cadre de ma recherche, j'ai décidé de tenir une exposition présentant une sélection de mes œuvres calligraphiques¹². Il m'est apparu important que la pratique

¹⁰ Le groupe était composé d'une dizaine d'enfants de 6 à 12 ans, d'environ quatre adolescentes et de cinq femmes de plus de 50 ans, chacun des étudiants arrivant et quittant le cours à son rythme; en tant qu'étudiante invitée, j'assistais à la totalité du cours qui débutait dès 16 heures pour se terminer vers 19 heures trente.

¹¹ L'Université Hanazono est une institution privée affiliée à la secte bouddhiste Rinzaï

Dans le cas d'une thèse de type « recherche » menée dans le cadre du doctorat en études et pratique des arts, 75 %, au minimum, de l'évaluation doit porter sur la recherche et 25 % au maximum, sur la diffusion. C'est l'option que j'ai privilégiée.

s'incarne, de « faire voir » en quelque sorte les traces qu'elle laisse à travers les œuvres. En plus des œuvres calligraphiques, j'ai présenté des copies 13 d'exercices produits lors de diverses sessions de calligraphie, copies accompagnées d'extraits de CLIPS 14 issus de l'analyse en mode écriture des données de mon journal et illustrant le sens que prend mon expérience de la pratique de la calligraphie. Cette exposition, intitulée « *Une pratique de calligraphie japonaise, un espace de vie* » s'est tenue à Montréal du 9 au 18 mars 2012 à l'Espace 64. Un évènement spécial a été organisé le 10 mars 2012 lors duquel j'ai présenté une conférence sur ma recherche, conférence précédée d'une démonstration de calligraphie japonaise 15.

La tenue de cette exposition a alimenté l'écriture du journal de pratique. Elle a suscité une importante réflexion sur la place que prennent les œuvres au sein de ma pratique et m'a permis de porter un regard nouveau sur le sujet.

2.3.2 Le récit de vie

Mon récit de vie¹⁶ représente une autre source de données. Ce récit a été produit grâce à un exercice de remémorisation. J'ai utilisé la technique des pierres de gué, technique proposée par Progoff (1975) dans le cadre de sa méthode du journal intensif. Il s'agit de faire de façon spontanée, une liste d'évènements importants ayant marqué notre vie. La liste des pierres de gué permet d'avoir une perspective globale sur le parcours de notre vie et de saisir le mouvement qui s'en dégage. Ce récit m'a

¹³ Il s'agit de calligraphies produites lors de session de calligraphie alors que l'on reproduit les œuvres des grands maîtres ou que l'on s'exerce à exécuter certains traits.

¹⁴ Les CLIPS sont de courts textes qui ont été produits dans le cadre de l'analyse en mode écriture du journal de pratique (voir section 2.4.2). Ils représentent une forme de condensation des données.

¹⁵ Voir la section 4.3 du chapitre IV qui traite de l'exposition doctorale.

¹⁶ L'Appendice B présente un extrait du récit de vie.

permis de contextualiser ma pratique et d'approfondir, de nuancer ma compréhension de l'expérience. Il permet également de mieux comprendre le déploiement du sens qu'a pris la pratique de la calligraphie japonaise dans ma vie au fil du temps (Richardson, 1990).

2.3.3 Les entrevues

La tenue d'entrevues menées auprès de trois praticiens de calligraphie au Québec a permis d'approfondir et de nuancer ma propre réflexion. J'ai senti le besoin d'entendre d'autres praticiens parler de leur expérience et d'explorer le sens que prend la pratique calligraphique pour eux. J'avais besoin de confronter ma compréhension de l'expérience avec celle d'autres praticiens. L'entrevue est un outil précieux qui permet d'avoir accès à l'expérience de l'autre ainsi qu'à une série de données portant sur l'expérience à laquelle s'intéresse le chercheur (Fetterman, 1989; Spradley, 1979). Source importante de données, les entrevues permettent de découvrir ce qui caractérise l'expérience de l'autre, mais surtout d'y confronter ma propre expérience, le but étant de nuancer mon propos.

Trois praticiens de calligraphie japonaise ont été rencontrés, praticiens de haut niveau ayant cumulé au moins trois ans de pratique sous les enseignements d'Okata sensei. L'enseignement de la calligraphie japonaise étant très limité à Montréal, j'ai tenu à recruter des étudiants de l'école d'Okata sensei, professeure et calligraphe de grande réputation. Tous trois exposent annuellement au Musée Métropolitain de Tōkyō, dans le cadre d'une compétition tenue par l'Association internationale de calligraphie japonaise. Ce sont tous des praticiens d'expérience qui ont une pratique sérieuse et soutenue. Le nombre de trois praticiens à interviewer s'est imposé de lui-même compte tenu de ces critères. Ce nombre de participants peut sembler limité, mais il m'est apparu suffisant puisque l'objectif de ces rencontres était de me permettre de confronter mon expérience à l'expérience de l'autre et non pas de produire un savoir

approfondi à propos des praticiens de calligraphie japonaise. Chaque participant a été rencontré lors de deux entrevues d'une durée d'environ 60 minutes chacune. La deuxième entrevue avait comme objectif de compléter et d'approfondir l'information déjà recueillie, mais aussi de corroborer la compréhension que j'avais dégagée de l'analyse des données suite à la première entrevue. Afin qu'ils puissent se préparer à cette deuxième entrevue, les participants avaient préalablement reçu la transcription de la première entrevue. En fin d'entrevue, je leur ai exposé la compréhension que j'avais élaborée à ce jour de ma propre expérience de la pratique, les invitant à y réagir.

J'ai moi-même mené les entrevues qui ont fait l'objet d'enregistrements audio et par la suite d'une transcription écrite faite par une assistante, ceci en tout respect des règles de confidentialité. Les entrevues sont de type informel (Fetterman, 1989), ce qui a favorisé l'accès à l'expérience de la personne, à ses valeurs, ses perceptions et ses réflexions à propos de sa pratique de la calligraphie japonaise. La souplesse de l'entrevue informelle permet d'introduire les questions clés au fil de la conversation tout en suivant le rythme de la personne rencontrée. Certaines questions de type grand-tour et mini-tour (Spradley, 1979) ont permis de découvrir l'ensemble de la pratique de la personne aussi bien que certains aspects plus pointus. Mon expérience en tant que psychologue m'a permis de conduire ce type d'entrevue en étant attentive et sensible au climat de la rencontre, au ton de la conversation et aux indices nonverbaux. Un guide d'entrevue (voir Appendice C) a été développé dont les questions portent essentiellement sur l'expérience de la pratique de la calligraphie japonaise ainsi que sur le sens qu'elle prend dans la vie du praticien. Des données d'ordre plus général (données sociologiques, contexte de vie et de pratique, etc.) ont également été colligées. Un deuxième guide d'entrevue (voir Appendice D) a été élaboré pour chacun des participants suite à l'analyse des données recueillies lors de la première entrevue afin de clarifier certaines informations et de compléter la collecte de données. Bien que ces guides servaient de point de repère pour assurer une cueillette

de données la plus complète possible, ils ont été utilisés avec souplesse, en synergie avec la dynamique de l'entrevue.

Les trois praticiens qui ont participé à la recherche sont Alice, Béatrice et Charles 17. Je les connaissais déjà en tant qu'étudiants d'Okata sensei, les ayant rencontrés à quelques reprises lors d'évènements spéciaux. J'ai tout d'abord obtenu l'accord d'Okata sensei avant de communiquer par téléphone avec les personnes choisies pour leur expliquer la teneur du projet et de leur participation. Tous trois ont accepté avec enthousiasme, saisissant l'occasion de réfléchir à propos de leur pratique. Selon leur choix, Alice et Béatrice ont été rencontrées chez-elle. Charles pour sa part a préféré que l'on se rencontre dans des lieux publics; la première rencontre s'est tenue dans un café alors que la rencontre subséquente s'est tenue en pleine nature, dans un parc. Dans les deux cas, les conditions étaient calmes et propices aux échanges. Je les présente brièvement ici en spécifiant que leurs propos, en lien avec ma propre expérience de la pratique de la calligraphie, seront rapportés dans le chapitre des résultats 18.

Alice a été rencontrée le 23 décembre 2010 et le 3 mai 2012. Elle a un intérêt particulier pour la calligraphie des moines zen. Cet intérêt témoigne d'une démarche spirituelle qu'elle poursuit également en ayant une pratique soutenue de méditation zen depuis plusieurs années. Alice se décrit comme étant introvertie. Béatrice a été rencontrée le 23 mai ainsi que le 22 août 2012. Elle a un intérêt particulier pour la calligraphie hiragana¹⁹ et la poésie lyrique. Elle pratique également la méditation. Béatrice se décrit comme étant introvertie. Charles a été rencontré le 9 juin et le 1^{er}

¹⁷ Afin de préserver l'anonymat et la confidentialité, il s'agit ici de noms fictifs.

¹⁸ L'Appendice E présente des extraits d'entrevues.

¹⁹ Calligraphie en *kana*, aussi appelée « écriture de femme », utilisée pour transcrire les récits romanesques ainsi que la poésie (Boudonnat et Kushizaki, 2002), dont l'âge d'or remonte à la période Heian (794-1185) (Addiss, 2006).

septembre 2012. Il a un intérêt particulier pour la calligraphie des moines zen ainsi que pour la thématique des arts martiaux. Il pratique les arts martiaux depuis plusieurs années et pratique également la méditation. Charles se décrit comme étant plutôt introverti mais après une certaine hésitation, précise qu'il n'est pas replié sur lui-même; préfère se décrire comme étant plutôt de nature solitaire.

J'ai également rencontré des maîtres de calligraphie lors de mon séjour au Japon. Ces rencontres ont permis de nourrir et d'étoffer ma réflexion. Mais elles ne font pas partie à proprement parler de la section entrevues puisque mon objectif premier lors des entrevues était d'avoir accès à l'expérience d'autres praticiens en apprentissage. Les notes relatives aux rencontres avec les maîtres ont plutôt été consignées dans mon journal de pratique.

L'éthique de recherche a été respectée; un certificat d'éthique a été obtenu (voir Appendice F). Préalablement aux entrevues, les participants ont été informés des objectifs de la recherche, des méthodes, procédures et autres informations générales. L'anonymat a été préservé ainsi que la confidentialité. Les participants ont signé un formulaire de consentement (voir Appendice F) permettant l'utilisation des données dans le cadre de la recherche. Les informations à propos de la diffusion de la recherche et l'archivage des formulaires de consentement y sont précisées.

La section qui suit expose les procédures de traitement des données utilisées dans le cadre de la présente recherche : l'analyse thématique ainsi que l'analyse en mode écriture.

2.4 Le traitement des données

L'analyse qualitative des données recueillies dans le cadre de la présente recherche s'est effectuée à l'aide de deux méthodes, en l'occurrence l'analyse thématique et l'analyse en mode écriture. Comme le précise Paillé (1996), les méthodes qualitatives visent des objectifs de «compréhension discursive». L'analyse qualitative est une démarche discursive et signifiante de reformulation, d'explicitation ou de théorisation d'une expérience. Selon la logique de la présente recherche, la compréhension et la construction de sens sont au centre de la démarche d'analyse. Les résultats ne visent pas une proportion ou une quantité mais plutôt une qualité, une dimension, une conceptualisation de l'objet de recherche. Dans les sections qui suivent, j'expliciterai les deux méthodes utilisées qui sont l'analyse thématique et l'analyse en mode écriture.

2.4.1 L'analyse thématique pour le journal de pratique, le récit de vie et les entrevues

Faisant partie du champ de l'analyse qualitative, l'analyse thématique vise à repérer les thèmes contenus dans les données et à en faire la synthèse (Paillé, 1996). Ce faisant, le chercheur tente d'identifier ce qu'il y a de fondamental dans les propos livrés à travers les données. Le chercheur va ainsi procéder à plusieurs lectures du corpus et mener un travail systématique de synthèse des propos, faisant appel à des dénominations que l'on nomme « thèmes » (Paillé et Mucchielli, 2012).

L'analyse thématique du corpus m'a permis d'identifier ce qui caractérise mon expérience et d'élaborer une compréhension du sens que prend l'expérience de la pratique de la calligraphie japonaise dans ma vie.

Les deux grandes opérations de l'analyse thématique sont la thématisation, opération qui permet de dégager les thèmes contenus dans le corpus ainsi que l'examen discursif des thèmes qui consiste à interpréter les résultats. Je m'attarderai tout d'abord à l'opération de thématisation. Nous reviendrons à l'examen discursif à la fin de la présente section.

L'opération de thématisation consiste à procéder au repérage des thèmes, à leur regroupement en catégories et finalement, à la construction de l'arbre thématique d'où émerge un ensemble organisé de thèmes. Mais avant même de débuter le travail de thématisation, trois éléments sont à considérer au niveau de la méthode de travail: la nature du support, le mode d'inscription des thèmes et le type de démarche de thématisation.

J'ai privilégié le support-papier plutôt que l'utilisation d'un logiciel. Plus traditionnel, le support-papier préserve le contact physique avec le corpus; il est flexible et ne requiert aucun apprentissage. De plus, j'ai apprécié le plaisir de manipuler mon journal pour en faire l'analyse, expérience physique qui me remettait en contact avec l'expérience y étant relatée.

Le mode d'inscription que j'ai privilégié est celui de l'inscription en marge qui m'a semblé simple, direct et agréable. Pour le journal, j'avais prévu à l'avance écrire sur la page droite du cahier, me laissant ainsi la page gauche pour y inscrire les thèmes et subséquemment, les regroupements et catégories. Le récit de vie a été annoté en marge du texte transcrit à l'ordinateur et imprimé. Quant aux entrevues, j'ai annoté en marge le texte imprimé des transcriptions. Ainsi, au fil des relectures du corpus, j'ai pu tout naturellement écrire spontanément mon analyse des unités de signification.

Le dernier élément à considérer au niveau de la méthode de travail est celui du type de démarche de thématisation. J'ai opté pour la thématisation continue plutôt que séquentielle. L'analyse thématique séquentielle procède d'une logique hypothético-déductive; elle consiste à faire l'analyse thématique d'un échantillon du corpus et d'appliquer la liste de thèmes identifiés à l'ensemble du corpus. J'ai pour ma part privilégié la thématisation continue, démarche ininterrompue d'attribution de thèmes et, simultanément, de construction de l'arbre thématique. Plus flexible, cette façon de faire m'a permis d'identifier les thèmes au fil de l'expérience, de raffiner l'analyse et

de construire progressivement la compréhension de mon expérience (Paillé et Mucchielli, 2012).

Je tiens à préciser que j'ai débuté l'analyse thématique de mon corpus en cours d'expérimentation. J'ai procédé à l'analyse thématique de mon journal dès mon retour du Japon; l'analyse thématique de mon journal a donc porté sur les données qui y ont été recueillies de 2009 au printemps 2011. L'analyse des entrevues s'est effectuée dans les jours suivant leur réalisation, dès que la transcription m'était disponible. Quant au récit de vie, il a aussi été analysé dès mon retour du Japon. Cette démarche d'analyse en cours d'expérimentation m'a permis d'affiner la collecte de données grâce aux allers retours constants entre expérimentation et compréhension, toujours guidée par ma question de recherche.

Les choix techniques ayant été faits, l'analyse thématique peut s'amorcer. Cette méthode comporte trois étapes: 1) la thématisation; 2) la catégorisation; 3) l'élaboration de l'arbre thématique (Paillé, 1996).

La thématisation consiste à attribuer un thème au texte consigné et découpé en courts extraits. Plusieurs éléments influencent cette thématisation dont le cadre de recherche et la posture du chercheur. La problématique, la question de recherche, l'objet d'étude, la collecte de données, tous ces éléments constituent la toile de fond de l'analyse. Quant à la posture du chercheur, il semble indéniable qu'elle oriente la sélection des données pertinentes ainsi que la thématisation, tout comme le fait également sa sensibilité théorique et expérientielle (Paillé et Mucchielli, 2012).

Dans le cas de la présente recherche, j'ai procédé à la collecte de données ainsi qu'à l'analyse. Dans le cadre d'une démarche heuristique, étant à la fois chercheur et sujet de la recherche, j'ai sans aucun doute posé un regard subjectif sur ma propre expérience. À mon avis, cela contribue à mettre en lumière une expérience de la

pratique de la calligraphie, la mienne, une expérience personnelle présentant une des facettes de l'expérience humaine au cœur de laquelle peuvent possiblement se reconnaître d'autres praticiens calligraphes.

La catégorisation est un exercice qui consiste à regrouper les thèmes en catégories. Une fois dégagés, il est possible de constater que les thèmes se répètent, se recoupent, s'apparentent. Il est alors possible de les regrouper sous de plus larges dénominations que l'on nomme catégories.

Finalement, l'élaboration de l'arbre thématique représente une synthèse des thèmes et catégories émergeant de l'analyse. Se limiter à l'énumération d'une série de thèmes serait peu éloquent. Cette organisation des thèmes permet de poser un portrait global, de développer une perspective synthétique et de dégager sous une forme schématisée l'essentiel du propos abordé à l'intérieur du corpus.

Je tiens à préciser que le journal de pratique représente l'élément central du corpus dans le cadre de ma démarche heuristique. Le récit de vie a essentiellement permis de recadrer mon expérience et de mieux comprendre l'intériorité qui m'habite, ce qui explique que l'on en retrouve peu d'extraits au chapitre des résultats. En ce qui concerne les entrevues, elles m'ont permis de comparer l'expérience d'autres praticiens à la mienne, ce qui a contribué à en développer une compréhension plus fine et plus nuancée.

Pour conclure la présente section, je dirai quelques mots à propos de la deuxième grande opération de l'analyse thématique qui consiste en l'examen discursif des thèmes. Il s'agit d'aller au-delà d'un simple portrait thématique pour élaborer une compréhension intégrée du corpus, ce dont il sera question au chapitre de la discussion. Il y a alors passage d'une logique thématique à une logique interprétative, cherchant à « faire parler » le corpus. Les résultats sont alors examinés, interrogés,

confrontés les uns avec les autres et mis en lien avec les référents théoriques (Paillé et Mucchielli, 2012).

2.4.2 L'analyse en mode écriture pour le journal de pratique

Dans le cadre de ma recherche, j'ai fait appel à l'analyse en mode écriture (Paillé et Mucchielli, 2012) comme méthode complémentaire au niveau de l'analyse de mon journal de pratique, qui constitue l'élément central de mes données. En mode écriture, « l'analyste va s'engager dans un travail délibéré d'écriture et de réécriture, sans autre moyen technique, qui va tenir lieu de reformulation, d'explicitation, d'interprétation ou de théorisation du matériau à l'étude. » (Paillé et Mucchielli, 2012, p. 183-184). Il s'agit tout d'abord de s'approprier le matériau grâce à de multiples relectures qui permettent de poser une série de constats et de faire émerger un horizon de compréhension. Par la suite, les données les plus significatives sont retenues et font l'objet d'écriture exploratoire maintes fois reprise. Ce processus permet le passage graduel d'une phase descriptive à une phase plus analytique laissant émerger une compréhension de l'objet de la recherche.

Après m'être livrée à une analyse thématique de l'ensemble des données, j'ai poursuivi l'écriture de mon journal, écriture qui est devenue progressivement analyse en mode écriture. Cette écriture s'est accompagnée de multiples réécritures du journal, ce qui a contribué à la création de CLIPS²⁰, de courts textes qui condensent en quelque sorte le contenu du journal. Ces CLIPS ont tous été écrits à Montréal, suite à mon retour du Japon; les derniers CLIPS ont été écrits suite à la tenue de mon exposition. J'ai poursuivi l'écriture de mon journal jusqu'après avoir tenu mon exposition en mars 2012, cette écriture devenant de plus en plus analytique ce qui explique que les CLIPS sont en fait très proches des données brutes.

²⁰ L'Appendice G présente la version intégrale d'un CLIP.

Suite à de multiples relectures du journal et à une première analyse thématique, j'ai senti le besoin impératif d'écrire, de réécrire, pour arriver à déposer l'essence de mon vécu. Étape non planifiée, elle s'est imposée d'elle-même dans le cadre de mon cheminement heuristique. Cette réécriture a également permis de fermer la boucle de mon expérience encore très volatile suite à l'écriture du journal. Comme si l'expérience, trop dense, avait besoin de se déposer en fines couches, tel des spires de compréhension.

« C'est en écrivant que plusieurs chercheurs réussissent le mieux à penser, à déployer l'analyse, à mettre à jour les significations et à exposer les liens entre les phénomènes. » (Paillé et Mucchielli, 2012, p. 184) Il s'agit d'une écriture exploratoire, maintes fois reprise, allant en profondeur, allers retours entre l'expérience et la réflexion, circumambulation dans l'espace de l'expérience pour finalement en saisir l'essence. L'écriture du texte est l'expérience par excellence de l'articulation de la pensée, un espace privilégié où peut se déployer la production de sens (Paillé et Mucchielli, 2012).

Les CLIPS correspondent à une réécriture, à une condensation des données traitant d'un thème particulier ou d'une série de thèmes identifiés lors de l'analyse thématique. Ces thèmes pourraient être compris comme étant les constats dont on parle dans l'analyse en mode écriture. Paillé et Mucchielli (2012) expliquent que lorsque la compréhension émerge suite aux relectures répétées du corpus, il s'agit de produire des constats qui seront suivis de notes analytiques et éventuellement, de textes (ici, les CLIPS) servant à décrire, à explorer ou à articuler la compréhension émergeante.

Suite à de multiples relectures des données du journal, j'ai ressenti le besoin de repréciser, de reformuler, d'expliciter ma pensée en reprenant la plume et en réinvestissant les données du journal de manière à traduire plus finement mon

expérience, réécrivant/redécrivant mon expérience. Tel un miroir, le CLIP se superpose presque parfaitement aux thèmes issus de l'analyse des données du journal, ajoutant une fine couche de conscience du phénomène. Par la suite, les CLIPS ont donné lieu à une autre condensation que j'ai appelée « extraits de CLIPS »; ces extraits ont accompagné les calligraphies présentées lors de mon exposition. Dû à la proximité de sens entre les données du journal, les CLIPS et les extraits de CLIPS, j'ai cité exclusivement des extraits de CLIPS afin de ne pas alourdir le texte au niveau de la présentation des résultats. Toutefois, j'ai pris soin de présenter un extrait des données brutes de mon journal sur le thème de l'encorporation ainsi que le CLIP qui s'en est inspiré et l'extrait de CLIP qui a été présenté lors de l'exposition (voir l'Appendice H).

Le processus d'analyse est un processus se déployant en boucle-spirale, à partir du journal de pratique (données brutes), vers les constats (résultats de l'analyse thématique), puis les CLIPS, jusqu'aux extraits de CLIPS (résultats de l'analyse en mode écriture). Il s'agit d'un processus de condensation à travers lequel les données brutes subissent une transformation graduelle jusqu'à devenir résultats de recherche. La figure 2.2 illustre ce processus :

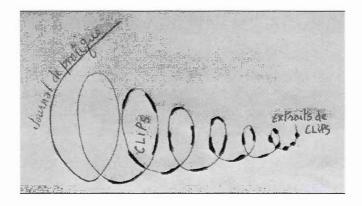


Figure 2.2 Schéma du processus de condensation des données.

Journal de pratique CLIPS Extraits de CLIPS

Les deux prochaines sections traitent respectivement de la crédibilité et de la transférabilité des résultats ainsi que des limites de la recherche.

2.5 Crédibilité et transférabilité des résultats

La crédibilité de ma recherche repose en partie sur la durée de ma recherche. Une présence prolongée du chercheur dans le milieu augmente les possibilités de capter adéquatement les différentes perspectives de son expérience. Dans le cadre de la présente recherche et étant donné sa nature heuristique, cette notion de temps s'applique à la période d'écriture du journal de pratique, le terrain étant ma propre expérience. Cette période d'écriture s'est tenue sur plusieurs années, tant au Québec qu'au Japon, ce qui a permis d'avoir accès à un large éventail de données.

La transférabilité des conclusions d'une recherche postpositiviste est favorisée par une description détaillée de l'expérience étudiée et il revient aux personnes recevant les conclusions de la recherche de déterminer le degré de similarité entre l'expérience décrite et la leur et par conséquent, de juger de l'applicabilité des conclusions.

L'exploration de mon expérience de la pratique de la calligraphie japonaise a permis d'élaborer une compréhension particulière et de développer certaines connaissances dans un domaine encore peu exploré. Bien que ces résultats ne soient pas généralisables puisque qu'obtenus à partir de mon expérience personnelle de la pratique, ils représentent incontestablement une facette de l'expérience humaine. Dépassant la simple description, cette recherche pourra je l'espère, contribuer au champ de réflexion et à la transmission de savoir tant dans le domaine de la pratique de la calligraphie japonaise que dans celui d'autres pratiques artistiques.

2.6 Limites de la recherche

Une des principales difficultés a été celle posée par la langue tant au niveau des écrits que lors de mon séjour au Japon. Les connaissances que j'ai de la langue bien que limitées, m'ont permis essentiellement d'établir un lien psychologique de confiance avec les intervenants au Japon, ce qui n'est tout de même pas à négliger. Par ailleurs, j'ai eu accès à plusieurs personnes ressources sur place qui parlent japonais et anglais. Ces personnes connues lors de voyages précédents sont toutes liées au domaine de la calligraphie ou du bouddhisme zen; elles ont pu m'aider dans mes activités. De plus, le fait que je sois allée au Japon à quatre reprises avant mon séjour de 2011, pour des périodes de cinq semaines à chaque visite, a contribué à faciliter mon adaptation sur place.

L'aspect culturel pose également un défi. Il est certain que je ne peux saisir dans toutes ses nuances l'expérience de la pratique de la calligraphie japonaise; je suis une occidentale habitée par ma propre culture et cela ne changera jamais, même si j'avais voulu qu'il en soit autrement. Là n'est pas mon objectif. L'essence de ma recherche porte sur la perception que j'ai de mon expérience de la pratique et le sens qu'elle prend dans ma vie. Je ne propose pas d'expliquer ce qu'est la pratique de la calligraphie japonaise, mais plutôt d'explorer ma propre expérience de cette pratique et d'en dégager une compréhension ainsi que des pistes de réflexion.

Suite à l'exposé de la méthodologie de recherche, le prochain chapitre présente le cadre conceptuel de l'étude.

CHAPITRE III

CADRE CONCEPTUEL

Le troisième chapitre présente le cadre conceptuel de la recherche. Il importe de souligner que celui-ci a été finalisé une fois que les données eurent été collectées et analysées afin de permettre un regard complémentaire sur l'objet de recherche. À l'origine du projet, mon intérêt était davantage centré sur la pratique de la calligraphie japonaise, en filiation avec la pratique de la calligraphie d'inspiration zen. Mais au fil de la recherche, mon intérêt s'est élargi pour englober l'univers de la pratique de la calligraphie dans le cadre de la tradition chinoise des lettrés.

L'examen des écrits portant sur le sujet s'est amorcé il y a déjà plusieurs années et se poursuit toujours; le questionnement lié à ma pratique de la calligraphie m'habite depuis bien avant le début de ma démarche doctorale. Dans un domaine de recherche aussi spécialisé que celui de la pratique de la calligraphie japonaise vécue comme une pratique spirituelle, les sources d'information sont relativement restreintes. Elles se découvrent au fil des lectures, une lecture menant à une autre, et grâce aux suggestions précieuses de spécialistes du domaine.

La première section du chapitre présente une introduction sommaire à l'univers de la calligraphie japonaise. La section suivante porte sur un concept central de la thèse, soit le concept d'autocultivation et plus particulièrement, sur la pratique des arts comme pratique d'autocultivation. Finalement, la dernière section traite de discours portant sur l'expérience de la pratique calligraphique.

3.1 La calligraphie japonaise

La calligraphie est une forme d'art grandement admirée et respectée en Asie de l'Est et ce, depuis des siècles. Faisant traditionnellement partie des beaux-arts, au même titre que la musique, la poésie et la peinture, la calligraphie y représenterait bien plus qu'une « belle écriture », comme le laisse entendre l'étymologie du mot. Elle révélerait le caractère, la nature profonde de la personne qui l'exécute (Escande, 2001; Omori et Terayama, trad. 1983; Seo et Addiss, 1998; Terayama, trad. 2003; Vandier-Nicolas, 1963). Il s'agit d'un art du mouvement à travers lequel le calligraphe tente de donner vie aux caractères tout en y laissant sa trace.

La calligraphie japonaise est riche d'une longue tradition. En japonais, le mot signifiant calligraphie est $shod\bar{o}$, au sens littéral, la voie $(d\bar{o})$ de l'écriture (sho). Tous les arts traditionnels du Japon, par exemple $chad\bar{o}$, la voie du thé, $kad\bar{o}$, la voie des fleurs (mieux connue en Occident sous le terme d'ikebana) ou $kend\bar{o}$, la voie du sabre, partagent cette approche de la pratique artistique au cœur de laquelle l'activité transcende la fonction utilitaire pour devenir une façon de vivre, une expression de valeurs spirituelles (Carter, 2008; Davey, 2007).

Afin de permettre au lecteur de pénétrer cet univers particulier de la calligraphie japonaise, j'expose dans cette section quelques éléments qui en faciliteront la compréhension. Je présente en premier lieu un bref survol historique des origines de l'écriture japonaise et de son développement. Sont exposées par la suite certaines connaissances de base portant sur la calligraphie est asiatique. Finalement, il sera question du mode d'apprentissage de cet art.

3.1.1 Les origines de l'écriture japonaise

L'écriture japonaise est le fruit d'un long processus d'adaptation de l'écriture chinoise aux particularités de la langue japonaise. Les Japonais sont de grands admirateurs de la civilisation chinoise et l'ont prise comme modèle dans plusieurs domaines jusqu'à emprunter leur écriture bien que sur le plan linguistique, la structure de leurs langues soit totalement différente (Addiss, 1989; Boudonnat et Kushizaki, 2002).

L'origine des caractères chinois, des idéogrammes nommés kanji en japonais, est obscure. Selon la légende, les kanji seraient apparus vers 2700 av. J.C.; ils auraient été créés par un homme mystérieux nommé Cang Jie qui dit-on, aurait été inspiré par les constellations observées dans le ciel ainsi que par les empreintes laissées sur le sol par les oiseaux et les animaux. Dans les faits, les archéologues ont retrouvé des fragments d'os et d'écailles de tortue datant de la dynastie Shang (17e au 11e siècle av. J.C.) sur lesquels sont gravés des dessins rudimentaires. Ces fragments gravés auraient eu une fonction oraculaire. Afin de prédire la qualité des récoltes à venir, les shamans de la Chine ancienne perçaient en plusieurs endroits des os et des écailles de tortue qui étaient par la suite exposés au feu. Les craquelures qui résultaient de cette opération étaient interprétées et par la suite gravées sur l'os ou l'écaille. Ces pictogrammes allaient devenir les prototypes des caractères chinois. Au fil des siècles, l'écriture a pris une fonction plus pragmatique de transcription et de transmission de données. Aujourd'hui encore, les caractères chinois demeurent des objets de révérence, de véritables vaisseaux de magie et de pouvoir (Boudonnat et Kushizaki, 2002; Davey, 2007; Kuiseko, 1988).

Les Japonais ont importé le système d'écriture chinois au cours du 4° et 5° siècles, particulièrement suite aux nombreux allers-retours des moines bouddhistes entre le Japon et la Chine via la Corée. À cette époque, le Japon n'avait pas de système d'écriture tout comme la Corée d'ailleurs; tous les documents officiels et politiques ainsi que les écrits religieux étaient rédigés en chinois. La langue parlée japonaise étant complètement différente de la langue chinoise, le système d'écriture chinois a été peu à peu adapté à la réalité linguistique japonaise. Cette distinction entre la

langue écrite et parlée est à la base de cette étrange particularité de la langue japonaise écrite consistant en une combinaison de caractères chinois, les *kanji* et de caractères spécifiquement japonais, les *kana*.

L'adaptation graduelle de la langue parlée à la langue écrite a mené à la création des kana, deux systèmes phonétiques comprenant les hiragana, utilisés pour les mots d'origine japonaise et les katakana, pour les mots empruntés aux langues étrangères. Ces syllabaires que constituent les kana étant mieux adaptés à la langue japonaise, ils auraient pu logiquement devenir prédominants et mener à l'abandon de l'usage des kanji. Mais le Japon a voulu préserver l'héritage chinois. Durant la période Heian (794-1185), alors que les hiragana étaient de plus en plus utilisés par les gens de la cour impériale pour écrire poésie, littérature et correspondance galante, les sphères politiques et religieuses utilisaient toujours les caractères chinois. Les deux types d'écriture semblaient exclusifs jusqu'au douzième siècle, alors qu'un système se développa combinant kanji et kana.

Peu à peu, les japonais ont développé une écriture capable de témoigner, sous toutes ses nuances et sa richesse, d'un vaste héritage oral. Ce système combinant *kanji* et *kana* constitue l'écriture japonaise contemporaine.

3.1.2 Les connaissances de base en calligraphie Est-asiatique¹

D'emblée, l'écriture japonaise a été inséparable de la calligraphie. Plus qu'une technique d'écriture, la calligraphie est un art, l'art de l'écriture au pinceau. La calligraphie consiste en un jeu subtil de contrastes entre le noir de l'encre et le blanc du papier, en une danse à travers laquelle on perçoit le mouvement du pinceau qui

¹ Comme les notions abordées s'appliquent le plus souvent tant à la calligraphie japonaise qu'à la calligraphie chinoise, j'ai choisi d'utiliser ici le qualificatif « Est-asiatique ».

court, s'attarde, s'arrête puis se précipite dans une autre direction avec fougue. Cette danse calligraphique, pleine de mouvement et de rythme, repose sur plusieurs facteurs dont certains tiennent de la forme des scripts alors que d'autres relèvent du style personnel du calligraphe. J'exposerai ici quelques éléments techniques en calligraphie. J'ai retenu à cet effet les écrits de Kuiseko (1988), maître calligraphe du Japon et de Addiss (2006), historien de l'art est asiatique et calligraphe américain de renom.

La calligraphie est asiatique s'écrit habituellement de haut en bas, en colonnes régulières de droite à gauche. Ainsi, elle commence en haut à droite, formant une première colonne et retourne en haut de la feuille pour débuter une deuxième colonne. Lorsqu'ils écrivent de la poésie japonaise, certains calligraphes japonais jouent différemment avec l'espace et utilisent d'autres formes de compositions moins régulières; mais le mouvement de la composition demeure habituellement vertical, les colonnes se succédant de droite à gauche. Cette verticalité est accentuée par le choix de l'espace où est apposé le sceau du calligraphe que l'on retrouve le plus souvent en bas à gauche juste au-dessous de la signature au pinceau ainsi qu'au début de l'œuvre en haut à droite. Le sceau est toujours rouge et sert à authentifier l'œuvre, à la dater, à y ajouter une pensée ou un court poème en lien par exemple avec la saison à laquelle a été exécuté la calligraphie.

Chaque caractère est composé d'un nombre spécifique de traits tracés dans un ordre pré-déterminé. Chaque caractère s'écrit de gauche à droite, de haut en bas, selon un rythme particulier défini pour chaque forme de scripts. Ces règles déterminent le parcours du pinceau bien que d'autres facteurs en caractérisent le tracé.

La calligraphie japonaise utilise deux des quatre systèmes graphiques² de l'écriture japonaise : les kanji, idéogrammes originaires de Chine, chaque caractère désignant un mot, ainsi que les hiragana, un des deux syllabaires japonais qui forment les kana, chacun des caractères représentant un phonème. Ainsi par exemple, le mot « montagne » (yama) peut s'écrire en utilisant le caractère chinois \coprod signifiant « montagne » ou alors en utilisant les deux caractères phonétiques du syllabaire japonais $hiragana : ya (\stackrel{h}{\sim}) ma (\stackrel{*}{\not{\approx}})$. De plus, cinq formes de scripts sont utilisées pour calligraphier les kanji. S'ajoute à ces différentes formes de scripts une multitude de styles personnels selon l'exécution du calligraphe.

Lorsqu'un caractère chinois est utilisé, il peut s'écrire selon cinq formes de scripts différents. Trois formes de scripts (kaisho, gyōsho et sōsho) sont toujours d'usage courant aujourd'hui alors que les deux plus anciennes (tensho et reisho), ne sont maintenant utilisées qu'à des fins artistiques ou pour la gravure des sceaux. Les cinq formes de scripts qui sont ici illustrées avec le kanji 月 signifiant lune qui se prononce tsuki (tsu つ ki き, en hiragana), se décrivent de la façon suivante :

tensho (la sigillaire): parmi les plus anciennes formes de l'écriture chinoise, gravée sur diverses matières dont les os, les écailles de tortue, le bronze, la pierre, la poterie; également utilisée pour la gravure des sceaux. Dans ce type de calligraphie pictographique, la largeur des traits plutôt arrondis varie peu; la forme globale est rectangulaire, à la verticale.

² L'écriture japonaise utilise quatre systèmes graphiques : les kanji, les hiragana, les katakana et le rōmaji. Ce dernier utilise l'alphabet romain pour traduire les mots japonais, par exemple le mot montagne s'écrit yama en rōmaji.



Figure 3.1³ Lune, script tensho

reisho (écriture des scribes): développée par les clercs du gouvernement qui, considérant le script tensho trop fastidieux, le simplifièrent. Le caractère a une allure plus carrée, un peu plus large que haute, les traits sont de largeur identique et habituellement droits sauf pour le dernier trait du caractère: souvent une diagonale qui s'épaissit d'abord pour s'affiner élégamment et se terminer en pointe. Le reisho coïncide avec les débuts de l'utilisation du pinceau en calligraphie, délaissant l'utilisation des outils nécessaires à la gravure qui caractérise le script tensho.



Figure 3.2 Lune, script reisho

³ Les images présentées dans les figures 3.1 à 3.5 proviennent du dictionnaire Go tai ji kan (Suzuki, 2003), présentant l'écriture des kanji sous les cinq différents styles de scripts.

kaisho (la régulière): forme de script la plus lisible qui donne une impression de rigueur. Issue de la transformation de l'écriture des scribes, la régulière s'est développée au 3^e siècle et est restée la forme normale de l'écriture chinoise jusqu'à la simplification de cette dernière introduite en Chine populaire à partir de 1956. Cette forme d'écriture est idéale pour communiquer clairement un message.



Figure 3.3 Lune, script kaisho

gyōsho (la semie-cursive): écriture attachée, appelée aussi écriture courante en ce sens qu'elle est la forme d'écriture la plus utilisée; elle allie structure et fluidité du mouvement; les traits se prolongent les uns dans les autres bien que les formes soient toujours reconnaissables.



Figure 3.4 Lune, script gyōsho

sōsho (la cursive): forme la plus artistique appelée aussi écriture brouillon, littéralement écriture de paille; ce script s'est développé à partir de l'écriture des scribes qui s'est progressivement modifiée pour la notation rapide; le pinceau court littéralement sur le papier rendant l'identification des caractères beaucoup plus difficile.



Figure 3.5 Lune, script sōsho

La figure qui suit présente la déclinaison des cinq formes de scripts pour le *kanji* lune (*tsuki*). Il est à noter qu'en haut de la figure, deux versions du script *tensho* sont présentée, suivi du script *kaisho*, des *kana* pour *tsuki* (*hiragana* et *katakana*), du script *reisho*, du script *gyōsho* ainsi que de deux versions du script *sōsho*.



Figure 3.6 Lune, différentes formes de script

Alors que les formes gyōsho et sōsho témoignent davantage du mouvement et du rythme, le style kaisho présente une beauté symétrique, une clarté et une qualité plus architecturale. Chacun des scripts peut être écrit dans une variété de styles selon le choix et la personnalité du calligraphe. L'observateur averti pourra reconnaître la

forme de script utilisée par le calligraphe tout en admirant son habileté à exprimer sa contribution⁴ par rapport à la tradition établie.

Le matériel nécessaire à l'exécution de la calligraphie se compose de quatre éléments de base; le pinceau (fude), le plus souvent fait de poils d'animaux; le bâton d'encre (sumi), presque toujours d'un noir qui se décline en une multitude de nuances allant du gris, au bleu, au mauve, au rosé jusqu'au vert; la pierre à encre (suzuri), sur laquelle on dépose quelques gouttes d'eau et on frotte le bâton d'encre pour le dissoudre et produire l'encre liquide; le papier (washi), de confection artisanale. Ils sont souvent désignés comme étant les quatre trésors du calligraphe, ce qui témoigne du caractère sacré qui les habite. Ils sont confectionnés avec soin, avec des matières le plus souvent simples et naturelles évoquant comme en écho leur lien avec la nature bien que certaines pièces soient parfois sculptées et ornementées, devenant des œuvres d'art de grande valeur pour les collectionneurs.

S'ajoute à ces éléments de base le tapis de feutre (shitajiki) sur lequel on dépose le papier. S'ajoute également le poids (bunchin) servant à tenir le papier en place; enfin, il y a le verseur d'eau, l'appui pour le pinceau et bien sûr, le sceau ainsi que la pâte à sceau faite le plus souvent de pigments de cinabre. Le sceau porte la gravure du nom du calligraphe; il peut aussi s'agir d'un pseudonyme, d'une indication du lieu ou de la date d'exécution ou même, d'une courte pensée poétique. Le sceau, apposé sur l'œuvre permet de l'authentifier. Comme le souligne Polastron (2010), le sceau met un point final couleur de sang à l'effort accompli. La qualité du matériel varie grandement; le calligraphe le choisit selon ses préférences ainsi que selon l'œuvre à exécuter.

⁴ Tout en respectant les standards prescrits par la tradition, chaque œuvre calligraphiée porte l'empreinte du calligraphe qui l'exécute.

Lorsque le calligraphe débute une session de calligraphie, il prépare son matériel selon un rituel qui contribue à créer un climat de calme et de méditation. Il choisit un endroit tranquille, installe le matériel sur une table (à plat), fabrique son encre à l'aide du bâton d'encre qu'il frotte sur la pierre à encre sur laquelle il aura préalablement versé une petite quantité d'eau. Cette opération peut durer de longues minutes selon la consistance d'encre désirée. Le calligraphe pourrait exceptionnellement utiliser l'encre liquide vendue en commerce, mais il se priverait de ce rituel de préparation, moment de centration et de méditation servant à la préparation du corps et de l'esprit.

Plusieurs facteurs ont un impact sur l'écriture au pinceau. La pression exercée sur le pinceau, la vitesse d'exécution, le mouvement et le rythme, la composition et l'équilibre des caractères, le contrôle de l'eau, la consistance de l'encre, la charge du pinceau, la qualité du papier ainsi que sa capacité d'absorption, la posture du calligraphe, son état d'esprit, le choix de script et de style, autant de facteurs qui s'ajoutent à la qualité du matériel et qui influencent le rendu de l'écriture. Il est possible d'imaginer qu'avec plus de 50,000 *kanji*, six formes de scripts, et une multitude de styles, le calligraphe jouit de variations à l'infini. Réagissant à la moindre impulsion de la respiration et du geste, le pinceau tel un sismographe, laisse une trace de la nature du calligraphe qui pratique l'art de l'écriture au pinceau.

La prochaine sous-section traite de l'apprentissage de la calligraphie et des principales étapes qui marquent la maturation de l'apprenti et de sa pratique.

3.1.3 L'apprentissage

L'apprentissage de la calligraphie est un long processus marqué par plusieurs étapes témoignant de la maturation qui s'opère chez l'apprenti. Cet apprentissage comporte trois phases au-delà desquelles la personnalité du calligraphe connaîtra de multiples métamorphoses (Billeter, 2010). La présente section traite tout d'abord des modalités

d'apprentissage et d'évaluation. Par la suite sont exposées les trois phases de l'apprentissage soit: l'acquisition de la technique, l'étude des œuvres de grands maîtres et l'émergence de la personnalité du calligraphe. La section se termine en abordant la notion d'activité propre.

Les modalités d'apprentissage

L'apprentissage de la calligraphie se fait sous les enseignements du sensei; cette relation maître-élève est très importante et est empreinte de grand respect. Le savoir de cet art traditionnel est transmis à travers cette relation ainsi qu'à travers l'étude calligraphique de textes importants (textes historiques, poétiques, religieux) calligraphiés par les grands maîtres du passé. L'enseignement se fait par imitation. Après avoir appris les traits de base que lui aura enseignés son sensei, l'apprenti calligraphe imite le modèle proposé par le sensei et tente par la répétition, d'intégrer la technique et les différentes qualités qui y sont présentes. Les copies de l'apprenti sont corrigées par le sensei qui refait le tracé juste de l'œuvre à l'encre orangée, laissant paraître ainsi l'erreur d'exécution de l'apprenti. Il importe de souligner qu'il ne s'agit pas simplement de copier machinalement un modèle, mais plutôt de l'imiter, de refaire les gestes du passé afin de les intérioriser progressivement. À travers son enseignement, le sensei perpétue la tradition ainsi que sa propre lignée qui sera poursuivie par l'élève choisi. Ainsi, une partie du nom du sensei fera partie du nom du calligraphe, nom qui sera donné à l'apprenti par le sensei lorsque ce dernier jugera le temps venu⁵. Ce nom de calligraphe témoigne de la filiation entre le sensei et l'apprenti, permettant ainsi de suivre une lignées de calligraphes à travers le temps.

Cet enseignement par reproduction ou imitation n'est pas de la simple copie; il s'agit plutôt d'imiter le grand maître qui a exécuté l'œuvre, d'intégrer sa technique et même, son esprit et sa sagesse. En somme, l'apprentissae de la calligraphie est un

⁵ Le nom de calligraphe Suisetsu m'a été donné par Okata sensei le 6 décembre 2010.

processus d'assimilation somatique et spirituelle (Yen, 2014). L'interprétation personnelle et artistique de l'apprenti adviendra beaucoup plus tard au cours de sa formation. Il importe d'abord d'intégrer les différentes techniques du maniement du pinceau.

L'acquisition de la technique

La première phase de l'apprentissage de la calligraphie consiste à s'initier aux aspects techniques de cet art (Billeter, 2010; Davey, 2007; Omori et Terayama, trad. 1983; Sers et Escande, 2003). L'apprenti doit tout d'abord apprendre à adopter une posture adéquate et à utiliser tout son corps pour effectuer le geste calligraphique. Il doit aussi se familiariser à l'utilisation des outils dont il dispose; il s'initie notamment à la tenue et au maniement du pinceau et apprend l'exécution des différents traits de calligraphie en commençant par le trait horizontal, prenant soin de bien identifier l'attaque, le développement et la terminaison du trait. Il apprend par la suite les autres traits de base et commence à exécuter des caractères simples en s'attardant aux proportions et à l'équilibre des traits entre eux. Il se doit de surveiller à la fois la facture de chacun des traits, l'agencement de ceux-ci dans la formation d'un caractère ainsi que la disposition de chacun des caractères dans l'espace. Le sensei veille à proposer des séries de caractères selon un ordre de gradation des difficultés.

L'apprentissage se fait à partir d'un modèle sur lequel l'apprenti base son exécution. En plus d'éduquer l'œil, le rôle du modèle est de fournir un étalon qui permet de jauger la conformité du résultat de l'exécution. L'observation attentive du modèle choisi par le *sensei* parmi les œuvres de grands maîtres du passé, permet de guider le geste et de comprendre comment le tracé du caractère du modèle se distingue de celui de l'apprenti. Ce dernier développe peu à peu sa faculté de saisir exactement les

⁶ Le modèle est un exemple de caractère ou série de caractères déjà tracés que l'apprenti cherche à reproduire.

formes et apprend graduellement à apprécier leur valeur esthétique. Le *sensei* peut montrer où résident les insuffisances de la copie de l'apprenti.

L'apprentissage se fait à travers un processus d'imitation et de répétition. Il s'agit de reproduire, de faire, de refaire sans relâche le geste calligraphique, ce qui favorise le développement du répertoire de mouvements corporels (Yen, 2014). Le geste juste ne s'apprend pas par les voies de l'intellect mais bien par les voies du corps. Tel un rituel, l'apprenti reproduit les formes prescrites. Il ne s'agit pas de comprendre mais de faire, de retrouver le chemin du tracé. Cette pratique discipline tant le corps que l'esprit. Dans le cadre d'un article portant sur l'enseignement et l'apprentissage au sein des monastères zen rinzai, Hori (1994) souligne que l'apprentissage acquis grâce à la répétition et à l'application de rituels ou de formes prescrites par la tradition permet, hors des voies de l'intellectualisation, d'atteindre la connaissance et éventuellement, l'illumination. Nous reviendrons sur ce dernier point portant sur l'illumination dans le cadre de la section 3.2.1 qui traite de la pratique des arts et du concept d'autocultivation.

La pratique de la calligraphie exige dès le départ un ensemble de qualités qu'elle permet d'ailleurs de développer plus avant au fil du temps. L'apprenti se doit d'être méthodique, exigeant, constant, patient, curieux et passionné. Au moment de calligraphier, il sait se détacher de toute préoccupation du quotidien pour se centrer sur l'acte d'écrire. Cette attention crée un espace intérieur duquel pourra naître le geste calligraphique. Tout au long de la session de calligraphie, il se doit de demeurer présent, attentif, de façon à éviter la reproduction machinale du geste. Lorsque l'apprenti réussit à reproduire des éléments, des caractères, des textes entiers et à leur donner une physionomie comparable à celle du modèle, il ressent un plaisir intense ainsi qu'un sentiment de maîtrise qu'il peut éventuellement mettre au service d'une plus grande liberté créatrice.

L'étude des œuvres

Au cours de la première phase, l'apprenti a concentré son attention sur les problèmes techniques de l'exécution; l'observation attentive du modèle et sa reproduction fidèle lui ont permis d'affiner des sens, de développer un répertoire gestuel et d'acquérir un certain contrôle (Yen, 2014). S'opère alors un passage qui permet à l'apprenti d'aborder graduellement l'étude d'œuvres de grands maîtres. Il les reproduit avec plus de facilité, ce qui lui permet de porter une plus grande attention aux particularités stylistiques et aux valeurs expressives des œuvres étudiées.

Cette phase exige toutefois une même patience, une même attention. L'apprenti étudie minutieusement les caractéristiques de l'œuvre et cherche à s'approprier le mode d'exécution et d'agencement des caractères. Il regarde les œuvres d'un œil plus exercé. Il les lit comme un musicien lit des partitions, imaginant leur exécution. Il cherche à saisir les gestes qui les ont produites. Il ne se contente pas de reproduire le modèle; au-delà des formes, il cherche le geste qui les a fait naître. C'est au prix d'un patient travail qu'il tente de reconstituer le style gestuel et de se l'approprier. Le travail incessant de reproduction de l'œuvre du grand maître permet de saisir les gestes de l'intérieur, de les ressentir et de les reproduire. S'établit alors une sorte d'intimité entre l'apprenti calligraphe et l'œuvre étudiée. Par cette étude intense, l'apprenti remonte aux dispositions centrales du maître étudié; jusqu'à un certain point, l'apprenti sera imprégné par les valeurs qui ont animé le maître. « Il s'introduit dans sa subjectivité, il s'en approprie du dedans les qualités distinctives. Pour reproduire l'œuvre dans ce qu'elle a de singulier, il recrée en lui-même la manière d'être particulière dont elle fut l'expression » (Billeter, 2010, p. 156).

Plusieurs calligraphes ont souligné l'impact de l'étude des grands maîtres du passé sur leur personnalité dont Mi Fu, peintre et calligraphe chinois de la dynastie Song (Vandier-Nicolas, 1963). Les qualités formelles de l'écriture seraient liées aux qualités personnelles du calligraphe étudié. Plusieurs auteurs, notamment Billeter

(2010), Brinker et Kanazawa (trad. 1996) et Escande (2001), soulignent que le pinceau est un véritable sismographe, révélant les moindres méandres de l'être. En étudiant les œuvres des grands maîtres, l'apprenti intègre peu à peu leurs qualités. Ainsi, selon la tradition des lettrés chinois, la pratique de l'écriture au pinceau serait une pratique de perfectionnement de l'esprit. Il importe donc d'étudier l'écriture de plusieurs grands maîtres afin d'en assimiler successivement les qualités dominantes (Billeter, 2010; Sers et Escande, 2003; Vandier-Nicolas, 1963). L'apprenti se doit de bien observer, de regarder avec attention l'œuvre qui lui sert de modèle; il évite de relâcher le geste, de le simplifier et de céder à la répétition automatique ou à l'interprétation personnelle. Il lui importe plutôt de chercher le geste juste.

À cette phase de l'apprentissage, l'apprenti ne cherche pas son style personnel, ni à être original. Le style particulier du calligraphe se forge au fil de la pratique alors qu'une nouvelle synthèse s'organise en lui suite à l'imprégnation graduelle des qualités des maîtres étudiés. Il ne s'agit pas d'une transformation recherchée mais plutôt, comme l'explique Billeter (2010), de l'émergence d'une « personnalité profonde »⁷, plus mature, qui témoigne de l'intégration des forces qui habitent l'apprenti mais qui ne se sont jamais manifestées jusqu'à ce jour. La pratique de la

Il semble possible d'établir un certain parallèle entre la compréhension présentée ici par Billeter (2010) et deux concepts bien connus de la psychologie : le concept d'individuation, développé par Jung (1920/1983) et celui d'actualisation posé entre autres par Rogers (1961) et par Maslow (1943).

L'individuation est « le processus de formation et de particularisation de l'individu; plus spécialement, de l'individu psychologique comme être distinct de l'ensemble. L'individuation est donc un processus de différenciation qui a pour but de développer la personnalité individuelle. [...] L'individuation est toujours plus ou moins en opposition avec la norme collective, puisqu'elle est séparation et différenciation de l'ensemble, formation de l'originalité, non d'une originalité recherchée, mais celle qui est donnée à priori dans la disposition du sujet. » (Jung, 1920/1983, p. 449-450)

Concept clé de la psychologie humaniste, l'actualisation témoigne d'une conception de la croissance dans laquelle toute personne est animée d'une tendance inhérente à développer toutes ses potentialités (Rogers, 1961). Maslow (1943) identifie cinq grandes catégories de besoins: physiologiques, de sécurité, d'amour et d'appartenance, d'estime et besoin ultime d'actualisation et d'accomplissement de soi. Le besoin d'actualisation peut se définir comme étant le besoin qu'éprouve une personne de se sentir en harmonie avec elle-même, de développer pleinement sa

calligraphie éveillerait chez l'apprenti, des dispositions latentes et permettrait l'atteinte d'un nouvel équilibre. Toujours selon Billeter, cette personnalité profonde remplacerait la « personnalité provisoire », celle que l'individu a construite pendant les premières décennies de sa vie, fruit d'un processus graduel d'adaptation afin de répondre aux exigences du quotidien et de la vie en société. Mais seule la passion et la pratique dépourvue de désir et d'attente peut induire cette transformation de la personnalité qui s'établit peu à peu, hors de sa volonté.

Il peut sembler paradoxal de s'effacer devant l'œuvre étudiée tout en étant engagé dans un long processus de découverte de soi. Mais tout ceci n'est pas intentionnel; c'est l'engagement dans une pratique de ce type qui à la longue, éveille une conscience de ces phénomènes; une pratique qui, au fil du temps, a comme conséquence de forger et de transformer la façon d'être au monde. La pratique de la calligraphie impose une discipline, exige une mobilisation du corps et une centration de l'esprit. Le calligraphe est totalement absorbé par le geste.

La pratique a également un effet sur la perception du temps et de l'espace; elle transporte le calligraphe dans un vaste champ de tranquillité où il fréquente les Anciens. L'étude approfondie des œuvres a des implications intellectuelles et morales. En plus de chercher à s'approprier le style gestuel et à reconstituer en luimême les dispositions intérieures qui ont mené le calligraphe à la création de l'œuvre étudiée, l'apprenti s'intéresse au calligraphe en tant que personne, à sa vie, son caractère, son époque, sa culture, enrichissant ainsi ses connaissances.

La pratique quotidienne de la calligraphie prend place dans l'univers de l'apprenti et opère peu à peu une transformation en devenant en quelque sorte un nouvel axe autour duquel sa vie s'organise; la pratique devient un mode de vie (Carter, 2008; Omori et Terayama, trad. 1983). Cette pratique quotidienne remplit bientôt la fonction d'un rite. « Le moment où l'on se met à écrire a souvent quelque chose de solennel, il donne le sentiment d'accéder à un autre monde. » (Billeter, 2010, p. 166)

L'univers de la calligraphie recèle tant de richesses que la recherche du développement et de l'expression de la personnalité ne tient pas une place prépondérante dans le choix de s'engager et de persévérer dans la pratique. L'émergence de la personnalité de l'apprenti à travers les œuvres représente plutôt une résultante de cette pratique, un aboutissement qui ouvre sur une plus grande liberté d'expression.

L'émergence de la personnalité

L'émergence de la personnalité de l'apprenti calligraphe est une phase difficile à situer dans le temps. Le passage à cette phase d'apprentissage se fait de façon graduelle, au fil de la pratique et de l'étude des œuvres de grands maîtres. La pratique incessante et attentive basée sur l'étude des œuvres permet de reconstituer le style gestuel de l'original, de s'approprier les dispositions subjectives qui en sont à l'origine et de faire ressurgir le geste sous une forme plus libre. L'apprenti mobilise ses énergies afin de revivre en lui-même le moment créateur. Il s'agit surtout de capter la physionomie expressive de l'œuvre, de surplomber l'œuvre et d'en donner une interprétation créatrice, comme si une danse subtile s'élaborait entre l'original et l'acte créateur. Mais tout ceci n'est pas intentionnel; c'est l'engagement dans une pratique de ce type qui à la longue éveille une conscience de ces phénomènes. La notion chinoise « wu wei » est à l'œuvre ici.

Wu wei est une notion taoïste qui signifie « absence d'action », « non agir ». Il ne s'agit pas ici de passivité, d'inaction mais plutôt d'agir sans intention, d'agir en conformité avec l'ordre cosmique originaire (Escande, 2001; Granet, 1999). « Le

sage reste quiet; il se soumet à la Loi constante qui régit le cours des choses, et se laisse porter par le grand souffle de la vie » (Vandier-Nicolas, 1963, p. 17). Il s'agit donc d'agir sans attente précise, en ouverture. Ainsi, l'engagement dans une pratique ne vise pas la transformation; la pratique elle-même est l'objectif et la transformation est une conséquence de la pratique.

Dans le cadre de la pratique calligraphique, l'émancipation du geste se fait naturellement; le style advient, conséquence involontaire de la pratique. Il y a apparition d'une physionomie nouvelle de la forme qui est propre à l'apprenti, suite à une longue incubation des forces qui se sont réorganisées en lui et qui maintenant se manifestent dans un style qui lui est propre.

L'émergence de la personnalité du calligraphe marque l'aboutissement de l'apprentissage et le début de l'aventure créatrice. Seul le temps permet ce travail d'intériorisation et de transfiguration. Ainsi, l'acquisition de la technique et l'étude des œuvres auront rendu possible la maturité de la personne et de son écriture. Ce passage subtil n'est pas marqué par un signe objectivement observable, ni sanctionné par le *sensei* ou une école. Néanmoins grâce à son expérience, le *sensei* serait en mesure de reconnaître cette maturation chez son apprenti.

La notion d'activité propre

Suite à l'exposé des différentes phases de l'apprentissage de la calligraphie, soit l'acquisition de la technique, l'étude des œuvres et l'émergence de la personnalité, il importe d'expliciter davantage comment le style personnel émerge chez l'apprenti. Pour ce faire, il faut insister sur le fait que la maturation ne résulte pas d'un travail intellectuel, mais bien de la pratique elle-même; il s'agit d'un travail qui engage le corps et qui s'inscrit dans l'action. Ce n'est pas la main seule qui calligraphie mais bien le corps tout entier. Billeter (2010) explique que le geste calligraphique naît de l'activité propre et que la pratique de la calligraphie modifie en retour cette activité,

modifiant conséquemment le rapport qu'entretient le calligraphe avec lui-même ainsi que le rapport qu'il entretient avec le monde.

Selon Billeter (2010), pour saisir l'expérience de la pratique de la calligraphie, il faut comprendre les notions de « corps propre » et « d'activité propre». La notion de « corps propre » fait référence à notre corps, celui dont nous ressentons directement et constamment la présence; c'est le corps ressenti. Le corps propre se distingue du « corps objet » qui fait plutôt référence au corps que nous percevons du dehors comme un objet. Le « corps propre » ne nous est donc pas extérieur; en ce sens, il peut se définir comme une activité, l'activité que chacun perçoit en lui-même. En fait, nous sommes cette activité même que Billeter nomme « activité propre » et qui peut se définir comme étant le corps propre en action. Il s'agit de la matière première de notre réalité vécue, de notre vie subjective. « Le corps est pour l'âme son espace natal et la matrice de tout autre espace existant. » (Merleau-Ponty, 1964, p. 54) L'activité propre permet l'organisation de notre rapport à nous-mêmes mais aussi de notre rapport aux autres et au monde; toute modification de l'activité propre entraînant nécessairement une modification de ces rapports (Billeter, 2010).

La notion d'activité propre permet de mieux comprendre comment s'opère le processus d'apprentissage de la calligraphie. La pratique de la calligraphie permet l'exploration du corps propre (corps ressenti), la mobilisation des ressources internes et la réorganisation de l'activité propre. Elle modifie et transforme au fil du temps

⁸ Pour expliquer cette notion, Billeter (2010) se réfère à la phénoménologie de la perception de Merleau-Ponty (1945).

⁹ Cette conception de la personne dans le monde s'apparente à celle développée par Kimura (trad. 1992) qui fait appel au concept d'aïda, qui réfère à l'espace de relation « entre », pour comprendre les relations que la personne entretient avec elle-même, avec les autres et avec le monde. La personne est dans un univers d'interrelations qui transforme sa façon d'être au monde. Kimura est un psychiatre japonais qui a présenté plusieurs écrits portant sur la psychopathologie phénoménologique. Ses écrits sont marqués entre autres par la philosophie d'inspiration zen.

cette expérience; elle affine les sens en développant une conscience¹⁰ du geste, du mouvement et de l'espace. Selon la conception de Billeter (2010), la trace laissée sur le papier par le geste calligraphique proviendrait de l'activité propre, elle en serait la projection. Le style personnel de l'apprenti, qui émerge au fil de l'apprentissage, résulterait de la transformation de l'activité propre, la pratique ayant permis le passage d'un niveau de l'activité propre à un autre palier d'intégration, rendu visible grâce à l'œuvre calligraphique.

L'aspect essentiel qu'il importe de marquer maintenant est le fait que dans la tradition chinoise, tout comme dans la tradition japonaise, la calligraphie n'est pas seulement un moyen de rendre visible l'activité propre, mais aussi une méthode pour la développer.

La prochaine section aborde un concept central de la présente thèse, soit le concept d'autocultivation.

3.2 Pratique des arts et concept d'autocultivation

L'apprentissage et la pratique de la calligraphie permettent non seulement l'émergence mais aussi le développement de la personnalité de l'apprenti. La pratique de la calligraphie pourrait ainsi être comprise comme étant une forme d'autocultivation.

¹⁰ Il est intéressant de noter que selon Leder (1990), le corps a tendance à disparaître du champ de la conscience. Pensons par exemple aux fonctions du système autonome qui sont prises en charge par le corps et habituellement hors de notre perception et de notre contrôle. Le corps attire notre attention lorsqu'il atteint certaines limites ou devient dysfonctionnel (faim, soif, fatigue, douleur, etc.), exigeant alors une action consciente. L'acquisition de nouvelles habiletés serait aussi une situation qui rend le corps présent à la conscience; une fois les habiletés acquises, le corps redeviendrait « absent ».

La présente section porte sur la pratique des arts vécue comme une pratique d'autocultivation. Dans un premier temps, le concept d'autocultivation est défini. Par la suite, il est question de mieux comprendre comment la pratique d'un art, plus particulièrement la pratique de la calligraphie, peut être comprise comme une pratique d'autocultivation.

3.2.1 Le concept d'autocultivation

Le concept d'autocultivation est un concept asiatique qui fait référence à un ensemble de pratiques visant le développement de l'esprit et de la personnalité par le biais de l'entraînement du corps (Yuasa, trad. 1987, 1986/1993). Ces pratiques, à l'origine essentiellement religieuses, se sont peu à peu sécularisées.

Les pratiques d'autocultivation se sont développées et se sont transmises à travers les générations depuis l'instauration de l'hindouisme et du bouddhisme en Inde, où le concept d'autocultivation trouve ses origines au cœur des traditions religieuses. Au fil du temps, certains laïcs se sont imposés, par choix personnel, des pratiques et des normes de conduites plus strictes que celles de la population en général. Ces pratiques de nature religieuse sont peu à peu devenues des pratiques de cultivation personnelle (par exemple, le yoga, la méditation).

Suite à l'introduction du bouddhisme en Chine, les pratiques d'autocultivation ont été influencées par les courants de pensée du confucianisme (pensons par exemple aux rituels régissant les comportements dans le cadre d'une éthique sociale) et du taoïsme (pensons aux méthodes de cultivation du *chi* ¹¹). Au Japon, les pratiques d'autocultivation se sont peu à peu transmises suite à l'introduction du bouddhisme,

¹¹ Chi en chinois ou ki en japonais : l'énergie vitale qui circule dans le corps humain et traverse les méridiens identifiés en acupuncture. Il s'agit aussi de l'énergie qui circule dans l'univers.

bien que certaines formes d'autocultivation existaient déjà au sein du *shintō*, religion indigène du Japon.

Shugyō est le mot japonais qui fait référence au concept d'autocultivation. J'ai choisi d'utiliser le mot « autocultivation » pour traduire le mot japonais shugyō, bien que cette traduction puisse prêter flanc à la critique¹²; en anglais, on utilise le mot self cultivation, introduisant la notion du soi alors que le but ultime de shugyō n'est pas le développement du soi mais plutôt l'accès à l'expérience d'unité corps/esprit, de non dualité de l'être. Il importe de retenir que le mot autocultivation fait référence à l'engagement de la personne (auto) dans une pratique (cultivation).

Le mot shugyō est formé de deux caractères 修業, littéralement « maîtriser » et « pratique », signifiant « maîtriser à travers une pratique ». Principalement associé au domaine religieux et notamment aux pratiques bouddhistes de cultivation personnelle, shugyō fait référence à une pratique austère et rigoureuse qui implique l'engagement d'une vie. Le zazen (méditation assise), forme de méditation pratiquée dans le cadre du bouddhisme zen, est un exemple de pratique d'autocultivation qui s'est sécularisée et est devenue mondialement connue. La signification plus large du terme shugyō fait référence à l'engagement dans une discipline spirituelle, discipline vécue à travers l'entraînement du corps. En ce sens, la personne s'engage par choix dans une pratique qui exige rigueur et persistance dans le temps. Dans ce type de pratique, l'entraînement de l'esprit se fait à travers le corps (Carter, 2008; Davey, 2007; Yuasa, trad. 1987, 1986/1993).

Le concept d'autocultivation présuppose une compréhension particulière du lien corps/esprit. Alors qu'en Occident, le dualisme cartésien domine encore le discours,

¹² Le mot perfectionnement parfois utilisé en français (Billeter, 1989, 2010), laisse entendre une recherche de perfection; c'est pourquoi je préfère parler d'autocultivation.

la pensée asiatique conçoit traditionnellement le corps et l'esprit comme étant inséparables, interdépendants, n'ayant pas de frontières bien tranchées. Cette conception non dualiste implique que la connaissance est acquise à travers l'expérience globale du corps et de l'esprit plutôt qu'uniquement par la voie de la pensée et de l'intellect. En ce sens, il ne s'agit pas tant de mettre des mots sur l'expérience que de s'y abandonner pour qu'ainsi une compréhension en émerge. Les pratiques d'autocultivation préconisent l'acquisition de la connaissance à travers l'entraînement du corps, ce qui favorise une plus grande unité corps/esprit et éventuellement l'atteinte de *mushin*. *Mushin* (non pensée), est le mot japonais utilisé pour décrire un état ou plutôt une expérience fugace d'unité corps/esprit, qui transcende toute dualité. Les maîtres zen hésitent à mettre en mots cette expérience, qui est du domaine du ressenti (pré-réflexif) plutôt que de celui de la pensée (Omori et Terayama, trad. 1983; Suzuki, 1993).

Yuasa (trad. 1987, 1986/1993) fait référence à la notion d'intuition agissante élaborée par Nishida¹³ qui affirme que l'intuition agissante est l'expérience à travers laquelle on connaît la réalité telle qu'elle est, en dehors de toute pensée ou discrimination, l'expérience qui précède la pensée et la conscience de soi. Il s'agit de l'expérience immédiate, une expérience qui précède la séparation entre le sujet et l'objet que présuppose l'acte réflexif (Tremblay, 2007).

L'expérience de l'immédiateté se vit dans le corps, là où elle s'incarne et devient agissante. La notion d'intuition agissante permet de comprendre la relation

¹³ Nishida, Kitarō (1870-1945) est reconnu comme étant l'un des plus éminents philosophes japonais de l'ère moderne. Nishida utilisa plusieurs termes à travers son œuvre pour parler de ce qu'il considère comme le mode d'être fondamental de la personne dans le monde, qui révèle la dimension où s'éprouve l'immédiateté de l'expérience du monde. L'expression « expérience pure » provient de la période initiale de son œuvre (1911); par la suite, Nishida utilise l'expression « autoéveil », qu'il considère moins psychologisante; enfin, il ajoute à cette dernière l'expression « intuition agissante » qui met en lumière les deux aspects constitutifs de la réalité, soit l'action et l'intuition (J. Tremblay, communication personnelle, novembre 2009).

qu'entretient la personne avec le monde par le biais de l'agir, à travers le corps entier, avant l'objectivation qu'implique la pensée et la réflexion. L'objectivation est certes nécessaire durant la phase d'apprentissage, mais comme le souligne Tremblay (2016) en parlant de l'expérience du musicien « le propre d'un musicien accompli est cependant de savoir laisser place au surgissement de ce qui dépasse ce stade. » (p. 93) Dans le cas du praticien calligraphe, il s'agit d'abandonner en quelque sorte la maîtrise consciente du pinceau pour s'ouvrir à ce qui advient. L'intuition agissante est de l'ordre du vécu et du ressenti, elle implique le lien nécessaire au corps.

Il est intéressant d'établir ici un parallèle avec la notion d'activité propre présentée par Billeter (2010) et explicitée dans la section 3.1.3 portant sur l'apprentissage de la calligraphie. L'activité propre se situe au niveau du corps ressenti, lieu où la personne se perçoit, perçoit l'autre et le monde qui l'entoure. Cette perception en soi de l'agir permet de prendre conscience de l'espace et d'organiser les relations à soi et les relations au monde. L'activité propre est le fondement de notre rapport à nous-même et de notre rapport au monde. Alors que la pratique assidue agit au niveau de l'activité propre, la transformant peu à peu et transformant conséquemment le rapport que la personne entretient avec elle-même et avec le monde, cette pratique peut également être comprise comme une voie permettant l'accès à l'expérience d'unité corps/esprit où le sujet et l'objet ne font qu'un et que Nishida (trad. 2008) nomme l'intuition agissante. Cette expérience s'apparente à l'atteinte de l'état de mushin, expérience de non pensée.

Les notions d'intuition agissante (Nishida, trad. 2008) et d'activité propre (Billeter, 2010) permettent de mieux comprendre l'impact des pratiques d'autocultivation. D'une part, la pratique devient un lieu de connaissance de soi et du monde, connaissance acquise dans le faire, corps et esprit confondus au sein de l'activité

propre. D'autre part, la pratique incessante mène l'apprenti aux confins de l'intuition agissante, là où corps et esprit ne font plus qu'un (mushin¹⁴).

Les méthodes bouddhistes d'autocultivation visent l'illumination (satori¹⁵), une expérience caractérisée par la non dualité de l'être, bien que plusieurs auteurs soulignent le fait que la pratique elle-même est satori (Carter, 2008; Suzuki, 1993). La pratique est une forme que l'on choisit de donner à sa vie, un engagement dénué de toute attente ou fin utilitaire, dans l'esprit de la notion de non-agir (wu wei). En anglais, les expressions practice of et practice for marquent bien la nuance entre une pratique sans attente et une pratique qui vise un objectif précis, comme produire de belles œuvres ou atteindre de meilleures performances par exemple.

Les pratiques d'autocultivation peuvent prendre plusieurs formes; on parle alors de $d\bar{o}$. $D\bar{o}$ est un terme japonais signifiant « voie » ¹⁶. Il s'agit d'un concept originaire de Chine (tao ou dao), issu de la tradition taoïste (Carter, 2008; Davey, 2007). Au Japon, le *shint* \bar{o} ainsi que le bouddhisme zen ont influencé le concept qui s'est enraciné dans

¹⁴ Il peut sembler inconsistant de parler à la fois du concept de *mushin*, concept bouddhiste qui remet en question l'existence du « moi » et du concept de transformation de la personnalité (voir section 3.1.3 traitant de l'apprentissage de la calligraphie), qui assume implicitement l'existence du « moi ». Je suis consciente de l'opposition « moi/non moi » qui émerge de ces propos. À l'instar de Jack Engler (1984), psychologue clinicien ainsi que professeur de psychologie bouddhiste et de méditation, qui affirme « You have to be somebody before you can be nobody. » (p. 34), je crois que le développement de la personne est un continuum, un processus pouvant mener du « moi » au « non moi ». Ainsi, la pratique de la calligraphie pourrait être comprise comme étant un long cheminement d'autocultivation qui mène du « moi » au « non moi ».

¹⁵ Satori est un mot japonais qui signifie illumination, réalisation de l'unité de toutes choses. L'illumination ne devrait pas être considérée comme étant une expérience extraordinaire; il s'agit plutôt d'une expérience qui fait partie du quotidien. En ce sens, il est possible de nuancer cette expérience au sein de la pratique (notons ici que dans le cadre de la pratique de la calligraphie, on n'utilise pas le terme satori généralement réservé à la pratique religieuse; on parle plutôt de l'état de mushin) et d'en dégager trois étapes qui en marque la progression:1) la pratique à la recherche de satori; 2) l'expérience de satori; 3) la pratique en tant que satori.

¹⁶ Il a été brièvement question de cette notion dans l'introduction de la section 3.1, où l'on souligne que l'activité pratiquée en tant que « voie » transcende la fonction utilitaire pour devenir une façon de vivre, une expression de valeurs spirituelles (Carter, 2008; Davey, 2007).

la culture japonaise où, art, philosophie et religion sont étroitement liés (Carter, 2008).

La voie choisie devient le véhicule de l'entraînement spirituel et lui donne forme; qu'il s'agisse de tâches de l'activité quotidienne (comme le jardinage, l'entretien ménager, etc.), de la méditation, ou de la pratique d'un art, chacune de ces activités devient le véhicule d'une pratique spirituelle. La pratique est ainsi vécue comme une voie d'autocultivation ancrée dans le quotidien (Carter, 2008; Davey, 2007; Matsunobu, 2007). La pratique de la calligraphie japonaise, *shodō*, objet de la présente recherche, serait ici la voie privilégiée d'autocultivation.

3.2.2 La pratique des arts comme pratique d'autocultivation

Les arts au Japon contribuent de multiples façons à la transmission de la culture et de la tradition. Les arts sont porteurs d'une philosophie de vie; ils transmettent des valeurs et des attitudes qui peuvent être traduites tant dans les pratiques religieuses que dans les activités de la vie quotidienne, menant à la transformation personnelle et au développement d'une éthique relationnelle avec les autres personnes, la nature et le cosmos (Carter, 2008). La pratique d'un art, ici la calligraphie japonaise, devient ainsi le véhicule d'une pratique spirituelle qui s'actualise dans une voie particulière, celle de la calligraphie (shodō).

Geido, la voie des arts

L'art pratiqué dans le cadre d'une voie $(d\bar{o})$ permet la transformation de tous les aspects de la vie de la personne, l'art devenant ainsi chemin spirituel, méditation en action, processus vers la réalisation de l'esprit zen, *mushin* (Suzuki, 1993). Leggett (1993), traducteur, auteur de plusieurs livres portant sur le zen et spécialiste de *jud* \bar{o} , explique que les arts pratiqués en tant que voies deviennent des expressions fragmentaires du zen au cœur de la vie quotidienne. Ces voies partagent des valeurs

semblables, d'ordre philosophique, morale, spirituelle et esthétique (Davey, 2007). L'important n'est pas tant l'art choisi que la façon de le pratiquer.

Provenant du domaine religieux, plus particulièrement des pratiques bouddhistes, les pratiques d'autocultivation ont eu une importante influence dans différents domaines culturels au Japon. Ainsi, la pratique des arts traditionnels s'inscrit-elle dans cette conception d'autocultivation au cœur de laquelle l'apprentissage d'un art prend valeur de discipline et d'entraînement de l'esprit permettant d'atteindre l'état de mushin. Il s'agit de la voie des arts, que l'on nomme geidō en japonais; le terme keiko (plutôt que shugyō, terme à connotation religieuse) est alors utilisé pour parler de la discipline et de l'entraînement. À partir de cette perspective, la conception de la pratique des arts va au delà des théories qui tentent d'analyser la structure des œuvres ou leur signification et ou encore, leur instauration¹⁷; il s'agit plutôt de comprendre le processus de la pratique artistique comme pratique d'autocultivation¹⁸.

Historiquement au Japon, la voie des arts (geidō) débute avec la critique des waka¹⁹ vers la fin de la période Heian (794-1185) alors que la pratique de la composition de poèmes est comparée aux pratiques bouddhistes d'autocultivation (Yuasa, trad. 1987). Par la suite, à la période Muromachi (1333-1573), la théorie traitant de la

¹⁷ Je réfère ici aux trois grandes catégories des sciences de l'art, proposées par la taxonomie de Passeron (1996) qui parle des « sciences internes des œuvres » s'intéressant aux structures des œuvres, des « sciences de l'art qui se fait » qui s'intéressent au processus de production des œuvres et des « sciences de l'art qui est reçu » qui s'intéressent plus particulièrement à l'appréciation esthétique des œuvres.

¹⁸ La perspective ici rejoint d'une certaine manière celle de Valéry (Gingras-Audet, 1979, 1983) pour qui le processus de création vise essentiellement le développement de la personne à travers le processus de création. La nuance qu'il faut toutefois apporter est que, dans le cas présent, ce n'est pas le processus de création qui développe la personne mais plutôt la pratique artistique ellemême.

¹⁹ Forme ancienne de poème japonais, comprenant habituellement 31 syllabes (cinq lignes d'un nombre précis de syllabes : 5, 7, 5, 7 et 7).

composition des poèmes (waka et $renga^{20}$) prit le nom de $kad\bar{o}^{21}$, la voie de la poésie. Ainsi, le fait de comprendre la pratique des arts comme étant essentiellement semblable à une pratique d'autocultivation débute dans le domaine de la poésie; cette théorie s'appliquera au fil du temps à différents autres domaines des arts comme au théâtre $N\bar{o}$ et à la cérémonie du thé.

À la période Muromachi (1333-1573), Zeami²² (trad. 1960) fait également référence à cette théorie des arts pour parler du théâtre $N\bar{o}$, comparant l'entraînement de l'acteur à une forme d'autocultivation zen. Zeami explique que la formation de l'acteur est une discipline; au fil du temps, l'art pénètre le corps jusqu'à ce que ce dernier ne fasse plus qu'un avec l'esprit. À travers sa pratique assidue, l'acteur de théâtre $N\bar{o}$ maîtrise graduellement l'essence de son art, essence qui pourra s'exprimer lors de sa performance et laissera apparaître la « vraie fleur »²³. Zeami affirme que la « vraie fleur » pénètre les os de l'acteur et que cette beauté profonde et mystérieuse ($y\bar{u}gen$) transcende l'âge du corps physique (Zeami, trad. 1960).

Vers le début du 16^e siècle, la cérémonie du thé devint de plus en plus associée à cette théorie des arts. Le thé fût introduit au Japon vers la fin du 8^e siècle, en provenance de la Chine. Il s'agissait alors d'un plaisir essentiellement aristocratique, donnant lieu à des événements mondains. Quelques siècles plus tard, le thé est devenu plus populaire grâce à l'éminent maître zen Eisai (1141-1215) qui réintroduisit le thé suite

²⁰ Forme de poème japonais comprenant quatre lignes d'un nombre précis de syllabes (5, 7, 5 et 7).

²¹ Le terme kadō peut signifier la voie de la poésie (歌道) ou la voie des fleurs (花道); les kanji utilisés différencient la voie dont il s'agit.

²² Zeami (1363-1443) est considéré comme étant une figure centrale du théâtre Nō, une forme ancienne de théâtre japonais caractérisé par des mouvements ritualisés, contrôlés et gracieux, accompagnés de chants et de musique (vent, cordes et percussions).

^{23 «} Vraie fleur » est une expression utilisée dans le cadre du théâtre Nō pour rendre compte de l'habileté dramatique de l'acteur mais plus encore, pour exprimer la beauté mystérieuse qui apparaît lors de la performance et qui va au delà de la conceptualisation.

à un séjour en Chine. Même à cette époque, il s'agissait d'une forme d'activité ritualisée, qui se tenait dans les temples zen alors que les aristocrates et la classe des guerriers tenaient des événements élaborés autour de la dégustation du thé. Graduellement, l'influence de l'esthétique zen imprégna les événements de l'aristocratie. Préparer, servir et déguster le thé devint beaucoup plus qu'un plaisir mondain. L'apprentissage ainsi que la pratique de cette forme d'art sont devenus une forme d'autocultivation nommée *chadō*. Sen no Rikyū (1522-1591), grand maître de thé, est celui qui a mené la cérémonie du thé à une forme esthétique connue sous le nom de style *wabi*²⁴ (Carter, 2008). La tendance à associer la voie du thé au bouddhisme, en faisant ainsi une pratique spirituelle, est alors devenue en quelque sorte la norme.

En somme, il est possible de dire que la voie $(d\bar{o})$ choisie devient le véhicule de l'entraînement spirituel, elle lui donne forme. La pratique d'un art devient l'ancrage d'une pratique spirituelle qui s'incarne. La motivation de la personne qui s'y engage est d'ordre spirituel aussi bien qu'artistique. La pratique est ainsi vécue comme une voie d'autocultivation ancrée dans le quotidien (Carter, 2008; Davey, 2007; Matsunobu, 2007). La pratique de la calligraphie japonaise, objet de la présente recherche, m'est peu à peu apparue comme une voie privilégiée d'autocultivation.

Arts et bouddhisme zen

Plusieurs auteurs (Beittel, 2000; Carter, 2008; Davey, 2007; Herrigel, 1948/1989; Pilgrim, 1993; Suzuki, 1993) soulignent que la culture japonaise ainsi que les arts sont profon-dément imprégnés par le bouddhisme zen. Suzuki (tel que cité par Loori,

²⁴ Le terme japonais wabi fait référence à une esthétique dont les caractéristiques sont : rusticité, naturel, simplicité, frugalité, humilité, évoquant également mélancolie et impermanence des choses.

2004)²⁵ soutient que « the arts of zen are not intended for utilitarian purposes, or for purely aesthetic enjoyment, but are meant to train the mind, indeed, to bring it into contact with ultimate reality. » (p. 1)

Selon cette perspective, le réel objectif de la pratique d'un art est le perfectionnement et la libération de l'esprit humain (Omori et Terayama, trad. 1983; Matsunobu, 2007). Ainsi, la calligraphie japonaise serait une calligraphie empreinte de l'esprit zen; elle témoigne d'une qualité de présence, elle est expression, manifestation de *mushin*.

La notion d'art zen

Les arts ont toujours joué un rôle important au sein du bouddhisme zen. En plus de témoigner de l'histoire et de la culture, les arts zen comportent deux fonctions principales. D'une part, la pratique d'un art tient lieu de méditation en action, une forme de méditation ancrée dans l'activité, une pratique d'autocultivation. D'autre part, l'œuvre elle-même porte un enseignement zen, souvent appelé le message silencieux de l'art zen (Addiss, 1989; Brinker et Kanazawa, trad. 1996). L'œuvre calligraphique est une des façons de transmettre cet enseignement, que ce soit par le choix des paroles calligraphiées ou par l'émotion suscitée chez l'observateur, émotion suscitée par l'œuvre devenue trace de l'esprit zen.

Mais qu'est-ce que l'art zen? Est-ce une calligraphie exécutée par un moine zen ou est-ce une calligraphie qui s'inscrit dans une perspective zen, c'est-à-dire une calligraphie porteuse de valeurs et de caractéristiques qui s'inspirent de la pensée zen? La calligraphie zen n'est pas un style de calligraphie en soi mais elle est plutôt caractérisée par une qualité qui s'en dégage, laissant émaner la spiritualité zen de celui qui la trace. L'exécution de l'œuvre permet l'expression artistique du moine calligraphe, révélant son esprit zen ainsi que son vrai caractère (Omori et Terayama,

²⁵ La source de la citation de Suzuki, tirée de Loori (2004), n'a pas été retrouvée, malgré nos recherches dans les écrits de Suzuki.

trad. 1983); c'est du moins ce que soutient depuis longtemps la croyance est-asiatique (Seo et Addiss, 1998). La calligraphie zen est spontanée, simple, directe; plutôt rude que raffinée elle est parfois même irrévérencieuse. Tracée par des moines qui ont transcendé l'ego pour atteindre l'état de *mushin*, elle exprime néanmoins le caractère personnel de celui qui l'exécute. Cette calligraphie est empreinte d'une intensité spirituelle toute particulière; de longues années de formation et de pratique zen s'inscrivent dans la trace d'encre laissée par le moine (Addiss, 1989).

Il est difficile d'isoler les caractéristiques de l'art zen puisqu'il y a eu influence mutuelle entre spiritualité et courants artistiques. La calligraphie zen tout comme la peinture zen, couvre une large variété de manifestations, de méthodes, de techniques, de thèmes, de formes et de styles artistiques. Elle doit être resituée dans le contexte plus large de l'histoire de l'art de la Chine et du Japon ainsi que de l'évolution de l'art bouddhiste. S'étant dégagées des critères esthétiques qui balisaient les pratiques artistiques de l'époque, les créations artistiques empreintes de l'esprit zen, résultant d'une pratique qui s'est transformée en voie $(d\bar{o})$ (comme par exemple la voie de la calligraphie, shodō et la voie du thé, chadō), présentent une simplicité, une pureté, un naturel caractéristiques d'une esthétique particulière au zen (Brinker et Kanazawa, trad. 1996). Hisamatsu (1957/1971) dans son important ouvrage Zen and the Arts, présente les sept caractéristiques de l'art zen que sont l'asymétrie, la simplicité, l'austérité sublime, la spontanéité, la subtilité profonde, le détachement et la sérénité. Il importe de dire quelques mots à propos de chacune de ces caractéristiques qui qualifient un art s'incarnant dans une culture bien différente de la nôtre et qui, bien au-delà des valeurs esthétiques courantes, renvoient à des idéaux religieux et moraux.

L'asymétrie est l'absence de régularité au niveau de la disposition des formes dans l'espace; à un niveau plus profond, on parle d'un détachement face à la perfection plutôt que de sa négation; il s'agit d'une libération de la forme.

La simplicité est le caractère de ce qui est exprimé avec peu, du dépouillement de l'espace et de la forme; c'est un abandon qui mène là où il n'y a plus rien, où tout ne fait qu'un, sans limitation.

L'austérité sublime évoque la sobriété, la sécheresse de ce qui est avancé en âge, la disparition de la peau sensuelle pour ne laisser paraître que l'os, tout excédant éliminé par le passage du temps; ne subsiste alors que l'essence, la sublime beauté zen; devenir sec signifie atteindre l'apogée de son art, la qualité de la vie éternelle.

La spontanéité exprime la naïveté, le caractère de ce qui est dépourvu d'intention.

La subtilité profonde représente un raffinement qui s'abstient de tout dévoiler, où peu est révélé; il s'agit d'une profondeur sans fond, d'une noirceur d'où émane un grand calme.

Le détachement suggère la liberté face aux conventions et aux habitudes de ce monde.

La sérénité évoque la tranquillité, l'intériorité et le calme.

Ces caractéristiques forment un tout et sont indissociables. Elles reflètent des valeurs qui s'apparentent à l'esprit zen, des valeurs transmises par la tradition zen depuis des siècles et qui s'expriment à travers la pratique des arts. Mais la notion « d'art zen » est critiquée par certains auteurs contemporains tels Sharf (1993) et Levine (2007). Sharf souligne que l'Occident a développé une conception populaire de ce qu'est le zen comme étant une expérience personnelle de transcendance; il s'agirait d'une vision déformée témoignant d'une mauvaise interprétation de la doctrine traditionnelle du bouddhisme zen, une religion fortement ritualisée qui implique une vie monastique et une pratique aride. Il importe selon lui de resituer le discours

portant sur le zen dans son contexte historique et socio-politique. Ce discours a été introduit en Occident vers le milieu du 20^e siècle par une élite d'intellectuels japonais désireux de pénétrer l'Occident et de faire découvrir un nouveau bouddhisme, moderne, cosmopolite et universel, un bouddhisme essentiellement japonais affirmant que le zen est l'essence même de la culture japonaise, occultant ainsi ses origines chinoises, la contribution du confucianisme et du taoïsme ainsi que l'héritage transmis par la culture des lettrés chinois. Ce discours origine d'un nationalisme faisant l'apologie de la nation japonaise, de son caractère unique et supérieur. Il importe de se souvenir que lors de l'époque Meiji (1868-1912), le Japon a connu une importante réforme des politiques gouvernementales ainsi que de profonds changements sociaux découlant de la modernisation, de l'industrialisation et de l'urbanisation; conséquemment, le bouddhisme a connu persécution et problèmes financiers. En réaction à cet effondrement, une élite se porta à la défense du bouddhisme et des valeurs jugées uniques au Japon. Sharf insiste sur l'importance de recontextualiser le discours portant sur l'art zen.

De son côté, Levine (2007) soutient que le regard porté sur l'art zen tout comme la compréhension qui s'en dégage varient grandement selon le point de vue adopté (ex:histoire de l'art, études des religions) et selon l'observateur (ex:maître ou praticien zen, praticien d'un art traditionnel comme la cérémonie du thé, amateur d'art ou simple observateur attiré par l'idée populaire zen). Ces divergences de vues témoignent de la difficulté à saisir ce que représente la notion d'art zen.

Sans élaborer davantage sur le sujet, il importe de noter que les critiques portant sur la notion d'art zen invitent à la prudence. Il s'agit de demeurer vigilant, de recadrer le discours dans son contexte historique et d'éviter toute rhétorique romantique²⁶ face à

²⁶ Se référer à Saïd (1979). L'auteur discute de la notion d'orientalisme, qui témoigne d'une conception romantique et exotique qu'entretient l'Occident face à l'Orient.

la notion d'art zen. Il importe aussi de prendre en considération celui qui parle pour comprendre que c'est toujours à partir d'un point de vue spécifique qu'il prend parole sur l'art zen.

Le discours que j'élabore dans le cadre de la présente recherche s'appuie d'une part sur le regard que je porte sur ma propre expérience de la pratique de la calligraphie japonaise et d'autre part, sur mon affiliation à la calligraphie des moines zen ainsi qu'à celle des lettrés chinois.

La calligraphie des lettrés chinois

L'exploration de la tradition des lettrés chinois, plus particulièrement celle de la dynastie Song (960-1279), m'a permis d'élargir mes horizons et de comprendre la pratique de la calligraphie au-delà de la seule notion de la calligraphie d'inspiration zen. La tradition lettrée a été initiée par Confucius (551-479 av. J.C.). Selon la tradition chinoise, les lettrés sont des érudits, des personnes de grand savoir. Ils ont suivi la formation²⁷ officielle en préparation aux examens impériaux permettant d'accéder à une charge de fonctionnaire au sein du gouvernement, en plus d'avoir une formation en poésie, en calligraphie, en peinture (Escande, 2000). Il importe de souligner qu'il s'agit d'un système basé sur une méritocratie contrairement au Japon, où les lettrés sont issus de la classe aristocratique et ce, de père en fils.

Les lettrés se retrouvent au sommet de la hiérarchie sociale traditionnelle. Ils détiennent un vaste savoir dans des domaines aussi différents que la politique, l'administration, l'histoire, la littérature, la philosophie, les mathématiques, la médecine. Ils sont avant tout les représentants d'un statut social et se doivent d'être des modèles pour les autres. Ils sont proches du pouvoir mais conservent leur

²⁷ Les textes canoniques à la base de la formation obligatoire des fonctionnaires à partir de la dynastie Han (206 av. J.C.-220 ap. J.C.) jusqu'à l'aube du vingtième siècle, sont les six classiques confucéens (le Livre des odes, le Livre des documents, le Livre des rites, le Livre de la musique, le Livre des mutations, les Annales des Printemps et Automnes).

indépendance d'esprit, leur intégrité parfois au prix de l'exil, se réfugiant alors dans les montagnes optant pour un style vie taoïste ou bouddhiste, et parfois même au prix de leur vie. Lorsque qu'un lettré est choisi comme maître par exemple en calligraphie, l'apprenti acquiert peu à peu les qualités spirituelles de celui-ci. À travers le geste et le tracé calligraphique, l'apprenti revit le même geste qu'a vécu le maître et intègre ainsi ses qualités. Souvent désigné comme un Sage, le lettré doit assumer son statut ainsi que la responsabilité sociale qui en découle (Escande, 2001).

Les lettrés se définissent socialement par leur activité lettrée; ils ont pratiqué et théorisé l'art chinois mais ne se posent pas comme étant des artistes professionnels. Ils ne pratiquent leur art que lorsque leurs obligations de fonctionnaire leur en laissent le temps, dans leurs moments de loisirs. Celui qui se définit par sa pratique de l'art est considéré comme un artisan et non comme un artiste. Comme le souligne Escande (2000), « l'activité artistique lettrée est l'expression la plus noble et la plus accomplie de la quintessence spirituelle de la société chinoise. » (p. 3)

Les arts lettrés sont la poésie, l'art de l'écriture²⁸, la peinture et la musique²⁹. Ces disciplines représentent pour les lettrés les arts de l'esprit. Dès l'origine, les arts ont une fonction didactique essentielle. La pratique d'une activité artistique est une forme de philosophie. La transmission entre les générations est tributaire des témoignages des artistes lettrés qui théorisent leur pratique. En Chine, le terme qui désigne l'art (yi) ne se rapporte pas à une technique; son étymologie est « planter », « cultiver »; au fil du temps, le terme a pris le sens de cultiver sa personnalité, de se développer.

²⁸ L'utilisation de l'expression « art de l'écriture » est souvent privilégiée au terme « calligraphie » communément utilisée dans notre culture et qui renvoie étymologiquement à la notion de belle écriture.

²⁹ Dans les textes canoniques qui sont à la source de la formation des lettrés et qui remontent à plusieurs siècles avant notre ère, il est question de six arts : les rites, la musique, l'écriture, l'équitation, le tir à l'arc et l'arithmétique (Escande, 2000).

Depuis le 7^e siècle, l'art de l'écriture est qualifié en Chine de *shufa*. Il s'agit d'un mot comprenant deux caractères qui signifient respectivement « écrire » (*shu*) et « méthode », « discipline » (*fa*) référant à la discipline d'écriture. Cette discipline implique un travail sur soi. Dans la pensée confucéenne, alors que le caractère et les qualités morales de la personne sont ce qui importe davantage afin de participer à l'harmonie sociale, l'art de l'écriture permet d'apprendre à se connaître, à se contrôler et à s'épanouir dans le cadre de la société. Dans la perspective taoïste, l'objectif est de participer au mouvement perpétuel de l'univers, de s'ajuster au rythme de la nature en s'entraînant à une discipline donnée. L'artiste peut alors entrer en communion avec le principe même de la vie et à travers son art, laisser apparaître son état intérieur qui prend corps. Mais l'artiste doit d'abord maîtriser son art et ensuite, se charger d'une énergie spirituelle, à la source même de la vie, le tao où tout ne fait qu'Un (Vandier-Nicolas, 1963). La pensée bouddhiste³⁰ exerce également une importante influence sur la pratique des lettrés.

Le confucianisme, le taoïsme et le bouddhisme constituent ainsi les trois grands courants de pensée en Chine; à travers de stimulants échanges culturels, ils ont été mutuellement influencés au niveau de la philosophie, des arts et de la littérature (Brinker, 1985/1987; Brinker et Kanazawa, trad. 1996). Cette fusion syncrétique de la pensée et des thèmes qui caractérisent les différentes manifestations du confucianisme, du taoïsme et du bouddhisme trouve un profond écho dans la théorie *Trois croyances, une source*, théorie qui a exercé une forte influence en Chine. Plusieurs tableaux proposent des représentations de cette conception, comme l'œuvre *The Three Creeds*³¹ (voir la figure 3.7) qui personnifie Sākyamuni (bouddhisme),

³⁰ Brinker et Kanazawa (trad. 1996) soulignent certaines particularités que partagent les pratiques liées au bouddhisme et au taoïsme; par exemple, que tous deux tendent vers la réalisation, que d'une part, le tao est en toute chose et que d'autre part, la nature de bouddha est en chacun de nous.

³¹ Attribué à Josetsu, début du 15^e siècle. Ryōsoku-in, Kenninji, Kyōto (Brinker, 1985/1987, p. 14).

Confucius (confucianisme) et Lao-tzu (taoïsme); on peut également penser à l'œuvre *The Three Vinegar-Tasters*³² (voir la figure 3.8) qui tente de transmettre de façon allégorique le même message : le vinaigre provenant d'un même chaudron prend un goût différent selon celui qui le goûte; y sont encore personnifiés les trois patriarches.

³² Reisai, milieu du 15^e siècle. Umezawa Kinenkan, Tōkyō (Brinker, 1985/1987, p. 13).

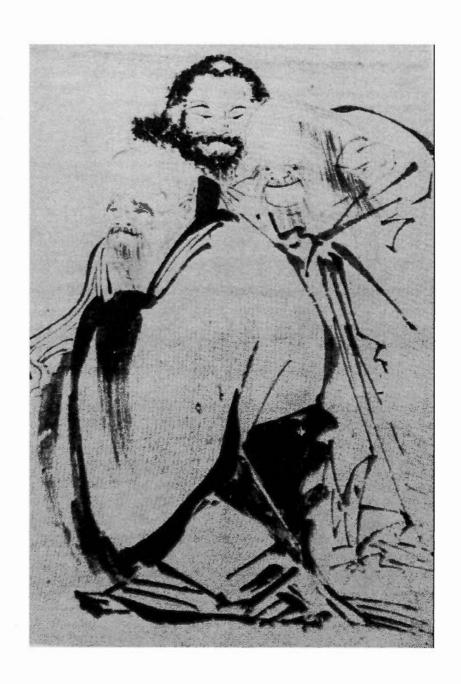


Figure 3.7 The Three Creeds (détail).



Figure 3.8 The Three Vinegar-Tasters (détail).

Il importe de retenir ici que le concept d'autocultivation n'est pas exclusif au bouddhisme zen. Cet esprit de cultivation de la personnalité animait déjà la pratique des lettrés, formés à partir des écrits du confucianisme qui prônait cette valeur d'autocultivation selon laquelle toute personne possède un potentiel humain qu'il s'agit de former et de développer³³. Se référer à l'expérience des lettrés permet de mieux comprendre la pratique et l'influence qu'exercent sur elle les différents courants de pensée tout comme les différents contextes culturels.

La prochaine section porte plus particulièrement sur l'expérience de la pratique calligraphique elle-même.

3.3 L'expérience de la pratique de la calligraphie

Les sections précédentes ont permis d'une part d'exposer certaines connaissances de base en calligraphie, d'en expliciter le processus d'apprentissage et d'autre part, d'explorer le concept d'autocultivation.

La présente section rassemble des réflexions sur l'expérience même de la pratique de la calligraphie. Dans un premier temps, la pratique sera interprétée à la lumière de la conception nishidienne. Dans un deuxième temps, il sera question du passage du corporel au spirituel; le lien entre la pratique de la calligraphie et la dimension spirituelle sera abordé. Enfin, l'expérience de la pratique sera explorée à partir du discours tenu par les praticiens.

3.3.1 Mise en œuvre esthétique de l'intuition agissante

Dans son essai portant sur la beauté de la calligraphie, Nishida (1930/1998) affirme que celle-ci exprime la beauté d'un rythme; plutôt que de reproduire un objet

³³ Pour en savoir davantage sur le confucianisme et le concept d'autocultivation, se référer aux écrits de Mullis (2005, 2007).

extérieur, elle manifeste les sentiments du calligraphe et c'est en cela que réside sa beauté, le sujet et l'objet ne faisant plus qu'un. Il précise que le calligraphe exprime « en toute liberté ³⁴, par le truchement de sensations musculaires, l'élan vital du moi grâce aux formes des caractères qui sont constitués de lignes et de points. » (p. 605) Il compare d'ailleurs la calligraphie à la musique, la qualifiant de « musique solidifiée », sa spécificité étant qu'elle manifeste le rythme de façon statique.

À partir de la définition nishidienne de la calligraphie, Kuroda (2009) tente de mieux comprendre ce qui s'éprouve dans la pratique de la calligraphie. Il pose ainsi plusieurs constats qui alimentent sa réflexion. Il souligne notamment que l'œuvre calligraphique relève de la genèse d'une forme; la forme tracée avec le pinceau sur le papier apparaît dans un espace vide, indépendamment du monde de la représentation. Ainsi s'ouvre un espace où se crée la forme au-delà de l'apparence extérieure des phénomènes pour en livrer l'essence intime. Il s'agit de l'apparition même de la vie, d'une manifestation de l'essence de la vie.

Vandier-Nicolas (1963) explique que l'artiste contemplatif, au cœur de cet espace de calme et de tranquillité dont il a été question plus haut, « entre en communion avec le principe même de la vie et se trouve en consonance avec tous les êtres et toutes les choses au sein du Tout. » (p. 4) L'artiste atteint l'union, cette perte de moi dans l'autre; le plan de la dualité est dépassé. L'état intérieur s'extériorise et prend corps; mais Vandier-Nicolas souligne que l'artiste doit d'abord apprendre son métier pour ensuite pouvoir se charger d'énergie spirituelle.

Le geste calligraphique ne consiste pas à calquer un modèle, mais plutôt à libérer la ligne qui n'imite plus le visible, mais rend plutôt visible le rythme de la vie. Le premier idéogramme, composé d'un trait horizontal, est considéré comme étant le

³⁴ Nishida (1930/1998) parle de liberté pour signifier que la calligraphie est libérée de la nécessité d'être utile ou de représenter l'objet.

plus important parmi les traits de base. Son tracé, comme le souligne Cheng (1996) est traditionnellement compris comme étant un acte qui sépare et unit à la fois le ciel et la terre; ce tracé constitue un geste primordial. Le calligraphe rejoint ainsi le mouvement de la création, cherchant à capter l'élan vital, à rendre visible le rythme et l'essence de la vie.

Kuroda (2009) propose enfin de comprendre la pratique de la calligraphie comme une mise en œuvre esthétique de l'intuition agissante. Le geste calligraphique qui naît de l'activité propre du calligraphe permettrait la saisie immédiate du rythme et de l'essence de la vie, là où le sujet et l'objet ne font qu'Un, domaine de l'intuition agissante.

L'intuition agissante ouvre la dimension où s'éprouve l'immédiateté de notre expérience du monde, source de toute connaissance réelle. Dans le champ de l'intuition agissante, l'idée de distinguer l'extérieur de l'intérieur est inconcevable. Cette distinction ne s'acquière qu'ultérieurement par une procédure d'abstraction réflexive à l'égard de l'expérience originelle qu'est l'intuition agissante. Ainsi, l'intuition agissante elle-même n'est pas la connaissance. Elle est toujours à l'œuvre en tant que saisie immédiate du monde. La calligraphie peut être comprise comme étant la mise en œuvre esthétique de l'intuition agissante dans le monde des formes.

À la lumière de ce qui a été exposé jusqu'ici, il importe de retenir que la pratique de la calligraphie permet d'entrer en relation avec soi et avec le monde, mais aussi de se relier à la dimension spirituelle, là où tout ne fait qu'Un. Une pratique régulière, soutenue, qui se maintient au fil des ans, permet non seulement l'expression et la transformation de la personnalité, mais donne accès à une expérience spirituelle qui s'incarne et prend forme. La prochaine sous-section explore ces liens entre la pratique de la calligraphie et la dimension spirituelle.

3.3.2 Du corporel au spirituel dans l'art

Un des principes essentiels de la calligraphie consiste à capter l'essence même de la vie, de l'Univers. La pratique de la calligraphie permettrait de donner forme à cette essence, faisant de la pratique une expérience allant « du corporel au spirituel » (Alexandre Journeau, 2009). Cette auteure développe une conception de la pratique de la calligraphie, qu'elle qualifie de parfaite interaction entre intériorité-extériorité, essence et substance, esprit et corps. Ainsi, la pratique permet de donner forme à travers le geste calligraphique à l'essence de la vie qui habite toute personne. À l'instar de Vandier-Nicolas (1963), elle affirme que l'espace de calme et de tranquillité créé par la pratique assidue permet à la personne d'être en contact avec cette essence primordiale, de la ressentir et de la laisser s'exprimer, hors de toute intentionnalité³⁵.

Dans La théorie du pinceau et de la calligraphie, Technique et Voie, Xu Hongliu³⁶ (Alexandre Journeau, 2009) note que dans ce qu'on appelle les « beaux-arts », tous considèrent le souffle de l'esprit comme essentiel. En amont de manifestations qui prennent de multiples apparences se cachent des essences que le souffle ou l'énergie (chi en chinois; ki en japonais) permet de transformer et d'exprimer. Xu Hongliu énonce quatre principes basés sur cinq éléments (esprit-souffle-os-muscle-sang)³⁷. Le cadre de la présente section ne permet pas d'entrer dans les détails de ces quatre principes et de ces cinq éléments, qui ne sont pas essentiels à la compréhension du propos. Ce qu'il importe de retenir c'est le recours aux métaphores liées au corps dans l'enseignement de la calligraphie. Les principes dont il est question ici mettent

³⁵ C'est le concept wu wei, dont il a été question à la section 3.2.1 qui est évoqué ici.

³⁶ Cet ouvrage a été publié en langue chinoise (Éditions artistiques populaires du Zhejiang). Je me réfère ici à la traduction française de Véronique Alexandre Journeau (2009).

³⁷ Il est intéressant de noter que traditionnellement, le discours portant sur la calligraphie chinoise fait fréquemment usage de métaphores. Se référer à Escande (2000, 2001).

en lumière de façon métaphorique le processus qui mène du corporel au spirituel (Alexandre Journeau, 2009). Hay (1993) souligne que les métaphores faisant appel à l'imagerie physiologique, souvent utilisées dans les textes traditionnels traitant de calligraphie, sont très efficaces et permettent une compréhension directe au niveau du ressenti. Par exemple, le maître peut très bien parler d'un trait en disant qu'il est osseux et manque de chair.

Escande (Sers et Escande, 2003) parle de la résonance des souffles, à la fois engendrée par la vie et le mouvement et engendrant vie et mouvement. Il s'agit d'une des règles importantes de la peinture chinoise traditionnelle. Cette résonance des souffles se manifeste aussi dans la trace calligraphique³⁸. À partir du 11^e siècle, cette règle porte également sur l'artiste; elle désigne sa capacité à entrer en résonance avec le monde qui l'entoure. Cette résonance est l'écho du mouvement de l'univers, ressenti à travers les cinq sens et traduit par le geste calligraphique. Escande (Sers et Escande, 2003) parle de « résonance intérieure ». Hay (1993) propose pour sa part une métaphore posant le corps humain comme étant la source microcosmique de valeurs macrocosmiques s'incarnant à travers le geste calligraphique.

Alexandre Journeau (2009) conçoit la pratique de la calligraphie comme étant un processus qui mène du corporel au spirituel. Il serait aussi possible de parler d'un processus qui mène du spirituel au corporel en ce sens que la pratique de la calligraphie permet le mouvement de l'essence à la substance, de l'essence à la forme. C'est comme s'il y avait un mouvement s'enchaînant en boucle. En effet, le geste calligraphique qui permet la mise hors de soi du souffle, permet également d'établir la relation au spirituel, mouvement du corporel au spirituel. Alexandre

³⁸ Il importe de comprendre que la peinture et la calligraphie partagent une commune origine. Même si la peinture existe en Chine depuis au moins l'ère paléolithique, elle n'est devenue un art que tardivement, entre le 6e et le 8e siècle, en étant constamment comparée à la calligraphie (Escande, 2001).

Journeau (2009) parle pour sa part d'un « principe constant de circularitérenouvellement spiralé, qui est aussi un mouvement de l'intériorité vers l'extériorité. » (p. 138), ce qui soutient en quelque sorte ma compréhension de la pratique.

3.3.3 Discours de praticiens

Le discours théorique entourant la pratique de la calligraphie a été exploré. Il a d'abord été question de la calligraphie en tant qu'art ainsi que de son apprentissage. Par la suite, le concept d'autocultivation a été exposé et examiné en lien avec la pratique des arts. Enfin, la pratique de la calligraphie elle-même a été abordée. Mais qu'en est-il de l'expérience même du praticien de calligraphie? La sous-section qui suit donne la parole aux praticiens.

Très peu d'écrits portent sur l'expérience de la pratique de la calligraphie telle que vécue par les praticiens eux-mêmes. Même si plusieurs des auteurs cités dans le cadre du présent chapitre sont également calligraphes à leurs heures, ils ne parlent pas directement de leur propre pratique et de l'expérience qu'ils en ont; ils tentent plutôt de théoriser la pratique. L'article de Hue (2010) portant sur la pratique de la calligraphie en tant que discipline spirituelle repose sur une méthodologie basée sur l'analyse de données provenant d'une part de textes historiques sur le sujet et d'autre part, du récit de sa propre pratique. Mais les données brutes portant sur sa propre expérience de praticien ne sont pas accessibles; l'auteur présente l'expérience de la pratique de façon générale, en lien avec les thèmes identifiés lors de l'analyse des textes historiques. Cette approche bien qu'intéressante, donne peu accès à l'expérience unique du praticien.

L'expérience de Fabienne Verdier, artiste peintre, est très significative dans le cadre de la présente recherche. Verdier (Juliet, 2007; Kidel, 2012; Verdier, 2003, 2011;

Von Drathen, trad. 2012) parle de son expérience de la pratique et de son œuvre. Suite à ses études à l'école des beaux arts de Toulouse, Verdier, alors dans la vingtaine, part pour la Chine où elle étudie la calligraphie. Elle y restera dix ans, expérience qu'elle qualifie de parcours initiatique et qu'elle décrit dans son livre *Passagère du silence* (Verdier, 2003). Il importe de préciser que Verdier se considère avant tout comme un peintre, demeurant cependant profondément attachée à la calligraphie, à la source de sa formation.

Verdier parle essentiellement de sa pratique artistique, de son processus de création. Elle explique qu'elle aspire à faire ressentir le mouvement de la vie, à transmettre à travers ses œuvres l'essence d'une réalité universelle. « Le tableau n'est que le fruit du vécu de l'expérience intime du peintre. L'esprit, la chair, la sensualité de l'œuvre révèlent cette vérité au monde. C'est finalement une sorte de spiritualité portée par une substance physique. » (Juliet, 2007, p. 59)

Le processus artistique de Verdier porte l'empreinte de l'expérience qu'elle a eu de la calligraphie; en ce sens, sa pratique exige solitude, silence et détachement; elle explique avoir besoin de faire le vide notamment à travers la méditation afin de laisser émerger ce qui est déjà en elle. Il s'agit essentiellement d'une attitude de vie au quotidien, d'un mode de vie (Juliet, 2007; Von Drathen, trad. 2012). Pour laisser résonner en elle l'énergie vitale, transmettre le souffle et donner corps au rythme, Verdier se laisse parfois transporter par la musique; elle s'est elle-même initiée au chant ce qui, explique-t-elle, vivifie le trait et éveille en elle les énergies dormantes. « Le chant se réalise au centre de moi-même, il m'élève à la pure intériorité, une liberté me traverse et me procure une joie intense. Je trouve là une source vive pour la peinture. » (Juliet, 2007, p. 65)

Ce qu'il importe de souligner ici, c'est que Verdier parle principalement de sa démarche de création, une démarche essentiellement tendue vers l'œuvre. Elle ne

parle pas vraiment de son art comme d'une pratique d'autocultivation; elle focalise sur son processus de création, un processus qui la transforme. Nous sommes ici plus près de la conception valéryenne de l'art. D'une part, sa pratique artistique transforme sa vie, lui permet de mettre au jour ce qui est déjà présent en elle (Verdier, 2011); d'autre part, ses œuvres témoignent de sa spiritualité, en filiation avec la tradition chinoise dans laquelle elle a été formée, ses œuvres devenant manifestation à la fois de son intériorité et du mouvement de l'Univers.

L'examen des écrits permet de réaliser qu'il s'est écrit très peu de choses sur l'expérience de la pratique de la calligraphie. Les auteurs dont je viens de parler s'intéressent à la question, mais sans préciser ce que la pratique leur enseigne et le sens qu'elle prend dans leur vie. Hue (2010) aborde le sujet de la pratique en s'appuyant sur des écrits historiques portant sur la calligraphie dont il tire les thèmes à travers lesquels il traite de la pratique plutôt que de faire directement référence à sa propre expérience de la pratique. Les propos de Verdier (Juliet, 2007; Verdier, 2003, 2011; Von Drathen, trad. 2012) se rapprochent davantage de l'expérience du praticien et éveillent en moi de profondes résonances. Marquée par sa formation calligraphique en Chine, Verdier y puise les concepts qui nourrissent sa démarche artistique et qui lui permettent d'en faire l'analyse. Mais ce qui me démarque de Verdier est le point de vue qui inspire ses propos; elle parle essentiellement de la production des œuvres et de l'analyse de son processus de création alors que je m'intéresse fondamentalement à la pratique elle-même. Notons finalement que les praticiens asiatiques ne parlent tout simplement pas du phénomène de la pratique.

La présente étude tente de combler un manque à ce niveau. Le point de vue adopté ici est celui d'une praticienne de calligraphie qui explore sa propre expérience du phénomène de la pratique. Cette recherche porte sur la pratique elle-même plutôt que sur la démarche artistique et sur la production des œuvres. À l'instar de Moustakas (1961) qui étudia le phénomène de la solitude à partir de sa propre expérience, mon

analyse s'appuie sur mon expérience de la pratique de la calligraphie afin d'en dégager un savoir qui pourra ouvrir une voie d'échange et de discussion.

Avant de présenter les résultats de la recherche qui porte sur mon expérience de la pratique calligraphique, il importe de décrire ma pratique. Le prochain chapitre traite de l'origine de ma pratique, des phases de mon cheminement ainsi que de l'exposition doctorale.

CHAPITRE IV

MA PRATIQUE

Le présent chapitre porte sur ma pratique calligraphique au fil des ans. Sur un ton qui se veut plus personnel, il vise à décrire rétrospectivement et chronologiquement mon expérience de la pratique à ce jour, les différentes phases traversées, mais aussi à poser un regard global sur cette expérience. Dans un premier temps, il est question de l'origine de ma pratique de calligraphie japonaise. Par la suite, les phases de mon cheminement sont relatées. Pour conclure, la dernière section traite de l'exposition qui s'est tenue dans le cadre de la recherche doctorale.

4.1 L'origine de ma pratique de calligraphie japonaise

Ma pratique de calligraphie japonaise a débuté en 1998 sous la direction d'Okata sensei. À mes débuts, j'aurais plutôt dit que je commençais à suivre des cours de calligraphie, car la notion de pratique n'est apparue que plus tard dans mon cheminement, comme nous le verrons à la section 4.2. Mais avant d'explorer le cours de ma pratique, il m'importe de m'attarder au chemin qui m'a conduite à la calligraphie japonaise.

J'ai toujours été attirée par les activités artistiques. À l'âge de quatre ans, j'ai débuté des cours de bon parler français, ce que l'on nommait à l'époque « cours de diction », auprès de Liette Duhamel¹, formation de plus de treize ans qui m'a menée à l'obtention d'un diplôme d'enseignement de la Société du bon parler français. Par le biais de cette formation, j'ai étudié la phonétique, la littérature, la poésie, le théâtre

¹ Liette Duhamel (1914-2003) était professeure de français oral au Studio Liette-Duhamel à Montréal, studio qu'elle a fondé et qui était affilié à l'Académie des écoles de diction de la Société

ainsi que l'art de l'interprétation. J'ai également étudié le ballet classique de huit à 12 ans et plus tard, à la mi-vingtaine, le ballet jazz pour une période d'environ cinq ans. De plus, j'ai participé à des ateliers de peintures et de cinéma lors de mes études collégiales. Mais suite au début de ma carrière de psychologue, carrière qui mobilisait alors toutes mes énergies, j'ai peu à peu délaissé les activités artistiques.

À la mi-trentaine, vers le début des années 1990, ressentant un certain vide existentiel, j'ai repris contact avec le monde des arts afin de nourrir une facette de ma vie que j'avais négligée. J'ai pris des cours de dessin au Centre des arts visuels de Montréal² et participé à des ateliers de modèle vivant. J'ai par la suite suivi des cours d'aquarelle de 1993 à 1998, tout d'abord avec Jacques Hébert, aquarelliste de la Société canadienne d'aquarelle, puis avec Ming Ma, aquarelliste originaire de Hong Kong qui vivait à Montréal à l'époque. La rencontre avec Ming Ma en 1995 a été déterminante. D'une part, il a su reconnaître et soutenir l'énergie créatrice qui m'habitait et d'autre part, il m'a fait découvrir la peinture traditionnelle chinoise ainsi que l'art de la calligraphie. L'intérêt suscité allait mener à la rencontre d'Okata sensei, lors d'un atelier de calligraphie auquel j'ai participé au pavillon japonais du Jardin botanique de Montréal en 1998.

Plusieurs éléments expliquent le coup de foudre ressenti pour les arts traditionnels asiatiques, et plus particulièrement pour la calligraphie japonaise. Déjà intéressée par la méditation, notamment la méditation zen, la calligraphie me paraissait favoriser un état méditatif en ouvrant un espace de calme et de centration, espace dont j'avais d'ailleurs besoin dans le cadre de mon travail en tant que psychologue en oncologie/soins palliatifs, mais aussi sur le plan personnel. De plus, les caractéristiques esthétiques de la calligraphie me plaisaient particulièrement : art

² Le Centre des arts visuels est un organisme culturel sans but lucratif. Il s'agit d'une école d'art privée, indépendante, offrant au grand public un programme de beaux-arts et d'arts appliqués.

abstrait³, épuré, monochrome (bien qu'il s'agisse de multiples nuances de noir et de blanc), mise en valeur du mouvement et de l'espace. J'ai été séduite par cet art traditionnel qui est entré en résonance avec ma personnalité profonde. La pratique de cet art exige engagement, patience, discipline et valorise la tradition; de plus, elle ouvre un espace de calme, un espace méditatif qui favorise la centration. Je me suis spontanément inscrite aux cours d'Okata sensei. Dès lors, la calligraphie japonaise prenait place dans ma vie. J'ai étudié 14 ans avec Okata sensei, jusqu'à son décès en 2011; j'ai aussitôt poursuivi mes études calligraphiques avec Wang sensei, qui m'a enseigné lors de mon séjour au Japon au cours de cette même année. Il m'enseigne toujours à ce jour⁴.

4.2 Les phases de mon cheminement

Le regard porté sur mon expérience de la pratique calligraphique a permis d'identifier trois phases caractérisant mon cheminement. La première phase est celle de l'apprentissage, principalement axée sur les aspects techniques de la calligraphie; elle est aussi marquée par l'émergence d'un questionnement. La deuxième phase traite de l'approfondissement de ma pratique et des événements qui l'ont marquée. Enfin, la dernière phase témoigne d'une émancipation de ma pratique⁵. Ces phases seront décrites et commentées dans la présente section portant sur ma pratique

³ Bien que la calligraphie japonaise tout comme la calligraphie chinoise soit une forme d'écriture, le message transmis m'échappe au premier abord puisqu'il s'agit d'une langue écrite qui m'est inconnue. En ce sens, l'œuvre peut paraître abstraite.

⁴ Wang sensei a accepté de m'enseigner, malgré la distance qui sépare nos lieux de résidence. Il m'indique les œuvres à étudier et m'envoie des modèles par courrier. Je lui envoie régulièrement mes copies d'exercice qu'il corrige et me renvoie avec les corrections et les indications nécessaires. Le fait que j'aie déjà bon nombre d'années d'expérience dans la pratique calligraphique facilite ce processus à distance. De plus, lors de mes séjours au Japon, je prends une série de cours intensifs avec Wang sensei.

⁵ Je suis consciente que de parler de l'émancipation de la pratique peut porter flanc à la critique puisqu'ultimement, c'est la personne qui s'émancipe. Mais je tiens à souligner l'émancipation vécue au cœur même de ma pratique, pratique qui s'est affranchie de certaines idées préconçues et croyances.

calligraphique depuis ses débuts, en 1998. Des informations d'ordre factuel relatives à ma formation en calligraphie japonaise sont également relatées, permettant de reconstituer l'histoire de ma pratique calligraphique. La figure qui suit présente une vue chronologique de mon cheminement.

1ère phase: apprentissage

--- 1998, début des cours de calligraphie avec Okata sensei

---2001, émergence d'un questionnement/exploration

2e phase: approfondissement

---2007, début de la démarche doctorale

---2011, séjour de trois mois au Japon,

études calligraphiques avec Wang sensei à Kyōto;

décès d'Okata sensei;

poursuite de mes études calligraphiques avec Wang

sensei

---2012, tenue de mon exposition doctorale

3e phase: émancipation

---2016, prise de conscience lors d'un séjour au Japon

Figure 4.1 Vue chronologique des phases de mon cheminement.

4.2.1 Première phase : l'apprentissage de la calligraphie

La première phase de mon cheminement est celle de l'apprentissage de la calligraphie, principalement centrée sur les aspects techniques. J'ai débuté mes cours de calligraphie en 1998 auprès d'Okata Hiroko (Suiha), à l'École de calligraphie japonaise de Montréal, école qu'elle a fondée au début des années 1980. J'ai étudié auprès d'elle plus de 14 ans, plus précisément jusqu'à son décès survenu en 2011.

Il s'agissait de cours privés d'une durée de deux heures, auxquels j'assistais au rythme d'une fois semaine, bien que durant une période de près de deux ans, j'y aie assisté à raison de deux fois semaine. Après quelques mois d'étude, jugeant mon engagement assez sérieux, Okata sensei m'a inscrite à la Société japonaise de l'enseignement de la calligraphie (Nihon Shodō Kyōiku Gakkai) à Tōkyō, une école d'enseignement privée à laquelle elle était affiliée, afin que je puisse suivre une formation reconnue au Japon et recevoir les grades que cette société décerne.

Au Japon, la majorité des écoles de calligraphie sont privées, chacune ayant son propre mode de fonctionnement. Certaines d'entre elles sont accréditées par le Ministère de l'éducation, dont la Société japonaise de l'enseignement de la calligraphie où je suis inscrite. Cette société dirige également des succursales dans plusieurs villes japonaises. Toute personne peut s'inscrire à cette école; les étrangers désirant étudier la calligraphie peuvent aussi s'y inscrire et suivre des cours auprès d'un sensei affilié. Le système de classement des étudiants japonais dépend de leur âge et correspond en quelque sorte à leur cheminement dans le système scolaire régulier; par exemple, l'écolier de niveau élémentaire sera dirigé vers le niveau de cours calligraphique correspondant à ce niveau scolaire. Dans le cas d'un étudiant étranger, plus particulièrement lorsqu'il s'agit d'un adulte, le sensei jugera du niveau approprié auquel faire débuter sa formation.

En calligraphie, comme dans le cas d'autres disciplines traditionnelles japonaises (par exemple, les arts martiaux), le système de grades comprend les kyu (dix niveaux, de dix à un) et les dan (dix niveaux, de un à dix). L'étudiant débute au dixième kyu pour atteindre le deuxième kyu; il obtient ensuite le niveau shodan qui correspond à la première dan. Par la suite, toujours selon ses progrès, l'étudiant obtient les niveaux deuxième dan, troisième dan et ainsi de suite. L'école publie mensuellement une série de revues présentant les modèles calligraphiques à l'étude, selon les niveaux (par exemple, niveaux élémentaire, secondaire ou universitaire), selon les grades

obtenus (par exemple, kyu ou dan), et selon le sujet d'étude (par exemple, l'étude des kanji ou des hiragana). L'étudiant étudie et copie le modèle approprié sous la direction du sensei. La meilleure copie effectuée durant le mois est envoyée à l'école pour être jugée et notée par un comité de juges formé de calligraphes experts qui se réunissent mensuellement à cet effet, ce qui permet à l'étudiant de progresser dans l'échelle des grades. Au niveau des dan, la possibilité de monter en grade dépend d'un examen trimestriel spécial, bien que les copies soient évaluées à chaque mois. Des frais mensuels sont exigés pour chacun des fascicules de modèles ainsi que pour les tests; un montant supplémentaire est demandé pour l'examen trimestriel. À ces frais s'ajoutent les coûts de la formation auprès du sensei. J'ai personnellement étudié les kanji pendant environ 13 ans (grade obtenu: cinquième dan, niveau universitaire); par la suite, j'ai aussi étudié le chōwa-tai⁶, qui combine les caractères chinois (kanji) et les caractères japonais (kana), pendant une période d'environ cinq ans, (grade obtenu: sixième dan, niveau collégial).

Les cours de calligraphie suivis auprès d'Okata sensei se déroulaient généralement en deux temps : la correction des copies d'exercices exécutés à la maison durant la semaine et la session calligraphique proprement dite. Ainsi, dans un premier temps, Okata sensei corrigeait les copies exécutées durant la semaine à la maison : elle refaisait avec une encre orangée le tracé des kanji à l'étude par dessus le tracé que j'avais fait à l'encre noire, ce qui permettait de visualiser à la fois le trait juste ainsi que les erreurs que j'avais commises. Par la suite, la session calligraphique débutait. Okata sensei exécutait un modèle calligraphique consistant soit en un nouveau trait (lors des premiers mois d'études) soit en un modèle exécuté selon l'exercice mensuel imposé par l'école de Tōkyō, modèle que je reproduisais et qu'Okata sensei corrigeait au fur et à mesure; ce même modèle allait faire l'objet d'exercices à réaliser à la

⁶ La Société japonaise de l'enseignement de la calligraphie a créé son propre style *chōwa-tai* qu'elle a nommé *shinwayo*.

maison avant le cours de la semaine suivante. Évidemment, la complexité des traits à exécuter tout comme des modèles à reproduire augmentait avec le temps, selon les progrès enregistrés auprès de l'école. En période de préparation pour une exposition⁷, préparation pouvant durer de quatre à cinq mois par année, la dernière heure de cours était consacrée exclusivement à l'étude et à la préparation de l'exposition (choix de l'œuvre, de la dimension, du style, du papier, travail calligraphique).

Entre chaque cours de calligraphie, il y avait les sessions de calligraphie à la maison. Comme la régularité est importante dans ce type d'apprentissage, je m'efforçais de tenir une session de calligraphie quotidiennement ou sinon à raison de trois ou quatre fois par semaine. Les paragraphes qui suivent présentent la description d'une session de calligraphie à la maison; une photo (figure 4.2, p. 115) illustre l'espace dédié à la session de calligraphie. La session décrite ci-dessous a eu lieu le 8 juin 2010, alors que j'étais déjà investie dans la recherche doctorale; conséquemment, il est possible de noter que la notion de pratique apparaît dans le discours.

Comme à l'habitude, je m'installe au solarium à la maison de campagne. Entourée par la nature, j'ai l'impression d'en faire partie.

Il est 15 h 30; cette période de la journée me plaît pour m'arrêter, me détendre et me centrer sur ma pratique. Je suis seule et j'ai veillé à ce que rien ne me dérange. Un espace-temps qui m'est précieux et que je crée avec attention.

Dans la culture de ce type de pratique, les compétitions internationales sont d'usage un peu comme les concours internationaux sont d'usage dans le domaine musical. Ma pratique m'a menée à participer à la Japanese Calligraphy Competition of America, exposition annuelle présentée au Japanese American Cultural and Community Center de Los Angeles de 1999 jusqu'à la dernière année de la tenue de cet événement en 2005; j'ai également participé à la compétition annuelle de l'International Calligraphy Association, exposition présentée au Musée d'art métropolitain de Tōkyō de 2001 à 2011. Au fil des ans, j'ai reçu plusieurs prix et mentions spéciales dans le cadre de ces deux expositions.

Je pose un à un les objets nécessaires à ma pratique sur la vieille table de bois recouverte d'une épaisse couverture de laine servant à la protéger des taches d'encre. Un vase chinois ancien reste en permanence sur le coin gauche de la table, comme s'il tenait le phare; témoin silencieux de ma pratique, il m'aide à rester en contact avec l'énergie de l'univers calligraphique et l'induit lors des sessions de pratique. Je m'assois sur mon tabouret de piano préalablement réglé à la hauteur qui convient. Je dépose ma pierre à encre à ma droite ainsi que mon bâton d'encre, mon verseur d'eau et mon appui pinceau. Face à moi, je pose le feutre qui rend la surface de la table plus uniforme tout en absorbant l'excédent d'encre au besoin. J'y place le poids qui servira à tenir la feuille bien en place. À ma gauche, je dépose le modèle de calligraphie à l'étude. Je déroule mon étui à pinceaux, un petit tapis de paille bleu indigo où sont rangés mes pinceaux de différentes grosseurs, ceux qui servent à ma pratique régulière. Je choisis mon pinceau pour la session d'aujourd'hui, selon la dimension des *kanji* à l'étude.

Je suis prête à faire mon encre, moment privilégié de méditation. Je verse un peu d'eau, très peu, sur la pierre et y frotte mon bâton d'encre d'un mouvement doux et régulier. Plusieurs minutes sont consacrées à cette étape, jusqu'à ce que l'encre atteigne la consistance et l'intensité de noir désirées. L'encre emplit l'air ambiant de son odeur subtile et enivrante. Quel plaisir!

Tout est finalement prêt, l'encre mais aussi mon corps et mon esprit qui espérons-le, pourront s'unir l'espace d'un moment au cœur du geste calligraphique.

Je prends une feuille de pratique standard (24 cm x 33 cm) et la plie avec délicatesse sur le sens de la longueur une première fois, puis une deuxième fois. Je la plie ensuite en deux dans l'autre sens. J'ai prévu une bande d'environ deux centimètres sur la longueur du côté gauche, bande qui me permettra de signer le travail et d'inscrire mon degré d'étude. Une fois dépliée, la feuille porte les

marques du pliage, esquissant quatre grandes cases chacune subdivisée en deux sur la longueur; ces marques me permettront de respecter l'équilibre des caractères à tracer en me servant de guide. Mon modèle aujourd'hui comporte quatre caractères chinois.

Je dépose la feuille de papier sur le feutre devant moi après avoir bien identifié au toucher, la face sur laquelle on calligraphie, c'est-à-dire la face la plus douce de la feuille. J'y dépose mon poids tout en haut. Je pose ma main gauche sur le coin gauche au bas de la feuille pour la maintenir bien en place. Je prends conscience de ma posture; bien droite, le dos légèrement penché vers l'avant. Mes pieds sont posés bien à plat sur le sol. Je centre mon attention et mon énergie.

Je saisis le pinceau m'assurant de bien le tenir, le charge d'encre à partir de la pierre, contrôle la quantité d'encre retenue et affûte la pointe en la lissant sur le bord de la pierre. J'observe le modèle et tente de visualiser le tracé. Je me recentre, j'inspire et attaque le premier trait dans la case du haut, à droite. Le caractère se forme suivant le rythme, la vitesse et la pression que je transmets au pinceau. Je ressens le grain du papier sous les poils du pinceau, je l'entends laisser sa trace. Je jauge le résultat que je trouve plutôt décevant. J'ai beau observer le modèle, il me semble pourtant en avoir suivi le tracé mais ma main ne réussit pas à reproduire ce qui a été vu et probablement mal jaugé. Je suis tendue, je le réalise et tente de lâcher prise. J'entends la voix de sensei qui me dit « doucement, sans attente». Je poursuis avec le deuxième caractère, dans la case de droite en bas. Pas tellement mieux. Je continue en traçant le troisième caractère en haut à gauche puis finalement, je termine l'exercice avec le quatrième caractère en bas à gauche. Insatisfaite, je recommence encore et encore. Parfois, en de rares occasions qui sont d'ailleurs hors de mon contrôle et de ma volonté, je perds cet œil observateur qui juge et je m'oublie dans la pure expérience du geste calligraphique. Ce moment où le temps est suspendu et où se crée un espace de relation entre le lieu, le matériel, le modèle du maître, le calligraphe et le geste est unique. Quel bonheur de se perdre dans l'activité, de ne faire qu'un avec tout ce qui est. Mais alors que je le réalise, je suis déjà de retour dans ma tête et le jugement revient; je redeviens « sujet » face à ma copie de calligraphie.

Je ne suis jamais vraiment satisfaite du résultat; je suis même parfois contrariée. C'est alors que je me parle et que je me rappelle que l'important, ce n'est pas le résultat mais la pratique elle-même, une pratique régulière, répétée, incessante.

Je calligraphie le modèle encore et encore. Après deux heures d'exercices, je sélectionne cinq copies que j'apporterai à *sensei* pour qu'elle les corrige. Son encre orangée me montrera le tracé juste.

Je nettoie et range mon matériel. Toujours les mêmes gestes, devenus rituel. Je rince délicatement la pointe de mon pinceau sous un mince filet d'eau en prenant soin d'enlever l'excédent d'eau à l'aide d'un papier absorbant. Je nettoie la pierre à encre sous l'eau pour éviter que l'encre y sèche et y laisse des dépôts qui nuiraient à la qualité de l'encre à venir. Tout est rangé. Ne reste que mon vase chinois, chaudron alchimique, à la fois témoin et gardien de l'énergie calligraphique.

Je suis fatiguée aujourd'hui, fatiguée mais tout de même détendue et satisfaite.

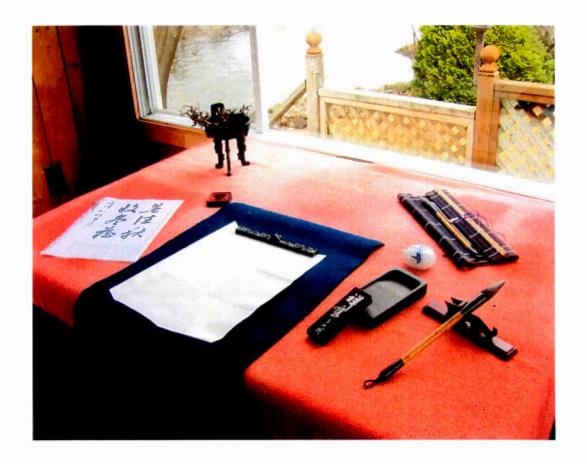


Figure 4.2 Installation pour une session de calligraphie à la maison.

Lorsque j'ai commencé les cours de calligraphie, mon but était d'apprendre l'art de la calligraphie japonaise. J'ignorais alors que je m'engageais dans un cheminement qui allait devenir une pratique, notion qui a émergée au fil du temps. Au début, les cours de calligraphie sont centrés sur les aspects techniques de l'art calligraphique. Il s'agit de la période d'apprentissage. L'énergie de l'apprenti est mobilisée à découvrir une nouvelle forme d'art, de nouveaux outils, de nouvelles techniques ainsi qu'un univers encore inexploré.

D'une part, j'ai fait connaissance avec les outils, souvent désignés comme étant les quatre trésors du calligraphe, soit le pinceau, l'encre, la pierre à encre et le papier. J'ai dû les apprivoiser, apprendre à les manipuler. J'ai appris à tenir le pinceau et à en exploiter toutes les ressources, à jauger la quantité d'encre qu'il doit absorber, à contrôler la pression exercée sur lui mais aussi la vitesse et le rythme de sa danse sur le papier. J'ai appris à faire l'encre avec patience, en frottant tout doucement et patiemment le bâton d'encre sur la surface de la pierre à encre, utilisant juste assez d'eau pour obtenir la consistance voulue. J'ai peu à peu découvert les différents papiers, leur texture et leur capacité d'absorption, facteurs qui influencent grandement l'exécution des traits. Je me suis aussi peu à peu accoutumée à adopter une position qui permet au corps de laisser circuler le mouvement et l'énergie. D'autre part, il m'a fallu apprendre les différents traits de base en calligraphie et m'initier à reconnaître les différents styles d'écriture. L'apprentissage consiste à expérimenter ainsi qu'à coordonner tous ces éléments. Mon attention était centrée sur les aspects techniques alors que mes sens étaient sollicités de toute part; j'étais envoûtée par l'odeur de l'encre qui flottait autour de moi, absorbée et fascinée par l'observation des traits calligraphiques et des œuvres de grands maîtres du passé, touchée au sein même de mon corps qui apprenait à manipuler les outils et à reproduire la danse calligraphique.

Ainsi, les premières années de ma pratique ont été mobilisées par l'apprentissage de la technique. Mais au delà de la technique, il y a aussi eu la découverte d'un univers, d'une culture totalement différente de la mienne. Pour moi, l'expérience était passionnante, empreinte d'exotisme. J'ai commencé à faire des lectures dans différents domaines reliés à la calligraphie japonaise, comme l'histoire, la philosophie, les arts et la littérature; tout m'intéressait. Dès le départ, j'ai développé une affiliation avec la calligraphie des moines zen et je me suis intéressée plus particulièrement à ce sujet. J'étais fascinée, impressionnée et en ce sens, ma vision de

l'univers calligraphique, du Japon et du zen était empreinte d'une naïveté, d'un romantisme donnant place à la rêverie, à une sensibilité toute particulière.

Lors de ces premières années d'apprentissage en calligraphie, une intuition s'est rapidement imposée en moi, me menant à croire que l'apprentissage que je faisais allait bien au delà du simple apprentissage de la calligraphie. Probablement que le fait d'être psychologue a contribué à susciter cette impression. Vers le début des années 2000, un questionnement qui allait devenir de plus en plus persistant a commencé à m'habiter: que se passe-t-il au fil de l'apprentissage? Il me semblait que toute ma personne était touchée par mon apprentissage en calligraphie; la notion de pratique a commencé à faire émergence dans ma conscience. D'abord une activité parmi d'autres, la calligraphie en est venu à prendre de plus en plus de place au sein de ma vie. Par exemple, j'ai pu observer que la patience que je développais au sein de mon apprentissage calligraphique se transférait peu à peu dans ma vie quotidienne; de même, la centration que favorise l'apprentissage influait sur ma qualité de présence dans mon travail psychothérapeutique. De plus, mon intérêt particulier pour la calligraphie des moines zen me portait à croire que la calligraphie allait au delà de la technique et comportait une dimension spirituelle. J'avais un impératif besoin de comprendre.

Il était pratiquement impossible de discuter de ces questions avec Okata sensei qui esquivait la plupart du temps mes tentatives en ce sens. Je me heurtais à la tradition qui veut que l'enseignement de la calligraphie se fasse hors du discours; il n'est pas nécessaire de comprendre, il s'agit de faire. J'ai alors commencé à faire des recherches et à rencontrer différentes personnes susceptibles de soutenir et de nourrir ma réflexion. Je ressentais un ardent désir de comprendre ce qui se passait en moi, au sein de mon apprentissage calligraphique. Afin de poursuivre ma réflexion plus avant, j'ai entrepris en 2007, une démarche doctorale en études et pratiques des arts à l'Université du Québec à Montréal.

Cette période de questionnement était annonciatrice non pas de la fin de la phase d'apprentissage, puisque cet apprentissage se poursuit tout au long de la vie du praticien, mais plutôt de l'émergence d'une autre phase au sein de laquelle la notion de « pratique » occupe une place centrale; comme si, lorsque l'univers de la calligraphie devenait plus familier, d'autres considérations apparaissaient à la conscience. L'approfondissement de ma pratique calligraphique constitue l'essentiel de la seconde phase de mon cheminement, ce dont traite la prochaine sous-section.

4.2.2 Deuxième phase : l'approfondissement de ma pratique

La deuxième phase de mon cheminement se caractérise par l'approfondissement de ma pratique calligraphique, mais aussi de ma réflexion sur la notion même de pratique. La transition s'est faite très subtilement entre la phase d'apprentissage et la phase d'approfondissement. Cette dernière s'est en fait superposée à la première, donnant à mon expérience plus de profondeur. J'ai continué à parfaire ma technique calligraphique au fil de la pratique, qui peu à peu a pénétré toutes les dimensions de ma vie. De plus, la réflexion portée sur cette pratique allait me permettre de mieux comprendre ce qui se passait chez moi.

Le point marquant de la deuxième phase de mon cheminement a été sans conteste le début de ma démarche doctorale en 2007. Plusieurs autres expériences ont également eu un impact décisif au cours de cette phase d'approfondissement, dont les plus importantes sont un séjour de trois mois au Japon, l'exposition doctorale ainsi que la relation avec les *sensei*.

4.2.2.1 L'impact de la recherche doctorale

Suite à plusieurs années de questionnement, de lectures et de rencontres, j'ai débuté mes études doctorales en 2007, convaincue qu'une démarche plus structurée allait me permettre de poursuivre et d'approfondir ma réflexion. La position réflexive induite

par la démarche doctorale m'a permis de mieux comprendre ma propre expérience de la pratique calligraphique. J'ai pris conscience, à travers l'écriture et l'analyse de mon journal de pratique, du sens que prend la pratique calligraphique dans ma vie. S'engager dans une pratique calligraphique correspond à s'engager dans une discipline qui exige rigueur, constance et persévérance, ce qui imprime un rythme et un mode de vie qui pénètre toutes les dimensions de l'existence. En ce sens, la pratique calligraphique a peu à peu pénétré toute ma vie et lui a donné forme. J'ai la conviction que la démarche de recherche a favorisé cette prise de conscience, sans compter l'impact qu'a également eu sur moi la pratique elle-même ainsi que le passage du temps. La question de l'impact de la recherche doctorale sur ma pratique calligraphique elle-même sera examinée plus avant au chapitre VI portant sur la discussion des résultats.

4.2.2.2 L'impact du séjour au Japon

À l'hiver 2011, je suis partie seule pour effectuer un séjour de trois mois au Japon, plus précisément à Kyōto. Il s'agissait d'un projet que je nourrissais depuis quelques années déjà, désirant m'immerger dans la pratique au cœur même de la culture japonaise. Bien que ce séjour n'était pas essentiel à ma démarche doctorale, j'avais la certitude qu'un tel séjour allait enrichir non seulement ma pratique, mais aussi mon expérience dans son entièreté. Il s'agissait en quelque sorte pour moi d'un passage obligé.

J'ai choisi Kyōto parce que cette ville est reconnue comme étant un haut lieu de la culture traditionnelle japonaise. De plus, y ayant séjourné à plusieurs reprises auparavant, j'y connaissais déjà plusieurs personnes reliées aux milieux de la calligraphie et de la culture zen qui pouvaient m'appuyer et me guider. J'ai bénéficié

d'une bourse à la mobilité, pour un stage hors Québec⁸, grâce à l'appui de l'International Research Institute for Zen Buddhism (IRIZ), affilié à l'Université d'Hanazono à Kyōto, où j'ai été acceptée en tant que « chercheure affiliée ». L'objectif de mon séjour était double; d'une part, m'immerger dans la pratique calligraphique et d'autre part, poursuivre l'écriture de mon journal de pratique et ce, alors que j'étais en terrain japonais et donc au cœur même de la culture japonaise.

Le séjour au Japon, planifié en début d'année alors que se tiennent d'importantes expositions de calligraphie, a été préparé de longue date. Les défis étaient nombreux. En premier lieu, j'ai dû prévoir une année sabbatique afin de pouvoir m'absenter du travail. Il me fallait également chercher un endroit où loger, prendre les arrangements nécessaires en lien avec une absence prolongée tout en tenant compte des considérations monétaires. Par ailleurs, mon manque de connaissance de la langue japonaise constituait un handicap important quoi qu'en partie surmontable. Mais le plus grand défi a été de trouver un sensei qui accepterait de m'enseigner lors de mon séjour, ce qui n'a pas été chose facile. Considérant la délicate question des us et coutumes au Japon, demander une faveur n'est pas chose évidente.

Dès mon arrivée à Kyōto, j'avais rendez-vous avec Kuiseko Ryokushū, calligraphe; elle est l'épouse de Kuiseko Hakuju, un des plus grands maîtres calligraphes du Japon. J'ai fait leur connaissance en 2001, alors qu'ils étaient juges dans le cadre d'une exposition internationale de calligraphie japonaise à Los Angeles. Ayant remporté un prix lors de cette exposition, j'ai eu l'opportunité d'échanger avec eux; nous sommes toujours restés en contact depuis, nous rencontrant à chacun de mes séjours au Japon. Kuiseko sensei, qui parle anglais, était au courant de mon projet. Elle m'a conseillée et soutenue tout au long de mon séjour, m'accompagnant par

⁸ La Faculté des Arts de l'Université du Québec à Montréal offre des bourses à la mobilité pour des stages hors Québec, aux étudiants qui s'y qualifient.

exemple aux plus importantes expositions de calligraphie, tout en m'offrant ses enseignements, tant au niveau de la technique et de la pratique calligraphique qu'au niveau de la culture japonaise. C'est Kuiseko sensei qui m'a présenté Wang Shih Ming, la personne qui m'a enseigné la calligraphie durant mon séjour. Kuiseko sensei considérait qu'il était primordial, à ce stade-ci de ma formation, que j'étudie avec un maître d'origine chinoise puisque c'est en Chine que la calligraphie japonaise trouve ses racines.

La rencontre avec Wang sensei lors de mon séjour au Japon, a été déterminante dans mon cheminement. D'une part, nous avons développé une relation maître/apprenti différente de celle que j'avais avec Okata sensei, question qui sera abordée dans la section 4.2.2.3. D'autre part, suite aux enseignements de Wang sensei et aux lectures effectuées, j'ai pris davantage conscience de l'importance de la culture chinoise, élargissant de ce fait mon champ de connaissance. De plus, suite au décès d'Okata sensei à l'automne de la même année, Wang sensei allait accepter de prendre la relève et de m'enseigner; il m'enseigne toujours à ce jour : l'enseignement se fait à distance. Wang sensei me fait parvenir par courrier des modèles ou des cahiers d'études d'œuvres de grands maîtres. J'envoie régulièrement mes copies de pratique et sensei me les renvoie corrigées. De plus, j'assiste à des cours privés lors de chacune de mes visites au Japon. À cette étape-ci de ma formation, j'ai assez d'expérience pour pouvoir procéder de la sorte. Il est à noter que Wang sensei n'est pas relié à l'école de Tōkyō; je n'y suis donc plus inscrite.

Ma pratique calligraphique auprès de Wang sensei s'est diversifiée; j'ai commencé l'étude d'un autre style d'écriture, le reisho. J'ai aussi entrepris l'étude des œuvres de Huang Tingjian, calligraphe important de la dynastie Song (960-1279). D'autre part, acquérir une plus grande connaissance de la culture chinoise, plus particulièrement de la culture des lettrés, m'a permis de mieux comprendre le contexte historique de la pratique calligraphique et les courants de pensée qui l'influencent.

Durant mon séjour, mes activités ont été diverses. Il y avait tout d'abord ma pratique calligraphique; je me rendais trois ou quatre fois semaine chez Wang sensei pour suivre des cours privés, en plus de tenir des sessions de calligraphie chez moi. Par ailleurs, je me rendais une fois semaine à l'université d'Hanazono pour faire des recherches et écrire. S'ajoutait à ces activités la visite d'expositions, de temples et de jardins zen, parfois en compagnie de Wang sensei ou de Kuiseko sensei, qui me prodiguaient alors leurs enseignements in vivo. Finalement, je poursuivais quotidiennement l'écriture de mon journal de pratique.

Le séjour au Japon constitue un moment fort de mon expérience et a marqué un point tournant dans ma pratique. Seule, loin de chez moi, j'ai pu me consacrer à la pratique calligraphique et prendre le temps d'écrire et de réfléchir. J'ai aussi pris énormément de photos lors de mes « promenades méditatives », ce qui m'a permis de poser un regard différent sur ce qui m'entourait⁹. Tel une retraite, ce séjour m'a permis de prendre un recul par rapport à mon quotidien. J'étais centrée sur ma pratique, loin des préoccupations habituelles. Bien que relativement court, ce séjour a contribué à enrichir mon expérience de la pratique dans le cadre de ma démarche de recherche. Je retiens quatre points importants à cet effet. Premièrement, grâce à ma pratique auprès de Wang sensei et aux indications de Kuiseko sensei, j'ai noté des progrès significatifs au niveau de ma technique calligraphique. En deuxième lieu, ce séjour solitaire dédié à la pratique calligraphique, a pris valeur de retraite, sorte de mise entre parenthèse du quotidien habituel, dans un contexte privilégié favorisant l'écriture et le processus de réflexion. Tertio, grâce à ma rencontre avec Wang sensei, qui allait devenir mon professeur suite au décès d'Okata sensei quelques mois après mon retour à Montréal, j'ai pénétré l'univers de la calligraphie chinoise, berceau de la

⁹ Je fais ici référence à Batchelor (2004) qui parle de sa pratique de photographique comme d'une pratique de méditation lui permettant de transformer sa qualité de présence et sa perception des choses.

calligraphie japonaise, ce qui m'a permis d'accéder à un champ de compréhension beaucoup plus vaste. Finalement, bien que sachant que la calligraphie est un art traditionnel qui s'inscrit dans une relation de transmission entre le maître et l'apprenti, ce n'est que suite aux expériences vécues lors de ce voyage et surtout suite à la réflexion menée sur l'ensemble de mon expérience, que j'ai compris toute la portée de ce type de relation.

4.2.2.3 L'impact de la relation avec les sensei

La relation entre l'apprenti et le *sensei* est centrale dans l'apprentissage de la calligraphie. En ce sens, je trouve essentiel de faire ici quelques commentaires sur le sujet, même si cette relation n'a pas été mise en évidence dans le cadre de l'analyse des données. Ce n'est qu'avec le temps et surtout suite au séjour au Japon, que j'ai pris conscience de la nature et de la portée de la relation qui s'établit entre le maître et l'apprenti et que j'en ai découvert toute la richesse. Il s'agit d'une relation de filiation et de transmission.

Je me suis toujours considérée privilégiée d'étudier auprès d'Okata sensei, une femme d'une grande expérience qui a consacré sa vie à l'enseignement de la calligraphie. J'en ai toujours été reconnaissante. Quittant son pays natal pour suivre son mari au Canada, c'est sous les conseils de son maître de calligraphie qu'elle fonde une école de calligraphie japonaise à Montréal, dans le but de faire connaître cet art dans le plus grand respect des traditions. La relation que j'ai développée avec Wang sensei lors de mon séjour au Japon est tout à fait différente de celle développée avec Okata sensei. En ce sens, cette nouvelle relation a été révélatrice; elle m'a permis de développer une meilleure compréhension du type de relation qui s'établit entre le maître et l'apprenti, d'en mesurer l'importance et d'apprécier à sa juste valeur ce que chacun des sensei m'apporte.

L'enseignement d'Okata sensei se faisait dans la plus pure tradition. L'apprentissage calligraphique était centré sur l'imitation et sur la répétition plutôt que sur le discours. Les explications se limitaient à quelques indications occasionnelles, laissant peu de place aux échanges et aux questions. Okata sensei parlait peu; son enseignement se situait au-delà des mots. Il s'agissait d'une transmission silencieuse, tel que le soulignent plusieurs auteurs (Carter, 2008; Davey, 2007; Loori, 2004) au sujet de l'enseignement des arts traditionnels japonais. Par son comportement, le sensei incarne la teneur de l'enseignement. Elle n'abordait que très rarement les aspects historiques et culturels de la calligraphie. Il faut dire qu'elle maîtrisait plutôt mal l'anglais et qu'elle ne parlait pas français. D'autre part, j'ai eu l'occasion d'être son assistante dans le cadre d'un cours qu'elle donnait à l'Université de Montréal; je l'ai aussi accompagnée toujours en tant qu'assistante, lors de divers événements où elle faisait des démonstrations de calligraphie. Dans ces contextes, mon rôle d'assistante était très effacé; il consistait principalement à répondre aux demandes expresses du sensei, une relation où le respect de la hiérarchie est très important. Conséquemment, ma relation avec Okata sensei était teintée par l'autorité, la rigueur et la sévérité. J'ai un grand respect pour elle. Ce fut un honneur pour moi d'étudier auprès d'elle.

Étudier auprès d'un nouveau sensei après 14 ans de pratique auprès d'Okata sensei a été révélateur et déterminant dans mon parcours. Ma relation avec Wang sensei est très différente¹⁰ et c'est cette différence même qui pour moi, a mis en relief la teneur de la relation de transmission qui s'établit entre le maître et l'apprenti. À l'apprentissage technique de la calligraphie s'associent des discussions (Wang sensei parle assez bien l'anglais) portant sur l'appréciation des œuvres ainsi que sur l'histoire de la calligraphie chinoise, la philosophie, la culture, plus spécialement celle des lettrés de l'époque Song (960-1279). En plus des heures de cours, Wang

¹⁰ J'utilise ici le temps présent puisqu'au moment d'écrire ces lignes, j'étudie toujours auprès de Wang sensei.

sensei me fait découvrir des expositions portant sur la calligraphie et autres formes d'arts traditionnels; nous visitons musées, temples, jardins et partageons certains repas ensemble. La relation avec Wang sensei est plus large, plus intense, plus ouverte; bien qu'empreinte d'autorité et de respect, elle laisse plus d'espace aux échanges.

Deux relations maître/apprenti qui laissent voir deux styles d'enseignement différents. Il importe de préciser que plusieurs éléments peuvent expliquer en partie du moins, la différence entre ces deux relations, nommément la différence d'âge (Okata sensei était de 15 ans mon aînée alors que Wang sensei a quatre ans de moins que moi), la différence de culture (Okata sensei est japonaise alors que Wang sensei est chinois), mais aussi la personnalité de chacun. De plus, le contexte de ces deux relations est très différent. Lors de mon séjour au Japon, j'avais un statut d'étranger, en visite de formation pour une période de temps limitée, ce qui faisait de moi une étudiante spéciale (statut dont je bénéficie probablement encore aujourd'hui), alors qu'auprès d'Okata sensei, je n'avais pas ce statut particulier; j'étais une étudiante parmi les autres et l'apprentissage de la calligraphie s'intégrait à mes activités et à mon cadre de vie habituel. Ces différents éléments ont certainement eu un impact sur la relation qui s'est établie avec chacun d'eux. Développer une relation avec un autre sensei¹¹ m'a permis de reconnaître à sa juste valeur et d'apprécier ce que chacun m'a apporté.

La relation que j'entretiens avec Kuiseko sensei est complètement différente. Ne s'inscrivant pas dans un processus d'apprentissage calligraphique habituel, notre relation s'apparente davantage à une forme de mentorat. En plus de m'enseigner les

¹¹ Il importe de préciser que ces deux relations maître/apprenti ne se sont pas superposées. Pour être exact, Wang sensei m'a enseigné lors de mon séjour au Japon, séjour qu'Okata sensei appuyait. Malheureusement, elle est décédée cette même année et Wang sensei a bien voulu m'accepter comme apprentie.

grands principes de l'art calligraphique, Kuiseko *sensei* me prodigue soutien et conseils, elle me guide dans ma réflexion et dans mes démarches. Je la considère d'ailleurs comme ma marraine de calligraphie.

Tout comme les grands maîtres du passé laissent à travers leurs œuvres une trace de leur habileté technique mais aussi de leur esprit et de leur sagesse, transmettant ainsi une part de leur personnalité et de leur qualité d'être¹² (Sers et Escande, 2003; Vandier-Nicolas, 1963), le *sensei* laisse sa marque au sein de la relation maître/apprenti. Le fait de travailler avec le *sensei*, de l'observer, le seul fait d'être en sa présence, induit une transmission; une alchimie s'opère. En ce sens, Wang *sensei* m'apprend des choses différentes, tout comme Kuiseko *sensei* le fait aussi.

L'impact de ces différentes relations maître/apprenti sur ma pratique se dévoile peu à peu et se fait sentir au niveau de la qualité de mon expérience beaucoup plus que sur la performance technique. La vie du sensei, ses attitudes, sa façon d'être influencent peu à peu ma pratique calligraphique, mais aussi ma vie. Alors que l'enseignement d'Okata sensei se situait dans une approche plus traditionnelle et plus stricte, se basant principalement sur l'imitation du maître, Wang sensei tout comme Kuiseko sensei, ouvrent davantage le dialogue et encouragent l'exploration de la culture calligraphique mais aussi de la culture des autres arts traditionnels. Je retiens et cultive les valeurs transmises par Okata sensei, la rigueur, l'engagement, la persévérance, ainsi que le respect de la tradition. Wang sensei m'apprend à vivre ma pratique calligraphique comme faisant partie des actes du quotidien; je l'entends encore me dire « practice, as you take a cup of tea ». Finalement, l'intérêt que porte Kuiseko sensei à la vie spirituelle animant le praticien entre en résonance avec une part de ce que je porte en moi, m'apportant reconnaissance et soutien. Tous à ce jour

¹² En ce sens, il est possible de dire que la relation de transmission transcende temps et espace (Vandier-Nicolas, 1963).

m'ont légué de précieux héritages. Je porte en moi leurs enseignements et encore plus, une part d'eux.

4.2.2.4 L'impact de l'exposition doctorale

L'exposition doctorale, décrite à la section 4.3, a joué un rôle clé dans ma démarche de recherche. Elle a suscité une importante réflexion sur la place qu'occupent les œuvres au sein de ma pratique me permettant de porter un regard nouveau sur la question. Le fait de préparer l'événement, mais aussi la tenue elle-même de l'exposition ont été révélateurs; voir rassemblés et exposés en un même lieu les fruits de mon travail a été un choc, comme si les oeuvres me regardaient à leur tour. Je ne réalisais pas tout à fait ce qui se passait en moi à ce moment précis. L'analyse des données colligées dans mon journal de pratique durant cette période a permis de dévoiler certains aspects du rôle que tiennent les œuvres au sein de ma pratique. Elles permettent de mettre à l'extérieur de moi, dans le monde, quelque chose qui est en résonance avec mon intériorité. Alors qu'en début de parcours, je considérais les œuvres comme étant secondaires, j'ai subitement pris conscience de leur portée. Par ailleurs, le fait d'organiser l'événement a fait en sorte que je saisisse une autre dimension de la pratique, qui favorise la participation à un réseau interrelationnel. En effet, le fait d'organiser divers projets comme l'exposition mais aussi de participer à des conférences, des ateliers, des rencontres, des voyages, m'amène à prendre place dans le monde et à entrer en relation. Sans la tenue de l'exposition, je n'aurais pas pris conscience de ces aspects de l'expérience qui gravitent autour de ma pratique calligraphique. Il en sera plus longuement question au chapitre VI.

La deuxième phase de mon cheminement, qui se caractérise par l'approfondissement de ma pratique, a été très riche. L'exploration des différentes expériences l'ayant marquée en témoigne. Il importe de souligner que cette phase d'approfondissement se poursuit toujours, tout comme celle de l'apprentissage. On se cesse jamais

d'apprendre, d'affiner ses habiletés techniques, d'approfondir sa pratique, d'enrichir sa réflexion. Mais une autre phase allait se dévoiler, la phase d'«émancipation».

4.2.3 Troisième phase : l'émancipation de ma pratique

La troisième phase de mon cheminement s'est dévoilée de façon aussi soudaine qu'inattendue. Rien à première vue ne m'avait laissé entrevoir cette surprenante prise de conscience. Lors de mon dernier voyage au Japon à l'automne 2016¹³, alors que j'étais en train d'écrire assise à la terrasse d'un café à Kyōto, j'ai brusquement eu le sentiment que quelque chose en moi se détachait du Japon, un sentiment viscéral comme si je sentais que quelque chose se déliait. J'étais stupéfaite. J'ai tenté d'identifier ce qui se passait en moi, cherchant à mettre des mots sur cette sensation qui m'habitait toute entière. À cet instant, j'ai eu la forte impression que la pratique calligraphique n'était plus à l'extérieur de moi mais bien en moi, qu'elle n'était pas dépendante du Japon. Bien sûr, le Japon représente un lieu de ressourcement, là où je trouve des repères, mon sensei, mes guides. Mais la pratique elle-même est en moi, elle n'est pas à l'extérieur de moi. J'ai compris que j'avais tendance à chercher hors de moi ce qui est en fait au fond de moi-même. Ma pratique calligraphique m'appartient, elle est en moi; et si je ne devais jamais plus retourner au Japon, ma pratique calligraphique survivrait.

Cette prise de conscience est capitale. Elle met au jour le début d'une troisième phase au sein de mon cheminement, celle de l'émancipation. Je ne saurais la cerner toute entière, mais il s'agit d'une phase qui ouvre de nouvelles dimensions de mon expérience. Il s'agit d'une forme d'appropriation de ma pratique, qui devient mienne, de plus en plus libre. Un sentiment de liberté et d'émancipation m'habite. Je constate chez moi l'affranchissement d'une certaine conception de la pratique, un lâcher prise

¹³ J'ai fait un séjour de cinq semaines à Kyōto à l'automne 2016, à l'occasion de ma participation en tant que calligraphe invitée, à l'exposition de Kuiseko Hakuju au Musée de Kyōto.

par rapport à certaines idées préconçues, à certaines croyances qui m'assujettissaient et me rendaient complètement dépendante d'un Japon chimérique que j'avais rêvé et idéalisé. Cette prise de conscience me donne plus de pouvoir sur ma pratique.

Je me suis questionnée sur les éléments ayant contribué à cette prise de conscience, à ce moment précis de mon cheminement. J'ai peu à peu tissé des liens qui m'ont permis de comprendre que le terrain était propice à une telle découverte. D'une part, j'avais commencé depuis les derniers mois à faire le bilan de ma démarche doctorale, à réfléchir sur ce que la recherche m'a appris. D'autre part, mon séjour au Japon en fin de parcours doctoral, m'offrait une occasion exceptionnelle de fermer la boucle de mon processus de recherche; le moment me semblait idéal pour écrire un épilogue à ma thèse, ce que je m'appliquais à faire. Ces deux éléments, nommément la formulation d'un bilan ainsi que l'écriture d'un épilogue en sol japonais, semblent avoir favorisé en quelque sorte l'émergence de cette prise de conscience qui, je dois le préciser, tient beaucoup plus de la sensation que de la réflexion intellectuelle. Tout compte fait, le terrain était propice à cette révélation soudaine. Mais il est essentiel de souligner qu'un autre élément est aussi à l'œuvre : il s'agit de la pratique elle-même. Cette impression d'affranchissement advient alors que ma pratique se poursuit depuis plus de 19 ans. Au fil du temps, la pratique donne forme à la vie, elle façonne peu à peu la vie du praticien. Il en sera question dans les chapitres présentant les résultats et la discussion.

La présente section a permis d'identifier trois phases au sein de mon cheminement à travers la pratique calligraphique. La première phase qui débute en 1998 est celle de l'apprentissage de la calligraphie marquée par l'apprentissage technique mais aussi par la découverte d'un univers exotique qui fascine. Au fil du temps, la maîtrise graduelle des aspects techniques laisse place à un questionnement de plus en plus obsédant portant sur le sens que prend la pratique calligraphique dans ma vie. Une deuxième phase se superpose alors à la première, une phase d'approfondissement de

la pratique et de la réflexion portée sur elle. Cette phase très riche qui s'échelonne plus ou moins de 2007 à 2016, est ponctuée d'expériences qui ont un impact notable sur la pratique. Finalement, de façon inattendue, une troisième phase s'amorce après 19 ans de pratique, une phase marquée par l'émancipation de ma pratique. Bien que je ne puisse encore en mesurer toute la portée, elle est empreinte d'ouverture et de liberté. Il importe de souligner que ces phases plutôt que de se succéder, se superposent l'une à l'autre, tel des couches successives d'expériences, de réflexion et de compréhension.

La prochaine section traite plus précisément de l'exposition doctorale et en fait la description.

UNE PRATIQUE DE CALLIGRAPHIE JAPONAISE, UN ESPACE DE VIE

LISE LUSSIER



Figure 4.3 Affiche de l'exposition doctorale

UNE PRATIQUE DE CALLIGRAPHIE JAPONAISE, UN ESPACE DE VIE.

4.3 L'exposition doctorale

La présente section porte sur l'exposition présentée dans le cadre de la recherche doctorale. Bien que j'aie mené une thèse recherche 14, j'ai choisi d'opter pour la tenue d'une exposition en lien avec l'objectif de ma thèse. Dans un premier temps, les raisons qui ont motivé la tenue de l'exposition sont évoquées. Par la suite, il est question des choix qui ont été faits d'une part à propos du moment et du lieu d'exposition et d'autre part, à propos du contenu et de sa mise en place. Enfin, la description du déroulement de l'exposition conclut la section.

4.3.1 La décision d'exposer

L'exposition a été d'une importance capitale au niveau de la compréhension de mon expérience de la pratique de la calligraphie. Elle a permis de changer ma perspective face aux oeuvres que la pratique engendre. Ainsi, les œuvres d'abord perçues comme étant secondaires, ont pris une signification nouvelle, jusque là occultée. Elles sont devenues œuvres-traces, faisant écho à une part de moi. De plus, j'ai pris conscience que les différentes activités qui gravitent autour de la pratique, tels les projets d'expositions, les conférences, ateliers et le projet même de la thèse doctorale, m'inscrivent dans un réseau d'interelations, m'entraînant dans un mouvement d'extériorisation. Sans la tenue de l'exposition, ces aspects de l'expérience n'auraient pas été compris de la sorte.

La décision de tenir une exposition s'est prise assez tôt dans ma démarche doctorale. En montant cette exposition, mes objectifs étaient clairs. D'une part, je tenais à saisir l'occasion d'exposer des œuvres de calligraphie japonaise, forme d'art encore peu

¹⁴ Dans le cas d'une thèse recherche menée dans le cadre du doctorat en études et pratique des arts, 75 % de l'évaluation, au minimum, doit porter sur la recherche et 25 % au maximum, sur la diffusion d'œuvres réalisées en lien avec le sujet de la thèse. C'est l'option que j'ai retenue. Ainsi, dans le cas de la présente thèse, l'exposition qui a eu lieu en mars 2012 compte pour 25 % de la production doctorale.

connue au Québec. D'autre part, bien que le processus même de la pratique soit intangible, je voulais « montrer» en quelque sorte la pratique à travers les traces qu'elle laisse, les œuvres étant alors comprises comme manifestations de la pratique. J'aspirais à partager la passion que j'éprouve pour la calligraphie ainsi que mes réflexions sur le sens que prend l'expérience de la pratique dans ma vie. Mais ces motivations en occultaient une autre beaucoup plus profonde et personnelle, un désir encore inconscient à l'époque de laisser apparaître dans le monde une part de la sensibilité qui m'habite.

Bien que les objectifs motivant la tenue de l'exposition aient été en partie assez clairs, les aspects plus concrets du projet n'ont réellement pris forme que suite à mon séjour au Japon en 2011. Ce séjour et plus particulièrement les liens qui se sont tissés avec Wang sensei, ont joué un rôle déterminant dans le cadre de la tenue de l'exposition. Le choix d'exposer avec Wang sensei s'est fait tout naturellement, suite au séjour au Japon. La relation qui s'est développée avec Wang sensei m'a incitée à mettre en œuvre l'organisation de sa première exposition à Montréal. Ce projet parallèle a créé une synergie qui a stimulé l'organisation de ma propre exposition, qui allait accompagner celle de Wang sensei. Conséquemment, deux expositions individuelles et autonomes ont été présentées, réunissant en un même lieu au même moment, le maître et son apprenti, soulignant de ce fait le lien de filiation et de transmission qui les unit.

4.3.2 Le choix d'un moment et d'un lieu

L'exposition *Une pratique de calligraphie japonaise, un espace de vie* s'est tenue à l'Espace 64, dans le Vieux-Montréal du 9 au 18 mars 2012. L'Espace 64 est un lieu où sont présentés divers événements artistiques, notamment des spectacles de jazz, des expositions, des conférences. L'espace est convivial et polyvalent. La propriétaire et directrice de cet espace, Madeleine Murphy, s'intéresse aux arts japonais, plus

particulièrement à l'art de l'ikebana, qu'elle étudie depuis l'an 2000. La passion que nous partageons pour les arts traditionnels japonais a créé certains liens qui ont permis de développer une collaboration dans ce projet d'exposition. Dès mon retour du Japon, sachant que je préparais une exposition dans le cadre de mon doctorat, Madame Murphy m'a spontanément offert de tenir l'événement à l'Espace 64. Conséquemment, le choix des dates pour la tenue de l'exposition s'est fait en fonction des disponibilités de la salle ainsi que de celles de Wang sensei, étant donné le projet conjoint que nous avions. À l'été 2011, j'ai visité les lieux à plusieurs reprises, notamment avec Wang sensei lors d'un séjour qu'il a effectué à Montréal, afin de planifier l'événement; la tenue de l'exposition a été fixée en mars 2012. Le fait de tenir l'exposition alors que j'étais toujours en période d'écriture et d'analyse de données a permis d'enrichir le processus de recherche. Si l'exposition s'était tenue en toute fin de parcours, la réflexion portée sur la pratique aurait certes été plus approfondie, mais cela m'aurait privée de données importantes qui ont mené à des découvertes intéressantes. Somme toute, le moment était parfait et la synchronicité était au rendez-vous. J'arrivais du Japon pleine d'une énergie nouvelle, ma relation avec Wang sensei était vivifiante et au stade où j'en étais dans ma recherche, j'avais des choses à dire.

4.3.3 Le choix du contenu et de sa mise en espace

Le contenu de l'exposition comportait deux volets, un de nature esthétique, visant à rendre accessible une forme d'art encore peu connue au Québec, et l'autre de nature didactique, l'objectif étant de rendre en quelque sorte la pratique visible à travers les traces qu'elle laisse.

Dans le cadre du premier volet, j'ai sélectionné d'une part, quatre œuvres parmi celles exposées au fil des ans à Los Angeles : Fleur qui tombe en dansant (2000) (voir figure 4.4) et à Tōkyō : Nouvelle lune, bientôt la noirceur (2009); Chaque jour est un

bon jour (2010); Venez boire un thé (2011) (voir figures 4.5, 4.6 et 4.7). Ces œuvres ont été reconnues et primées par des jury composés de maîtres calligraphes japonais; de plus ces œuvres ont une signification particulière pour moi, que ce soit au niveau de mon cheminement en calligraphie ou du message que livrent les mots calligraphiés¹⁵. D'autre part, j'ai aussi sélectionné un ensemble de nouvelles œuvres spécialement calligraphiées pour l'exposition doctorale, dont huit œuvres de petit format (24.5 cm X 34.5 cm): Ichi, style reisho (2011); Caractères reisho (2011); Main du diable, cœur de bouddha, style reisho (2011); Main du diable, cœur de bouddha, style gyōsho (2011); Fleur, styles gyōsho et style sōsho (2012); Fleur et lune, style reisho (2012); Clair et pur, style gyōsho (2011); Reviens, style gyōsho (2011) (voir figure 4.8). Trois œuvres de grand format (35 cm X 67.5 cm) complètent cet ensemble de nouvelles oeuvres: Écriture des scribes, style reisho (2011); Main du diable, cœur de bouddha, style gyōsho (2011); Refuge zen dans les profondeurs boisées et fleuries, style gyōsho (2012) (voir figures 4.9 à 4.11). Au total, 15 de mes œuvres ont été présentées.

¹⁵ J'ai entre autre sélectionné l'œuvre Fleur qui tombe en dansant, 2000, exposée à Los Angeles; cette œuvre a été primée alors que Kuiseko, Hakuju faisait partie du jury. De plus, la signification des mots calligraphiés évoque l'impermanence de toute chose, ce qui me touche particulièrement.



Figure 4.4 Fleur qui tombe en dansant, 2000, encre sur papier, 35 cm X 135 cm.



Figure 4.5 Nouvelle lune, bientôt la noirceur, 2009, encre sur papier, 37 cm X 55 cm.



Figure 4.6 Chaque jour est un bon jour, 2010, encre sur papier, 35 cm X 135 cm.



Figure 4.7 Venez boire un thé, 2011, encre sur papier, 35 cm X 67.5 cm.



Figure 4.8 Série d'œuvres produites pour l'exposition, encre sur papier, 24.5 cm X 34.5 cm.

De gauche à droite et de haut en bas : *Ichi*, style *reisho* (2011); Caractères reisho (2011); Main du diable, cœur de bouddha, style reisho (2011); Main du diable, cœur de bouddha, style gyōsho (2011); Fleur, styles gyōsho et style sōsho (2012); Fleur et lune, style reisho (2012); Clair et pur, style gyōsho (2011); Reviens, style gyōsho (2011).



Figure 4.9 *Main du diable, cœur de bouddha,* 2011, encre sur papier, 35 cm X 67.5 cm.



Figure 4.10 Écriture des scribes, 2011, encre sur papier, 35 cm X 67.5 cm.



Figure 4.11 Refuge zen dans les profondeurs boisées et fleuries, 2012, encre sur papier peint par Wang, Shih Ming, 35 cm X 67.5 cm.

Le second volet, de nature didactique, visait à faire voir non pas le processus créatif menant à la production des œuvres, mais bien plutôt le processus de la pratique ellemême, à travers les traces qu'elle laisse. Ce volet regroupait trois séries (figures 4.12, 4.13 et 4.14). S'y retrouvaient d'une part, des copies d'exercices calligraphiques le exécutées à la maison ou lors des cours de calligraphie, accompagnées du modèle de l'école et du modèle calligraphié par Okata sensei. Certaines copies portaient les corrections du sensei. L'objectif était ici d'illustrer le processus d'apprentissage. D'autre part, chacune des trois séries présentait également de courts textes, extraits de CLIPS liés à un des thèmes que l'analyse des données avait permis de mettre en lumière, soit l'intériorisation, l'encorporation et l'inscription le lien avec le sens que prend la pratique calligraphique dans ma vie.

¹⁶ Il s'agit de calligraphies produites lors de session d'exercices calligraphiques alors que l'on reproduit les modèles proposés par l'école et le sensei ou que l'on s'exerce à exécuter certains traits.

¹⁷ Ces extraits de CLIPS sont présentés aux Appendices I (série I), J (série II) et K (série III).

¹⁸ Il importe de souligner que la discussion à propos de ces résultats n'avait toutefois pas été articulée au moment de la tenue de l'exposition, à l'hiver 2012.

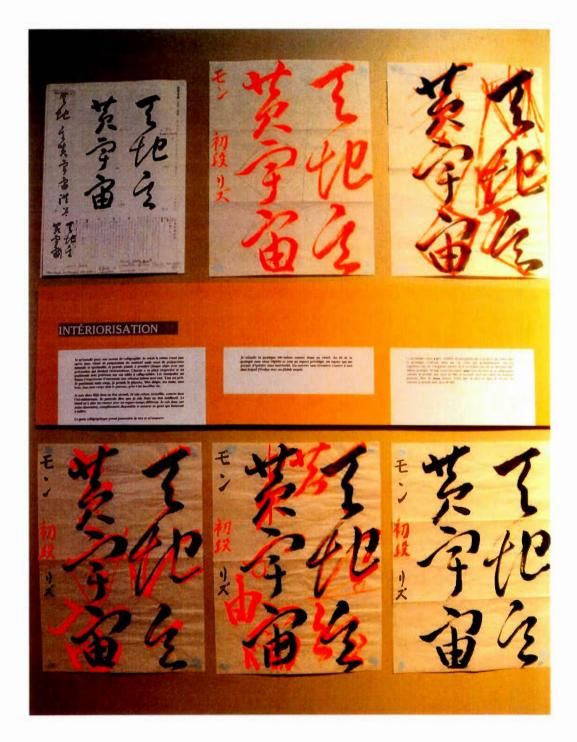


Figure 4.12 Série I présentant des copies d'exercices calligraphiques et des extraits de CLIPS portant sur le thème « intériorisation ».



Figure 4.13 Série II présentant des copies d'exercices calligraphiques et des extraits de CLIPS portant sur le thème « encorporation ».



Figure 4.14 Série III présentant des copies d'exercices calligraphiques et des extraits de CLIPS portant sur le thème « inscription ».

Mes œuvres ainsi que les trois séries présentant des copies d'exercices accompagnées de textes étaient regroupés sur un même mur de la salle d'exposition. Le carton d'invitation, le résumé de mon projet de recherche (version française et anglaise), ainsi que mon curriculum vitae étaient affichés (voir Appendice L) sur un petit mur adjacent, que l'on peut apercevoir à l'extrême gauche de la figure 4.15.



Figure 4.15 Vue d'ensemble de la section de la salle présentant mon exposition.

Tel que mentionné précédemment, Wang sensei présentait parallèlement à la mienne, sa propre exposition, Les voies du cœur, proposant des calligraphies et des encres. Cette double exposition dans un même lieu, a exigé une mise en place rigoureuse, afin d'exploiter le plein potentiel qu'offrait cet espace relativement restreint. Il était

impératif de bien délimiter les deux expositions bien que le fait de les tenir ensemble permettait de mettre en lumière les liens qui unissent le maître et son apprenti. Une série de photos permet de voir la salle d'exposition sous différents angles. La photo qui suit laisse entrevoir au fond de la salle à gauche, la section présentant mon exposition. Les trois photos suivantes montrent les autres sections de la salle où sont exposées les œuvres de Wang, Shih Ming (voir figure 4.17).



Figure 4.16 Vue, à partir de l'entrée, d'une partie de la salle d'exposition.







Figure 4.17 Différents points de vue de la salle d'exposition.

4.3.4 Le déroulement de l'exposition

Le vernissage des deux expositions, la mienne ainsi que celle de Wang *sensei*, s'est tenu le 9 mars 2012, sous la thématique de la transmission maître/apprenti. Le 10 mars 2012, j'ai présenté une conférence portant sur la calligraphie japonaise et son apprentissage ainsi que sur la démarche doctorale dans laquelle s'inscrit mon exposition. Suite à la description de la problématique et de l'objectif de recherche, les résultats ont été énoncés, permettant de dévoiler, en partie du moins, le sens que prend la pratique de la calligraphie dans ma vie.

Désirant aborder le sujet de la pratique calligraphique par le biais de l'action plutôt que par celui de la parole, j'ai choisi de débuter la présentation par une démonstration de calligraphie. Mettant en action le rituel de préparation, j'ai installé mes outils de calligraphie et j'ai fait mon encre avant d'entamer une session calligraphique, exécutant quelques traits de base et copiant quelques modèles. La figure 4.18 illustre un moment de cet événement. Bien entendu, ce genre de démonstration publique se voulait essentiellement didactique. La calligraphie est quelque chose d'intime qui exige un certain degré de centration et d'abandon qu'il est difficile d'atteindre en présence d'observateurs; le fait d'être observé fausse en quelque sorte l'expérience. Pour conclure l'événement, une visite commentée de l'exposition a été proposée suite à la conférence, ce qui a suscité d'intéressants échanges avec les visiteurs.

J'ai voulu dans ce chapitre, décrire sommairement ma pratique de calligraphie, de ses débuts jusqu'à maintenant et brosser ainsi le tableau de mon expérience. Cela m'a menée à parler de l'origine de ma pratique, des phases de mon cheminement et enfin, à traiter de l'exposition doctorale qui en témoigne. Le prochain chapitre présente les résultats de la recherche.



Figure 4.18 La présentation/démonstration, le 10 mars 2012

CHAPITRE V

LES RÉSULTATS

Le présent chapitre expose les résultats de cette étude qui s'inscrit dans une démarche heuristique visant à mieux comprendre mon expérience de la pratique calligraphique. Ces résultats seront par la suite discutés au chapitre VI.

La cueillette de données s'est effectuée à partir de trois sources, la principale étant mon journal de pratique. Les deux autres sources, mon récit de vie ainsi qu'une série d'entrevues menées auprès de trois praticiens de calligraphie japonaise, permettent d'avoir accès à des données qui viennent compléter et affiner la compréhension qui se dégage de l'analyse de mon journal de pratique.

L'analyse thématique continue ainsi que l'analyse en mode écriture de mon journal de pratique a fait ressortir trois grands thèmes¹: intériorisation, encorporation et inscription. La présentation des résultats se structure autour de ces trois thèmes principaux et de leurs sous-thèmes qui se sont imposés par leur récurrence et leur intensité au fil de la recherche.

5.1 Intériorisation

Le premier grand thème qui se dégage de mon expérience de la pratique de la calligraphie japonaise est celui de l'intériorisation. L'intériorisation se définit ici comme le fait d'entrer en soi-même, dans son monde intérieur. La pratique induit un mouvement vers l'intériorité, crée un espace qui m'invite à entrer en moi, qui permet

¹ Les thèmes sont désignés par des mots d'action, ce qui permet de marquer le mouvement, la transformation. Ce que j'observe de mon expérience n'est pas statique mais bien en mouvance.

de me reconnecter peu à peu à tout ce que je suis profondément. L'analyse de mon récit de vie permet de mieux comprendre comment certaines expériences ont participé à développer chez moi une propension à l'intériorisation. L'extrait² qui suit décrit une de ces expériences :

Cette soirée d'automne était magnifique. Le soleil était déjà disparu et le ciel était d'un saphir profond. Les branches d'arbre, dénudées, couraient dans le ciel y traçant des motifs mystérieux. La pleine lune donnait vie à ce tableau magnifique, l'inondant d'une lumière délicate. J'étais frappée par cette beauté silencieuse, trésor caché sous la banalité du quotidien. Je ne sais pas ce qui m'a pris mais spontanément, je dis à la dame à mes côtés : « Avez-vous vu comme c'est beau! ». Elle m'a lancé un de ces regards qui vous renvoie d'un seul coup à vos affaires. « Quelle hurluberlue » s'est-elle probablement dit. J'ai été profondément blessée par cette indifférence, non pas celle de cette femme en particulier mais celle qu'il me semblait reconnaître dans l'ensemble des gens. Cela a contribué à intensifier le sentiment de solitude qui m'habite, à renforcer encore un peu plus ma tendance à me réfugier en moi-même. (récit de vie)

Cet extrait du récit de vie montre bien la dynamique de situations favorisant le mouvement d'intériorisation. Au départ, il y a une expérience sensible assez forte. Je me retrouve en quelque sorte envahie et touchée dans mon intériorité par la beauté du paysage urbain. L'émotion ressentie est forte et suscite le désir de l'exprimer, de la partager avec une autre personne, en l'occurrence ici, celle qui se trouve à côté de moi. La fermeture de cette personne au partage déclenche chez moi une réaction de repli qui me renvoie en moi-même.

Il y a un lien direct entre cette tendance au repli et mon attirance pour l'intériorisation. Ne ressentant pas chez l'autre un accueil favorable au partage d'émotions que suscite chez moi une sensibilité particulièrement marquée, j'ai développé une certaine tendance à l'introversion, réaction de repli qui aurait favorisé

² Les différents extraits cités dans ce chapitre seront suivis d'une mention précisant la source de données.

le développement d'une vie intérieure intense, d'un espace intérieur où je me réfugie, où je me sens bien.

La pratique de la calligraphie m'attire notamment parce qu'elle me permet de renouer avec mon intériorité, de l'accueillir, de l'explorer et surtout de déployer ce qui l'habite. La pratique de la calligraphie me reconnecte à cet espace intérieur tout en permettant l'expression de la sensibilité qui m'habite à travers l'œuvre produite.

L'intériorité, c'est ce qui vit en moi, mes pensées, mes valeurs, mes émotions, mes sensations, mes rêveries; c'est le domaine de l'intellect, du psychologique et du spirituel. Plusieurs choses nourrissent cette vie intérieure : les périodes de calme, de solitude et de réflexion, la lecture, la musique, les arts, la nature. L'univers de la pratique de la calligraphie nourrit de façon exquise mon besoin d'intériorité.

L'espace de la pratique devient en quelque sorte un refuge qui me permet de prendre distance par rapport à la réalité qui souvent m'agresse. En ce sens, la pratique est comme une bulle protectrice, un espace de bien-être. L'accès à cet espace me permet de supporter les pressions de l'extérieur et de maintenir un équilibre entre les aspects extériorité/intériorité de ma vie quotidienne. La pratique donne en quelque sorte une direction à ma vie, elle lui donne une couleur particulière et permet de manifester ce qui habite mon intériorité.

Dans les sections qui suivent, il sera d'abord question de la notion de rituel comme élément permettant de mieux comprendre la thématique de l'intériorisation. Par la suite, j'aborderai la notion de pratique comme espace de vie au cœur de mon intériorité.

5.1.1 Le rituel

La notion de rituel permet de mieux comprendre comment la pratique me relie à la dimension intérieure de mon être tout en permettant l'expression de cette intériorité. Dans la présente section, je parlerai tout d'abord du rituel de préparation à la session de calligraphie. Il sera ensuite question de la pratique de la calligraphie comme rituel de vie. Parlons tout d'abord du rituel de préparation à la session de calligraphie.

Un rituel de préparation favorisant l'intériorisation

La préparation à la session de calligraphie est une étape nécessaire et importante. Pensons par exemple à l'aménagement du lieu où se tient la session de calligraphie, à la préparation du matériel. Cette préparation répétée à chaque session, prend forme de rituel, série de gestes qui calment et visent à créer un espace propice à l'acte calligraphique, à préparer la personne dans son entièreté, tant sur le plan physique que sur le plan mental. Ce rituel remplit beaucoup plus qu'une fonction utilitaire; en plus de créer un cadre qui permet l'ouverture d'un espace privilégié, il pose un pont entre le monde de la réalité et celui de l'intériorité. Voici un extrait de CLIP³ portant sur l'aspect rituel de la préparation à la session de calligraphie.

Je refais le même rituel jour après jour, recréant ainsi mon espace. Ce n'est pourtant pas un fardeau; cela fait partie de la préparation, préparation matérielle mais aussi préparation corporelle, mentale et spirituelle. [...] Je prends plaisir à prendre chaque objet avec une précaution qui devient révérencieuse. Chacun a sa place respective et est positionné avec précision sur ma table à calligraphier. Les manipuler me donne l'impression d'entretenir avec eux une relation intime. Tout un univers s'anime alors en moi. (CLIP le rituel de la pratique)

³ Rappelons que les CLIPS sont des textes qui ont été écrits en cours d'analyse, après de multiples relectures du journal de pratique et sont en quelque sorte une forme de condensation des données portant sur un thème particulier.

Préparer l'encre fait également partie du rituel de préparation à la session de calligraphie, permettant l'induction d'un état de sérénité et de centration⁴. Voici un extrait de CLIP qui laisse voir comment, dans le rituel qui ouvre la session de calligraphie, une action comme la simple préparation de l'encre contribue au mouvement d'intériorisation :

La préparation de l'encre constitue une étape importante qui me plonge dans un état méditatif. Le geste précis, le mouvement répété et incessant, la sensation de frottement sur la pierre, l'odeur, tout cela contribue à ralentir le rythme du quotidien, à aiguiser mes sens et à développer ma qualité de présence. Le rituel m'a mise en contact avec un espace-temps différent de celui dans lequel je fonctionne au quotidien, un espace au cœur de mon intériorité. (CLIP le rituel de la pratique)

Comme le mentionne cet extrait, le rituel de préparation à la session de calligraphie me met en contact avec un espace-temps différent qui permet de sortir du rythme quotidien, de ralentir la cadence jusqu'à ce que le temps m'apparaisse en quelque sorte suspendu, de créer un espace de calme et de recueillement. Il ne s'agit pas d'accomplir une série de gestes exécutés de façon machinale. Chaque geste du rituel de préparation devient significatif parce qu'il me reconnecte à mon intériorité. Ainsi, préparer l'encre par exemple peut paraître une activité accessoire et banale, mais en tant qu'élément du rituel, cette activité symbolise à elle seule l'ouverture d'un passage qui me relie à un espace d'intériorité. Chaque geste est ainsi porteur de sens. À chaque fois que je me prépare à une session de calligraphie, je refais les gestes nécessaires afin de recréer un espace-temps qui me permet d'entrer en contact avec mon univers intérieur. Le rituel témoigne du choix que je fais d'être présente à moimême.

⁴ Je ne parle pas ici de concentration comme lorsqu'il s'agit d'être attentif à l'accomplissement d'une tâche; il s'agit plutôt ici d'une qualité de présence.

Alice et Béatrice que j'ai interviewées à propos de leur pratique de la calligraphie parlent aussi de l'importance de cette préparation. Alice dit en parlant de la préparation de son encre qu'elle y procède « juste pour le geste, juste pour se concentrer un peu, se calmer. Je trouve que c'est quand même un geste qui est apaisant. » (Alice, I)⁵ Béatrice dit en parlant de la pièce où elle calligraphie : « La pièce donne à ça. Il n'y a aucun bruit autour de moi. Surtout en hiver, quand il y a de la neige, ce sont les meilleurs moments, on est encaissé dans le silence et c'est très beau. » (Béatrice, I) Charles parle aussi du rituel de préparation et nous dit que même au travail, il arrive rapidement à débuter une session de calligraphie. Il explique qu'il a une pierre sur laquelle il calligraphie avec de l'eau : « Je ferme la porte, je fais une petite méditation [...] Même quand je le fais comme ça, le vide se fait; parce que c'est l'habitude. » (Charles, I) Les propos de Charles laissent sous-entendre l'importance d'une forme de rituel lorsqu'il parle de fermer la porte et de faire une « petite méditation », gestes qui l'aident à accéder à un état propice. Il semble que chez lui, l'exécution ne serait-ce que d'une partie du rituel permette l'induction d'un état favorable à la session de calligraphie.

La pratique de la calligraphie comme rituel de vie

J'aimerais tout d'abord préciser ici que lorsque je parle de la pratique de la calligraphie, je ne parle pas seulement de l'apprentissage technique de l'art de la calligraphie; je parle d'une expérience globale, vécue comme un engagement physique et spirituel, d'une expérience qui devient un mode de vie, qui donne forme à ma vie et qui me relie plus intensément à ce qui habite mon intériorité. C'est ce que représente pour moi avoir une pratique de calligraphie. Cette pratique inclue évidemment les dimensions de l'apprentissage des aspects techniques de la calligraphie ainsi que l'entraînement qui consiste en l'exercice régulier et constant; en

⁵ Les extraits d'entrevue sont suivis d'une mention spécifiant le nom du praticien interviewé et précise s'il s'agit de la première (I) ou de la deuxième (II) entrevue.

ce sens, je parlerai alors d'une session de calligraphie. Mais il importe de comprendre que la notion de pratique englobe en quelque sorte toute l'expérience et lui donne sens.

L'apprentissage de la calligraphie représente en lui-même une forme de rituel. L'apprentissage de la technique consiste à maîtriser les outils et le geste calligraphique, à reproduire le modèle étudié le plus fidèlement possible et ce, dans le but d'intégrer le geste juste. L'apprentissage se situe au niveau de l'observation du modèle et de sa reproduction, dans la répétition incessante du geste, sans intellectualiser. La compréhension naît du geste et non de l'intellect. Faire, faire et refaire, jusqu'à intégrer le geste juste. Ce processus engage dans une centration intense.

Mais dans un sens beaucoup plus large, la pratique de la calligraphie devient ellemême rituel de vie. Au début, la pratique de la calligraphie était une activité qui prenait place parmi les autres activités de ma vie. Mais avec le temps, la pratique est devenue le centre de ma vie. La pratique n'est plus une activité parmi d'autres, elle dynamise tous les secteurs de ma vie.

Le rituel de la pratique permet d'une part de me relier à mon intériorité et d'autre part de l'exprimer, de l'agir, de placer hors de moi une part de ce qui habite ma vie intérieure. La pratique permet en quelque sorte d'intégrer les aspects intériorité/extériorité de mon être. La pratique restructure ma vie, réorganise le sens qui lui est donné. En me reconnectant à mon intériorité, à ce qui est fondamentalement important pour moi, la pratique me réconforte, recadre mon quotidien, et permet de redonner souffle à ma vie, comme le souligne l'extrait de CLIP qui suit.

La pratique me sert d'ancrage. [...] Le rituel donne rythme à ma vie et lui donne sens, tant signification que direction. Cet univers me comble, me cadre, me nourrit, me fournit un équilibre salvateur. Et les multiples enseignements de la pratique s'infiltrent peu à peu dans ma vie et l'apaise. [...] La pratique a peu à peu modifié la perception que j'ai de la vie. Alors que la pratique s'insérait dans ma vie, voilà que graduellement, elle l'a englobée; ma vie s'organise autour de la pratique; ma vie est devenue elle-même pratique. (CLIP la pratique devient rituel de vie)

L'extrait cité précédemment fait écho à ce que relate le récit de vie. Lors d'un moment d'épuisement au cours de ma carrière, j'ai spontanément repris contact avec le domaine des arts. À cette époque, faire du dessin et de l'aquarelle semble avoir été un moyen salutaire pour faire face à une période difficile de ma vie, moyen permettant l'exploration et l'expression de certaines facettes de mon intériorité. Cet espace que je me suis alors créé m'a aidée à me reconnecter à mon intériorité alors que je m'étais peu à peu éloignée de ce qui nourrissait ma vie intérieure. Cet espace est similaire à ce que représente maintenant dans ma vie la pratique de la calligraphie. Voici un extrait du récit de vie qui en fait foi.

Après dix ans de travail en tant que psychologue en oncologie/soins palliatifs, une certaine fatigue psychologique me gagne; mon corps prend la parole. Une hernie discale me forcera à prendre un temps d'arrêt de quelques mois, période qui me plongera dans une réflexion importante. C'est alors que je renoue avec l'art. Besoin de me ressourcer, besoin de donner place à mon âme et de laisser se déployer une autre partie de mon être que j'avais négligée. (récit de vie)

Béatrice souligne pour sa part que la pratique de la calligraphie lui a permis de survivre au deuil d'un être cher, d'apprendre à vivre avec sa solitude. La pratique de la calligraphie qui était déjà intégrée à sa vie tel un rituel, lui a permis de traverser des moments difficiles. « Ce sont des périodes difficiles que j'ai vécues, la calligraphie m'a beaucoup aidée. [...] C'était la meilleure façon de me remettre à la vie. [...] La

calligraphie, c'est un monde que j'ai créé autour de moi. » (Béatrice, I) On peut voir ici que la pratique de la calligraphie lui a été salutaire.

Alice aborde aussi le thème du rituel de vie et dit qu'elle ne peut concevoir ses journées sans les commencer par une session de calligraphie, sorte d'ancrage dans le faire, au cœur d'un espace protégé.

Cette espèce de constance, tous les jours, j'aurais de la misère à m'en passer. Même en vacances, je le fais pareil. Oui, c'est un rituel, oui, oui. [...] C'est un moment privilégié, c'est comme un luxe aussi de se réserver une heure pour faire ça. [...] C'est un moment d'intimité. (Alice, I)

Pour sa part, Charles parle de la pratique de la calligraphie comme étant un mode de vie qui donne sens à son existence parce qu'en résonance avec ses valeurs les plus profondes. « C'est avant tout une démarche spirituelle qui a pour conséquence de nous rendre meilleur, de donner un sens à sa vie. » (Charles, I)

Bien qu'ayant ses exigences, la pratique me réconcilie avec la vie en m'offrant l'opportunité de me relier à mon intériorité, un univers réconfortant et rassurant où je me retrouve et je me reconnais, un univers où je m'épanouis, un refuge où je me déploie librement; elle introduit un équilibre qui me permet de supporter une réalité dont les valeurs ne me correspondent souvent que bien peu. Elle m'enseigne à mieux vivre, à mieux négocier avec les exigences de cette réalité qui me semble trop souvent superficielle et froide.

Avec les années, je réalise que ma pratique imprègne ma vie, s'y infiltre tout doucement, jusque dans les activités de mon quotidien comme en fait foi l'extrait de CLIP qui suit.

Rien ne va comme prévu au travail aujourd'hui. La tension monte, je suis contrariée, le stress m'assaille. Je suis tendue, mes idées se brouillent. Je

m'agite et tout va de plus en plus vite. Je me sens entraînée dans le chaos du quotidien, écrasée sous les multiples tâches à accomplir. Rien ne se passe comme je l'avais prévu. Soudain, sans crier gare, les paroles de Wang sensei résonnent en moi et je me dis « ne t'emballe pas, lâche prise, fais les choses comme si tu prenais une tasse de thé ». Ma respiration ralentit peu à peu, je me recentre. [...] Ça ne fonctionne pas toujours, mais cela se transforme peu à peu. (CLIP la pratique devient rituel de vie)

Les enseignements de la pratique et du *sensei* dépassent le champ de la calligraphie et imprègnent ma vie. La calligraphie n'est qu'une des formes que prend la pratique qui devient de plus en plus pratique de vie, la vie entière devenant champ de pratique. La pratique devient un rituel de vie.

5.1.2 Un espace de vie

La pratique de la calligraphie est devenue au fil du temps, un espace de vie au cœur de mon intériorité, un espace offrant calme et sécurité mais aussi un espace de liberté et d'expression où je peux être telle que je suis et explorer un univers aux multiples facettes.

La pratique représente un espace de vie en ce sens qu'elle crée un lieu privilégié où se déposer, une bulle protectrice où se réfugier, où trouver silence, calme, solitude, apaisement; elle permet des moments de recueillement et de rencontre avec soi, des moments d'intimité qui nourrissent. « Seule à la maison, je me prépare pour une session de calligraphie. Je prends mon temps; quel plaisir de prendre ce moment pour moi, avec moi. » (CLIP rituel de la pratique)

L'espace de la pratique donne libre cours à ma sensibilité et à mon imagination. L'extrait de CLIP qui suit en témoigne.

Seule dans les jardins d'une sobriété pleine de résonance, mon Âme se délecte. Je respire au rythme du temps qui ralentit. J'observe les pierres judicieusement positionnées; je suis le mouvement des ondulations des vaguelettes de l'étang, plaisir tant pour les yeux que pour le cœur. Les feuilles des plantes d'eau qui ont résisté à l'hiver et s'accrochent toujours flottent langoureusement à la surface de l'eau ou encore sont légèrement submergées, offrant un tableau qui surpasse toute représentation. Je suis fascinée, happée par une énergie méditative. Et j'imagine mon trait calligraphique suivre cette mystérieuse danse aquatique. (CLIP Kyōto, la belle austère)

Dans les paragraphes qui suivent, il sera question des différents aspects qui qualifient la pratique de la calligraphie comme espace de vie. Je parlerai d'abord de la pratique comme d'un espace d'apprentissage; j'en parlerai ensuite comme d'un espace de connaissance. Puis, j'en parlerai comme d'un espace de plaisir; de plaisir esthétique et de plaisir existentiel. Enfin, il sera question de la pratique comme espace d'enracinement.

Un espace d'apprentissage

La pratique de la calligraphie représente un espace d'apprentissage. Il s'agit ici d'un double apprentissage puisque l'apprentissage de la technique de l'art calligraphique devient aussi apprentissage de vie. L'art de la calligraphie exige un entraînement assidu qui permet l'acquisition d'habiletés calligraphiques. La reproduction répétée de modèles de plus en plus complexes permet de développer différents aspects techniques comme la qualité du trait, la fluidité du mouvement, le sens de l'équilibre du kanji, tant son équilibre interne que son équilibre dynamique. Cette pratique demande patience, persévérance, humilité, lâcher-prise. Ainsi, l'apprentissage forge le caractère du praticien et pénètre tous les aspects de sa vie. Combien de fois me suis-je entendue dire : « sensei, vous ne m'enseignez pas seulement la calligraphie, vous m'apprenez à vivre! ». L'extrait de CLIP qui suit témoigne de cet apprentissage.

Je suis en pleine session de calligraphie et je peine à exécuter un *kanji*. J'essaie encore et encore. J'observe le modèle, je recommence. Rien à faire, ça ne fonctionne pas. Les traits sont mal équilibrés, le pinceau n'obéit pas, ma main le

guide mal. Pourtant, mon œil semble voir et comprendre. Je m'acharne. Rien à faire, ma main n'obéit pas à ma volonté. Quelle frustration. Je commence à me déprécier. Les pensées se bousculent : « tu n'y arriveras pas, ça ne vaut rien, tu devrais comprendre, tu vois bien que ça ne correspond pas au modèle, regardes donc comme il faut ». Je recommence et refais encore la même erreur, encore et encore. Je m'emporte, je froisse ma feuille dans un accès de colère et de frustration. Ce n'est pas joli. Parfois, j'en pleure. Mon ego est froissé autant que ma feuille. Je réussis parfois à me sortir de cet état de frustration. Une grande respiration «patience, calme-toi; comme tu prends une tasse de thé». Quelle leçon d'humilité. Voir son imperfection se matérialiser sur la feuille donne un coup. La pratique m'enseigne beaucoup plus que la technique calligraphique. (CLIP enracinement)

L'extrait qui précède permet de comprendre que la pratique de la calligraphie favorise un apprentissage qui va bien au-delà de la technique. Il s'agit d'un apprentissage plus global. Tout en perfectionnant la technique calligraphique, la pratique forge le caractère du praticien, forme différentes dimensions de son être.

Un espace de connaissance

La pratique de la calligraphie est aussi un espace de connaissance. La pratique éveille chez moi une curiosité nourrie par la lecture d'ouvrages en divers domaines tels que l'histoire, la culture, la philosophie, l'art, la littérature, la poésie et par l'exploration du monde qui m'entoure. Je visite des expositions diverses, je m'intéresse à d'autres formes d'expression artistiques, j'assiste à des spectacles, je fais des voyages stimulants. Le champ de la connaissance est infini.

Hier encore, j'ai déniché un livre passionnant. Je suis avide de lecture : philosophie, histoire, poésie, arts visuels. L'univers de la calligraphie m'ouvre une voie sans fin qui me nourrit abondamment. Je me retrouve dans un univers de calme et de silence, dans une solitude que j'affectionne. Je ne suis pas si seule en fait puisque j'entre en relation avec ces multiples réalités, auteurs, artistes. En les lisant, je pénètre leur univers et il me semble entretenir avec eux

une conversation passionnante. Que je suis bien dans ce monde qui m'habite, que je construis au fil de mes découvertes. (CLIP enracinement)

La pratique représente ainsi une source intarissable de connaissance qui stimule chez moi l'exploration tant de mon intériorité que celle du monde qui m'entoure.

Un espace de plaisir

La pratique de la calligraphie représente également un espace de plaisir, plaisir esthétique, plaisir existentiel. La beauté est omniprésente au sein de l'univers de la calligraphie, une beauté simple, dépouillée, pleine de sens, qui va au-delà du beau et du laid, une beauté qui me parle. La beauté habite les outils de calligraphie, mais aussi l'espace que l'on se crée pour calligraphier, la pièce que l'on choisit et aménage, l'environnement que l'on se crée.

L'hiver, je m'installe à la table de cuisine où j'ai une vue sur le jardin et la rivière. La neige et le silence forment un écrin où il fait bon se poser et calligraphier. Dès le mois de mai, je m'installe au solarium et je me sens littéralement faire partie de la nature. (CLIP le rituel de la pratique)

La beauté réside également dans les œuvres que l'on regarde et celles que l'on consulte. Alice parle du plaisir esthétique que lui apporte la pratique. En parlant des kanji, elle dit: « À chaque fois, quand elle [Okata sensei] nous donne un nouvel exercice, tu dis : ah mon dieu qu'ils sont beaux! Y'a comme vraiment une émotion quand tu les vois. » (Alice, I)

S'ajoute au plaisir esthétique plusieurs autres sources de plaisir que je nomme ici plaisir existentiel, comme celui de jouir du calme et du silence, le plaisir des sens, de faire l'encre et de sentir le parfum qui s'en dégage, le plaisir d'exécuter la danse calligraphique.

Alice m'a permis de reconnaître en moi la dimension de plaisir. Lors de notre première rencontre, elle m'a parlé du plaisir esthétique que lui procure la pratique de la calligraphie, du plaisir d'observer les œuvres, celui aussi d'y reconnaître le mouvement calligraphique. Les propos d'Alice m'ont permis d'identifier cette dimension chez moi, une dimension dont je n'avais pas encore pris conscience, m'identifiant spontanément davantage aux aspects plus austères de la discipline et de l'entraînement.

Un espace d'enracinement

Finalement, la pratique de la calligraphie m'apparaît comme un espace d'enracinement de mon être, enracinement de ce qui constitue les éléments fondamentaux de qui je suis. J'ai choisi d'utiliser le mot enracinement parce que la pratique ne change pas de façon radicale qui l'on est; elle induit plutôt un approfondissement, un enracinement de ce qui est déjà présent en soi. La pratique m'ancre à un espace au cœur de mon intériorité qui répond à divers besoins en favorisant le développement de certains états (silence, calme, sérénité, tranquillité, solitude, centration, méditation, non-pensée, plaisir), en cultivant certaines valeurs (engagement, persévérance, patience, discipline, lâcher-prise, humilité, compassion, respect, reconnaissance), tout en développant certaines qualités d'être auxquelles j'aspire (présence, acuité des sens, vigilance, réceptivité, ouverture, détachement). Je parle d'enracinement parce que j'ai l'impression qu'au cœur de mon intériorité, je me consolide, je vis en résonance avec mes aspirations plutôt que de les ignorer et de les nier dans une réalité qui valorise me semble-t-il, le plus souvent tout autre chose. La métaphore de l'arbre que m'a transmise Kuiseko sensei me revient en tête.

Kuiseko *sensei* fait une analogie intéressante comparant l'œuvre à une fleur et la pratique à l'arbre qui produit cette fleur. Elle explique que la fleur ne procure qu'une beauté éphémère; elle fleurit, séduit, fane et tombe. Il importe avant tout de cultiver

l'arbre afin que ses racines deviennent fortes, solides et profondes. L'arbre vigoureux produira de magnifiques fleurs année après année.

Elle poursuit en m'expliquant que les racines du calligraphe se fondent au cœur même de son intériorité qu'il doit cultiver sans relâche. La pratique soutenue nourrit l'intériorité du calligraphe aussi bien que sa technique. (CLIP *l'arbre de Kuiseko sensei*)

L'espace de vie que crée la pratique semble produire certains changements en moi. Je note par exemple que mon regard change⁶; voici l'extrait d'un clip qui relate une expérience vécue lors de la visite d'une exposition de calligraphie à Osaka.

Soudain, la confusion m'assaille. Mes balises se désintègrent. Je suis sous le choc. Mon regard change, je ne vois plus comme avant. C'est comme si je traversais un mur, comme si mon regard perçait un voile. Tout se mêle d'abord et puis je vois la force, l'énergie concentrée, la retenue; tout est plus contenu, concentré. [...] Mon regard est aspiré et semble traverser la trace laissée par l'encre. Je vois derrière l'œuvre. (CLIP la révélation)

Mon regard change, il s'affine. L'observation attentive qu'exige l'apprentissage de la calligraphie aiguise l'œil, l'exerce à voir de façon de plus en plus fine. Cette faculté dépasse les facultés de l'œil physique et transforme la vision que j'ai de mon environnement et plus globalement, celle que j'ai de la vie. D'autres changements s'opèrent, la conscience de ma façon d'être au monde se modifie : je suis plus attentive, plus à l'écoute et ma qualité de présence s'intensifie. La pratique forme le caractère : la patience, l'humilité, le lâcher-prise sont mis à rude épreuve. Des changements, bien que parfois subtils, se font sentir en moi au fil de la pratique.

d J'ai préféré ici utiliser l'expression « mon regard change ». J'ai choisi le mot « regard » plutôt que « perception ». La consultation du dictionnaire historique de la langue française (Rey, 2006) a permis de préciser que la perception fait davantage référence à l'action de recueillir des informations alors que le mot regard met plutôt l'accent sur la manière de regarder, de considérer avec une certaine disposition d'esprit et de ce fait, me semble plus englobant.

Tous ces changements me font réaliser que l'espace de la pratique est un lieu de transformation et semble également l'être pour les autres praticiens comme en témoignent les extraits d'entrevues qui suivent.

Est-ce que ça m'a changée? Je ne sais pas. Probablement. Parce que j'ai été forcée de regarder en moi-même. Et j'ai trouvé que j'étais plus forte que je me l'imaginais. (Béatrice, I)

Alors la colère, je la vois venir, tu l'observes. [...] J'ai appris à maîtriser ma colère. Donc c'est sûr que la pratique change. (Charles, II)

Alice parle également de la pratique de la calligraphie comme d'un lieu de transformation. Elle m'a raconté lors de la deuxième entrevue qu'elle a toujours été très exigeante et que la pratique lui a permis de développer peu à peu une plus grande compassion envers elle-même.

En résumé, je dirais que la pratique de la calligraphie m'enracine dans mon intériorité tout comme elle m'enracine dans la vie concrète. Je sens de plus en plus que ma pratique de calligraphie pénètre ma vie et lui donne sens.

Lors de moments de tension ou de stress, je me surprends à me dire intérieurement « lâche-prise, vis l'instant comme si tu prenais une tasse de thé » ce qui signifie pour moi de lâcher-prise en ce qui concerne mes attentes envers moi et les autres. Je réalise que ma conscience est plus alerte. Je prends parfois conscience que je me sens entraînée par le chaos du quotidien, écrasée sous les multiples tâches à accomplir. Je tente alors de prendre du recul, j'observe l'agitation, je me vois agir. Et cela me permet de tenter de briser l'illusion et l'emprise. (CLIP la pratique devient rituel de vie)

La pratique m'offre d'une part un havre de paix hors d'un monde qui me heurte, elle est source de connaissance et d'apprentissage, elle me nourrit. D'autre part, elle me permet d'exprimer mes convictions les plus profondes et elle infiltre peu à peu ma vie quotidienne à travers ses enseignements, me permettant de mieux négocier avec les

multiples exigences du monde extérieur. Il s'agit d'un long processus, d'une voie d'apprentissage, $shod\bar{o}$, la voie de la calligraphie; c'est la pratique de toute une vie. Sous cet angle, ce qui importe ici n'est pas le résultat, mais bien plutôt l'agir de la pratique incessante. Faire, faire, refaire, sans penser, sans attentes. La pratique fait son œuvre.

5.2 Encorporation

Identifier le thème de l'intériorisation n'a pas été chose surprenante pour moi, ma façon d'être au monde reflétant une tendance à l'introversion ayant favorisé le développement d'une vie intérieure intense comme le laisse entrevoir mon récit de vie. Ma réalité étant davantage dominée par le monde de la pensée, de la réflexion et de l'imaginaire, j'ai peu à peu désinvesti mon corps pour vivre davantage dans ma tête. J'entends encore ma co-directrice de thèse me dire alors que j'écrivais mes CLIPS: «Lise, tu es dans ta tête! Sois plus concrète ». Cette remarque m'avait secouée et m'habite encore; elle reflète une façon d'être au monde et parle de ma tendance à désinvestir le monde concret.

La pratique de la calligraphie interpelle le corps entier. Cet investissement du corps a un impact important au niveau de la façon que j'ai de le percevoir, de l'habiter et de l'expérimenter.

Le thème abordé dans la présente section est celui de l'encorporation. J'ai choisi d'utiliser le terme «encorporation»⁷, mot d'action qui témoigne de l'acquisition d'une conscience différente de mon corps à travers la pratique de la calligraphie. Ce mot me permet de parler de l'expérience de prendre corps. Découvrir l'importance de cette thématique au fil de l'analyse des données a été pour moi une révélation. Les

⁷ Le mot encorporation est formé à partir du verbe corporer qui signifie « donner un corps à » ; le préfixe « en » marque l'aspect inchoatif du verbe, soulignant le passage d'un état à un autre.

échanges avec Alice à ce sujet lorsqu'elle parle par exemple du mouvement (voir l'extrait de la deuxième entrevue avec Alice à la section 5.2.2), m'ont également permis de préciser et d'approfondir la réflexion portée sur la relation que j'entretiens avec mon corps en lien avec la pratique de la calligraphie. La pratique de la calligraphie me permet de prendre corps, de ressentir et de vivre mon corps différemment en transformant peu à peu la conscience que j'en ai et ce, d'une part, à travers le maniement des outils et d'autre part, à travers le geste calligraphique.

5.2.1 Le maniement des outils

L'apprentissage de la calligraphie est un processus complexe. L'apprenti doit tout d'abord développer une connaissance intime de ses outils : le pinceau, l'encre, le papier. ⁸ Il se doit d'apprendre à connaître leurs propriétés, leur composition, leur usage, leur potentiel pour être en mesure d'exécuter un tracé de qualité. Bien que la lecture et les enseignements du *sensei* soient précieux à cet égard, seule la pratique incessante permet la connaissance et la maîtrise des outils.

Le maniement des outils de calligraphie transforme la relation que le corps entretient avec ces objets et permet de développer une plus grande acuité des sens. Frotter le bâton d'encre sur la pierre à encre, sentir le velouté de la pierre alors que l'encre se joint à l'eau dans un savant mélange de plus en plus épais laissant émaner des effluves envoûtants; apprendre à tenir le pinceau, à connaître sa portée, ses qualités, sa capacité de réserve d'encre, contrôler la pression exercée; sentir la texture du papier, reconnaître sa capacité d'absorption. Toutes des expériences qui affinent les sens.

Dans la pratique des arts visuels, on parlerait du papier comme d'un support, de l'encre comme d'un médium. Dans la pratique de la calligraphie, on parle de façon courante du matériel, des outils du calligraphe et l'on y réfère en parlant des « quatre trésors du calligraphe » soit l'encre, la pierre à encre, le pinceau et le papier.

Entre le corps et l'œuvre se positionne le matériel. Je prends le pinceau : quel bonheur. Je le touche mais c'est comme s'il me touchait aussi, une relation nouvelle s'installe. Son poids fait naître en moi une exquise sensation. C'est un plaisir sensuel que de ressentir l'effet de balancier alors que mes doigts sont savamment enroulés autour du pinceau qui devient alors un appendice de ma main. Perpendiculaire à la surface de travail, répondant au moindre mouvement de mes doigts, le pinceau danse sur le papier selon la chorégraphie du grand maître étudié. Et que dire de ce papier Moben que je découvre, un papier chinois fait à la main : quelle douceur accrocheuse, quel grain. Je sens le pinceau y laisser sa trace, sans glisser; l'encre pénètre juste ce qu'il faut. Il a aussi une belle couleur beige et l'odeur qu'il dégage est particulière. Tous ces détails marquent mon corps et mes sens, qui se développent au contact du matériel calligraphique et s'éduquent à travers l'usage que j'en fais. (CLIP entre le corps et l'œuvre)

Jour après jour, je dois apprendre à jauger une foule d'informations afin de dégager les potentialités de chaque outil. La relation intime que j'entretiens avec les outils de calligraphie me permet de développer une plus grande sensibilité au monde qui m'entoure. Cet apprentissage s'imprime dans mon corps et pénètre peu à peu mon vécu corporel.

La conscience accrue de mon corps, je dirais même la nouvelle conscience que j'ai de mon corps, a un impact sur la relation que j'entretiens avec lui. Ayant toujours beaucoup plus investi au niveau de mon intériorité, je m'en suis peu à peu détachée. Mon corps, pour apparaître, a dû prendre sa place à travers la prise de poids. La nouvelle conscience du corps acquise au fil de la pratique, transforme peu à peu cette dynamique. Je me déleste graduellement de ce surpoids. Il semble que mon séjour au Japon, période d'immersion intensive dans la pratique, ait été significatif à cet égard comme le souligne l'extrait de CLIP présenté ici.

Depuis mon séjour d'immersion au Japon, mon corps s'éveille et se déleste peu à peu de ce poids devenu encombrant. J'ai besoin de prendre ma place

différemment, j'ai besoin d'être vue pour qui je suis. Ce poids qui jadis m'ancrait, m'enracinait sur cette terre, m'alourdit aujourd'hui. (CLIP encorporation)

Mon corps me relie au monde et les outils le prolongent en quelque sorte. Je comprends que la pratique de la calligraphie participe à rétablir une relation plus significative avec mon corps ainsi qu'avec ce qui m'entoure. Mais un autre élément contribue à cette transformation : le geste calligraphique.

5.2.2 Le geste calligraphique

L'autre élément favorisant l'encorporation est le geste calligraphique. La calligraphie exige du corps qu'il trouve son chemin sur la feuille blanche, qu'il retrouve le parcours du pinceau, l'équilibre dans l'espace, la qualité du trait, le mouvement et l'énergie de la trace laissée par le grand maître étudié. L'observation attentive du modèle conjuguée à la pratique incessante du tracé mènent le corps à trouver le geste juste. Cette recherche est corporelle, elle se fait dans l'agir et s'adresse à l'intelligence du corps. Une fine observation du modèle permet d'initier le processus; mais le corps devra trouver son chemin au fil de la répétition. Avec les années, le corps reconnaîtra intuitivement le mouvement contenu dans la trace, le ressentira, le revivra et pourra l'agir. L'extrait qui suit parle de cet apprentissage.

La pratique exige du corps qu'il soit présent, qu'il observe le modèle et tente de le reproduire. Il cherche à trouver le geste, à l'affiner. Il scrute la trace, la compare au modèle, jauge le résultat et cherche le mouvement juste. Il s'agit d'un long apprentissage qui forme la présence au corps, non par la volonté mais plutôt par l'expérience répétée du geste. Être présente au corps est une exigence, une nécessité. Et cet apprentissage a ses répercussions bien au delà de la pratique elle-même. (CLIP nouvelle conscience du corps)

Lire une calligraphie, c'est beaucoup plus que de la regarder; c'est la sentir en soi, revivre le tracé, comme si le corps reconnaissait le mouvement ayant donné naissance

à la trace. C'est la voir bouger, la voir prendre vie, la visualiser dans l'espace. Et c'est ce que j'ai voulu dire lorsque j'ai parlé de voir derrière l'œuvre bien qu'alors, il ne s'agissait que d'une intuition; je ne soupçonnais pas ce qui était en jeu, comme le montre l'extrait qui suit.

Comment expliquer que ce que je vois se qualifie difficilement; je ressens plus que je ne vois. Cela tient du monde de l'invisible, de l'énergie. Je pourrais dire que le trait est solide, bien enraciné, bien équilibré; du trait émane une force tranquille. Mon cœur bat, s'affole, ne sait plus que penser, que ressentir. Je cherche, mon regard balaie les œuvres exposées; je fais et refais le tour des salles. Je ne vois plus comme avant, quelque chose a changé. La force tranquille me captive, une force bien ancrée, une force derrière l'apparence. (CLIP mon regard change)

Ainsi, ce n'est pas mon œil qui lit la calligraphie, mais bien mon corps entier, comme s'il sentait en lui le parcours du tracé. Alice m'a beaucoup aidée à approfondir ma compréhension du phénomène. Elle porte un intérêt particulier à la gestuelle et au mouvement. D'abord à la recherche d'un répertoire de gestes plus vaste que celui qu'elle possédait déjà dans le cadre de ses activités professionnelles, Alice découvre peu à peu l'univers du mouvement jusqu'à ressentir en elle la chorégraphie de la calligraphie comme en fait foi cet extrait d'entrevue.

Je regarde la calligraphie différemment, de plus en plus. [...] J'aurais le goût de commencer à faire du tai chi, pour être capable de faire de la calligraphie plus avec mon corps. [...] J'ai l'impression que je les vois en trois dimensions. C'est pas juste en deux plans, c'est vraiment dans l'espace. Ça rentre, ça ressort, ça bouge, ça saute. Y'a quelques chose de l'ordre du corps puis du mouvement. (Alice, II)

Béatrice parle peu du corps bien qu'elle dit avoir pratiqué le tai-chi pendant quelques années alors que Charles aborde le sujet en parlant de sa recherche du geste juste. Sa pratique des arts martiaux lui apprend que le corps doit agir sans penser.

Quand on arrive à faire la non-pensée, tout se place. Et on réussit parce que c'est le corps qui agit. [...] C'est le corps qui lit. Alors c'est de se mettre dans cet état là, de ne pas penser et de réagir. [...] Il faut répéter, répéter. (Charles, II)

Le geste calligraphique éveille le corps et les sens, entraîne une conscience du corps dans l'espace, une conscience qui se répercute bien au-delà de la pratique de la calligraphie. J'ai constaté que ma respiration se module pendant la session de pratique comme en témoigne cet extrait de CLIP qui suit.

Plus récemment, ma respiration se transforme. Le rythme est différent, comme si le souffle de vie s'ajustait à la gestuelle. Tout s'unifie. La sensation est encore subtile mais cette transformation du souffle est en train de s'opérer, j'en prends conscience. J'avais bien lu sur le sujet [le souffle de vie, le ki] mais cela demeurait théorique pour moi. Je commence à le ressentir. (CLIP j'expérimente mon corps)

J'observe ainsi que le rythme de ma respiration s'ajuste presque imperceptiblement à mon agir calligraphique, l'inspiration précédant l'attaque du trait. Je ne tente pas de contrôler cette nouvelle sensation. Je laisse mon corps trouver ce qui lui convient. Je laisse la sagesse du corps agir. Néanmoins, je suis bien consciente qu'une transformation s'opère à ce niveau. J'en ai parlé à mon sensei qui m'a laissé entendre que cela est un phénomène qui se produit normalement au fil de la pratique; il s'en est d'ailleurs réjoui puisque ce changement au niveau du rythme de la respiration ainsi que le fait d'en prendre conscience marqueraient une étape de progression et de maturation de la pratique.

L'encorporation en tant que phénomène procure un certain plaisir, plaisir des sens, plaisir d'occuper l'espace. Il transforme également la qualité de présence, modifiant la perception des indices corporels.

Bien que mon récit de vie témoigne principalement d'une intériorité marquée, il est possible d'y déceler certains indices se rapportant au vécu corporel comme le laisse entrevoir cet extrait.

Je revois mon père dessinant au coin de la table de cuisine : « papa, dessine-moi quelque chose... ». J'étais fascinée par sa main qui bougeait, dansait sur le papier faisant naître des traits, des formes esquissées, incomplètes mais révélatrices et que l'imagination reformule à sa guise. J'entends encore le bruit de cette danse, le clapotis de son bracelet sur la table, la main qui brosse le papier, la mine grasse qui trace des volutes d'une multitude de nuances noires. J'aimais voir courir la mine, jamais utilisée comme pointe mais plutôt comme graveuse de volumes, d'épaisseurs, d'intensités. (récit de vie)

Les années consacrées à l'étude de la danse parlent également de cet intérêt pour le mouvement et le corps : « J'adorais la danse, le mouvement, le rythme qui transporte le corps et l'être entier, mais mon corps n'avait pas l'architecture requise. » (récit de vie)

Pour conclure sur le thème de l'encorporation, l'analyse des données me permet de réaliser que la pratique de la calligraphie modifie la relation que j'entretiens avec mon corps et avec le monde. La pratique me permet de prendre corps. Mes sens gagnent en acuité, ma relation à l'espace se transforme. Ainsi, j'observe que la sensation du toucher s'affine, le contact avec les objets mais aussi avec mon propre corps se transforme. Cette nouvelle sensibilité modifie ma lecture des œuvres de calligraphie. Je sens corporellement les œuvres autant que je les vois; j'y reconnais le mouvement parcouru. J'observe également que je ressens mon corps différemment; le changement est subtil, mais ma conscience perceptive s'est accentuée. Lorsque je marche par exemple, je suis davantage consciente des sensations ressenties, comme la tension des muscles, le mouvement de mes membres. Ma respiration se transforme, comme je le mentionnais plus haut et se module au geste calligraphique. Finalement, mon corps prend place différemment dans le monde et n'accorde pas la même

importance à la nourriture, comme si l'anesthésie que cette dernière lui procurait n'était plus nécessaire. La pratique de la calligraphie opère ici aussi un genre d'ancrage dans le monde, me relie au monde.

5.3 Inscription

Le troisième thème permettant de comprendre le sens de mon expérience de la pratique de la calligraphie est celui de l'inscription. La pratique induit un mouvement vers l'extérieur me permettant de prendre place dans le monde réel par le biais des œuvres-traces; elle suscite des projets et m'incite à aller au-delà de mon intériorité en m'inscrivant dans une relation concrète avec l'autre, dans le monde. Je commencerai par parler des œuvres-traces pour ensuite aborder le sous-thème des projets.

5.3.1 Les œuvres-traces

Dans le cadre de la présente étude, j'ai tenu à réserver une place à la présentation publique de mes productions calligraphiques. Cette présentation publique a pris la forme d'une exposition qui s'est tenue du 9 au 18 mars 2012, à l'Espace 64 dans le Vieux Montréal. Au début de ma recherche, je n'avais pas prévu le faire. C'est au cours de ma démarche que j'ai commencé à considérer cette idée, d'abord motivée par le désir de saisir l'occasion de faire voir au public ce qu'est l'art de la calligraphie japonaise et par la suite, motivée par l'importance de faire voir la pratique elle-même, de la rendre plus concrète en présentant ses traces. Ce n'est que progressivement que j'ai pris conscience de la signification plus profonde de cette exposition dont la planification et l'organisation ont éveillé en moi une nouvelle compréhension du rôle des œuvres.

L'expérience engendrée par ce projet d'exposition a été formatrice et des plus révélatrice. L'exposition a transformé ma relation aux œuvres qui ont pris la place qui leur revenait au fur et à mesure qu'une compréhension plus fine du sens de la pratique

calligraphique dans ma vie se révélait. J'ai souvent répété que les œuvres n'étaient pas le point central de mon intérêt, que l'expérience même de la pratique m'importait davantage. Mais le fait de préparer une exposition, de rassembler un ensemble d'œuvres significatives et de les exposer a eu sur moi un fort impact. Voir les œuvres résultant de la pratique prendre place, les voir rassemblées en un même lieu a été un choc pour moi comme en témoigne l'extrait de CLIP suivant.

Quel choc de voir cet ensemble qui prend corps. Les œuvres s'imposent et je les découvre. Elles prennent vie et me regardent. Cela me frappe en plein cœur. De les voir là, toutes réunies, je réalise qu'elles me révèlent et deviennent autonomes. Elles ont maintenant leur propre vie hors de moi. Je suis soufflée. (CLIP la trace)

L'œuvre est une trace. Elle incarne la pratique. Elle naît du geste posé et manifeste une parcelle de mon intériorité comme le laisse entendre l'extrait de CLIP qui suit.

La pratique de méditation laisse aussi une trace dans le corps et l'esprit mais la trace est invisible. La trace laissée par la pratique de la calligraphie imprime à jamais la chorégraphie empreinte d'énergie, un moment capté à jamais. Je réalise que j'ai besoin de cette trace, de voir ma pratique s'incarner. (CLIP la trace)

L'œuvre-trace exerce également une fonction de séparation, de mise hors de soi. Elle me force à prendre distance et à initier un dialogue avec l'œuvre et avec l'autre. Cette mise hors de soi entraîne le risque d'apparaître et d'être vue, le risque de recevoir le regard et la critique de l'autre. Elle ouvre un espace d'échange et en tant que premier observateur, je suis engagée dans cet échange avec l'œuvre-trace. L'autre me reflète également sa perception de l'œuvre-trace, ce qui initie un processus de découverte, ouvre un espace de relation.

L'œuvre mise hors de moi dans le monde fait encore plus; elle dit au monde quelque chose comme « j'existe » ou « l'intériorité qui m'habite et que vous ne voyez pas

existe ». Pendant une période relativement importante de ma vie, je suis entrée en moi-même, me heurtant à un monde avec lequel il me semblait difficile de partager ce qui habitait mon intériorité. La pratique de la calligraphie m'a permis de m'extérioriser davantage en communiquant quelque chose qui m'est intime, en le communiquant de façon plus symbolique. Les œuvres-traces traduisent en quelque sorte une part de ce qui habite mon espace intérieur.

Pour Alice, les œuvres elles-mêmes ne revêtent pas une grande importance. « Mes rouleaux de Tōkyō⁹, je les ai jamais déroulés. [...] C'est pas important. [...] Je trouve ça beau de le faire, mais je le fais pas pour faire une œuvre. » (Alice, I) Alice parle pourtant des œuvres des grands maîtres comme étant des traces, des manifestations de leur cœur et de leur personnalité; mais pour sa part, elle considère qu'étant en apprentissage depuis si peu d'années, ses traces n'offrent que peu d'intérêt. Lors de la deuxième entrevue, elle mentionne pourtant que lorsque parfois elle regarde ses anciennes copies d'exercices, elle découvre les traces de son cheminement prenant conscience qu'elle laisse effectivement une trace par le biais de sa pratique et que cette trace parle de son expérience.

Béatrice s'intéresse beaucoup plus à l'exécution de la calligraphie et à l'expression de ce qu'elle ressent qu'à ses œuvres elles-mêmes. « C'est une façon d'arriver à exprimer ce qu'il y a dans le cœur. » (Béatrice, I) Charles pour sa part se dit de plus en plus détaché des œuvres qu'il fait. Il s'entraîne souvent d'ailleurs avec une pierre et de l'eau, ce qui rend l'œuvre éphémère. Il précise toutefois que les œuvres des grands maîtres demeurent des outils de transmission et d'enseignement : « Dans ce sens là, une œuvre est importante. [...] Elle va peut-être éveiller quelqu'un. » (Charles, I)

⁹ Un « rouleau » est une forme traditionnelle de montage des œuvres calligraphiques appelé kakejiku. Alice parle ici des œuvres qu'elle a exposées lors de compétitions internationales tenues annuellement à Tōkyō.

Ce que l'on peut comprendre de ces témoignages c'est que les praticiens de calligraphie rencontrés ne sont pas portés à reconnaître l'importance de leurs œuvrestraces. Probablement parce que la trace extérieure laissée par le praticien de calligraphie ne joue pas le même rôle que la trace produite par l'artiste en arts visuels dont la profession est d'engendrer des œuvres qui s'inscrivent dans un processus de création, dans un système donné. L'œuvre issue de la pratique calligraphique n'a pas la même raison d'être et c'est probablement ce qui engendre ce type de perception. Les praticiens calligraphes ne semblent pas reconnaître le rôle de leurs œuvres-traces, rôle d'inscription hors de soi de quelque chose en correspondance avec leur intériorité. Cette dimension m'échappait aussi au début de ma recherche. Le fait d'analyser ma pratique m'a rendue plus sensible à ce phénomène et m'a permis de reconnaître en quelque sorte l'importance de la trace extérieure dans le processus de la pratique calligraphique.

Pour moi, le point le plus significatif de l'œuvre-trace est que cette dernière marque un mouvement d'extériorisation, faisant écho à mon espace intérieur. Elle me permet de manifester des parcelles de mon intériorité, d'être vue. En évoquant à l'extérieur de moi ce qui m'habite, l'œuvre-trace me permet de prendre place dans le monde, d'engager une forme de communication avec moi-même et avec l'autre. Elle m'inscrit dans le monde. Elle me remet au monde.

5.3.2 Les projets

S'inscrivant en continuité avec ce mouvement d'extériorisation, la pratique de la calligraphie me permet également de m'impliquer dans divers projets, de faire de multiples rencontres et d'engager d'intéressantes collaborations. La présente recherche doctorale en est un bel exemple. Mon implication dans la pratique a suscité un profond questionnement dont l'impact a eu des répercussions beaucoup plus importantes que prévu au départ.

Le projet et la réalisation d'un stage d'immersion au Japon se sont greffés à la recherche et ont permis de marquer un moment fort de mon expérience, tout comme la décision de tenir une exposition de mes œuvres-traces. Ces projets ont exigé que je m'implique tant au niveau de l'organisation matérielle qu'au niveau de l'élaboration du contenu et du message, comme le souligne cet extrait de CLIP.

Depuis quelques semaines, je prépare une exposition de calligraphie qui se tiendra à Montréal à l'hiver 2012 avec Wang sensei. Cela représente un travail d'organisation qui me propulse dans le monde bien concret du social et me demande de m'extérioriser davantage : établir des contacts, tenir des rencontres, négocier, prévoir les espaces, préparer le matériel nécessaire. Je m'investis dans ce travail de préparation, je fais des recherches terrain, je visite des expositions en étant attentive aux détails. [...] Je m'observe à travers ce processus et je note que je suis habitée par une énergie qui m'investit dans le monde. Ma vie s'organise autour de ce projet et je prends place dans le monde avec une motivation folle. Je vibre et je m'inscris. Je sors de mon intériorité si familière. (CLIP la trace)

À travers ce type d'expériences, la pratique me projette en avant, hors de mon intériorité. Elle bouscule ma façon d'être, ouvre de nouveaux territoires et m'apprend à vivre autrement. Elle fait naître en moi une motivation formidable créant une synergie qui me met en relation avec ce qui est autre que moi. Le récit de vie laisse voir que cette capacité à m'investir dans le domaine social me caractérisait davantage au début de ma vie adulte, comme en fait foi cet extrait.

J'ai toujours été curieuse, audacieuse, désireuse d'aller vers la source. Grâce à une série de circonstances et de synchronicités, je suis invitée en 1983 par le directeur du Child care and development group de l'Université de Cambridge en Angleterre pour un séjour de recherche de 4 mois dans le domaine de la psychologie de la maternité. Toutes les portes s'ouvrent et je fonce; je ferai de multiples rencontres avec des spécialistes du domaine tant en Angleterre qu'en France et en Hollande. (récit de vie)

Mais au fil du temps, ce désir de me projeter de l'avant, de m'investir dans le social s'est peu à peu effrité, bien que j'aie toujours enseigné dans le domaine de la psychologie et que j'aie organisé deux congrès d'envergure nationale au cours de ma carrière. Je crois que cet effritement était dû au fait que je me sentais de moins en moins en résonance avec les projets qui se présentaient. Le fait de renouer avec les arts et plus particulièrement, de m'engager dans une pratique de calligraphie, m'a fait retrouver peu à peu cette capacité, ce désir de m'investir dans le monde, de m'y inscrire. Bien que les autres praticiens ne parlent pas de la pratique comme étant instigatrice de projets, l'analyse des entrevues permet de constater chez eux une stimulation semblable. Alice a commencé à collectionner des œuvres de grands maîtres; elle fait des recherches, parle avec d'autres collectionneurs et des propriétaires de galerie. Cela devient pour elle une passion. De plus, motivée par ses observations sur le mouvement calligraphique, elle songe à débuter des cours de tai-chi.

Pour Charles, la pratique de la calligraphie s'inscrit au cœur d'un cheminement spirituel qui comporte également d'autres formes de pratiques, comme la pratique des arts martiaux. Charles explique que ces pratiques deviennent pour lui un mode de vie, organisent sa vie. Ces pratiques favorisent aussi chez lui le développement de projets qui le relient aux autres. Pour sa part, Béatrice ne cherche pas vraiment à se projeter dans des formes d'activités qui la relieraient aux autres. Elle est à une étape de sa vie où elle veut vivre doucement avec ce qui la comble de joie au cœur d'un monde qu'elle s'est créé et que lui procure la pratique de la calligraphie.

Pour conclure le présent chapitre, rappelons que l'analyse des données a mis en lumière trois grands thèmes qui permettent de mieux comprendre le sens que prend la pratique de la calligraphie japonaise dans ma vie.

Le premier thème est celui de l'intériorisation et traite du mouvement vers l'intériorité qu'induit la pratique. Ce thème présente la pratique comme étant d'une part une forme de rituel qui permet de me reconnecter à mon intériorité et d'y trouver un ancrage qui donne sens à ma vie et d'autre part, comme étant un espace de vie aux multiples facettes: espaces d'apprentissage, de connaissance, de plaisir et d'enracinement. L'analyse de mes données permet de voir que le mouvement d'intériorisation que favorise la pratique de la calligraphie est certes un facteur qui m'a incitée à m'y engager et à l'approfondir.

Le deuxième thème est celui de l'encorporation et aborde la relation au corps et à l'espace à travers les notions du maniement des outils et du geste calligraphique. L'analyse des données a permis de mettre en lumière que la pratique de la calligraphie a éveillé chez moi une nouvelle conscience du corps; elle a développé ma sensibilité et a changé ma façon de percevoir, d'habiter et d'expérimenter mon corps. Elle a transformé la relation que j'entretiens avec celui-ci ainsi que celle que j'ai avec mon environnement. Je dirais que la pratique m'a permis de prendre corps et de m'ancrer davantage dans le monde.

Finalement, le thème de l'inscription traite du mouvement d'extériorisation qu'initient les œuvres-traces et les multiples projets pouvant découler de la pratique. Il ressort de l'analyse des données que les œuvres-traces prennent une place beaucoup plus importante qu'elles ne prenaient au début de cette étude, ce qui m'a permis de réaliser l'importance des traces extérieures dans une pratique comme la mienne. De plus, le projet d'exposition a mis en relief le potentiel d'investissement dans l'univers social que recèle la pratique calligraphique.

Le prochain chapitre permettra d'interpréter et de discuter les résultats à la lumière des écrits et des autres paramètres de la recherche et ce, afin de proposer une compréhension globale permettant de répondre à la question de recherche « quel sens prend la pratique de la calligraphie japonaise dans ma vie? ».

CHAPITRE VI

DISCUSSION

Le chapitre VI examine les résultats de la recherche à la lumière d'une part, des concepts exposés dans le chapitre posant le cadre conceptuel et d'autre part, des liens qui se sont tissés au fil de l'analyse. La réflexion effectuée dans cette discussion permet de mieux comprendre l'expérience de la pratique de la calligraphie japonaise dont il est question ici et de répondre à la question du sens que prend cette pratique dans ma vie, question que pose la présente recherche.

La discussion ne saurait commencer sans évoquer l'impact du passage du temps sur ma réflexion. En effet, ma démarche doctorale s'est effectuée sur une période de dix ans. Le fait que je travaillais à plein temps en tant que psychologue durant cette période explique en partie cette longue gestation. Plusieurs événements ont eu lieu au cours de ces dix années, des événements qui ont marqué ma pratique calligraphique et la compréhension que j'en ai aujourd'hui. J'ai effectué quatre séjours au Japon, dont le dernier a eu lieu vers la fin de mon parcours doctoral. J'ai également perdu mon professeur de calligraphie, auprès de qui j'ai étudié plus de treize ans à Montréal, Okata sensei décédée en 2011, ce qui m'a menée à réorienter ma pratique auprès d'un nouveau sensei. De plus, trois éléments marquants ont ponctué mon parcours de recherche de façon particulièrement significative, éléments qui ont été abordés au chapitre IV: l'exposition que j'ai tenue à Montréal à l'hiver 2012 dans le cadre de ma recherche doctorale, un séjour de trois mois à Kyōto en 2011 (un des quatre voyages mentionnés ci-haut) et finalement, la rencontre de Wang sensei qui m'a enseigné lors de mon séjour à Kyōto et qui allait devenir mon sensei suite au décès d'Okata sensei à Montréal.

Le facteur que représente le passage du temps s'est inscrit tout naturellement dans la démarche heuristique adoptée dans le cadre de la recherche et a favorisé un processus de maturation qui a permis de faire des découvertes étape par étape au sein d'un processus d'alternance entre exploration et compréhension tel que le décrit Craig (1978) dans son étude du processus heuristique. Même si la cueillette des données sur le terrain de la pratique s'est échelonnée sur un peu plus de deux ans, ma pratique calligraphique débutée en 1998, bien avant le début de la recherche, s'est toujours poursuivie et se poursuit encore aujourd'hui. Cette présence sur le terrain même de la pratique calligraphique tout au long de la recherche a favorisé l'émergence de constellations d'idées, permettant une compréhension toujours plus fine de l'expérience. Au fil du temps, du vécu et de la réflexion nourrie par les professeurs et les maîtres qui m'ont accompagnée tout au long de cette démarche de recherche, ma compréhension de la culture japonaise, du bouddhisme zen et du phénomène de la pratique de la calligraphie japonaise s'est approfondie. D'abord empreinte de romantisme et d'exotisme, elle est peu à peu devenue plus mature, plus nuancée et plus riche. Saïd (1979), dans le cadre de son ouvrage portant sur l'orientalisme, souligne l'écueil que peut représenter une vision de l'exotique construite à partir d'un point de vue bien particulier, en l'occurrence celui de l'Occident qui pense et conçoit l'Orient à partir des critères et des valeurs de sa propre culture. Au début de ma démarche, j'avais une expérience de la pratique encore limitée; les connaissances que j'avais étaient davantage de l'ordre de l'intellect et ma vision du Japon et de sa culture était imprégnée d'émotions. Je lisais beaucoup, avide de connaître, mais ma compréhension était restreinte et fragmentaire, je dois bien l'admettre. Le passage du temps m'a permis de m'imprégner des connaissances, de les intérioriser et de mieux les intégrer au sein même de mon expérience de la pratique, favorisant ainsi l'expansion de mon champ de connaissance de même que l'accès à une compréhension plus nuancée et plus unifiée de cette expérience. Cette double voie de connaissance, tant intellectuelle qu'expérientielle, trouve écho chez Lelwica (2009), notamment dans son article portant sur la notion de embodied pedagogy. Pour cette

auteure, joindre les aspects théoriques de l'apprentissage à l'expérience de la pratique favorise une compréhension plus riche à la fois de la pratique et des idées qui y sont associées. Mais au delà du passage du temps et de l'expertise acquise au fil des années de pratique, l'élément essentiel ayant contribué à l'atteinte de cette compréhension plus nuancée et à la prise de conscience du sens que prend l'expérience au cœur de ma vie est sans contredit la position réflexive qu'a favorisé la démarche de recherche.

La discussion est posée en deux sections. La première section tente de répondre à la question de recherche qui porte sur le sens que prend l'expérience de la pratique calligraphique dans ma vie. Les thèmes identifiés lors de l'analyse des données soit l'intériorisation, l'encorporation et l'inscription sont discutés, permettant de comprendre l'expérience de la pratique comme mode de reliance et d'enracinement et plus globalement, de la reconnaître en tant que pratique d'autocultivation. La deuxième section présente une réflexion sur les paradoxes que soulève la présente recherche.

6.1 Le sens que prend l'expérience de la pratique calligraphique

L'expérience de la pratique de la calligraphie japonaise est riche et profonde. Au fil de la recherche, le sens qu'elle prend dans ma vie s'est peu à peu dévoilé, se révélant grâce aux thèmes que l'analyse des données a mis en lumière, soit les thèmes de l'intériorisation, de l'encorporation et de l'inscription. Alors que le thème de l'intériorisation était plus prévisible, comme le laissait déjà entrevoir le récit de vie (que j'ai rédigé en 2009), l'émergence des thèmes d'encorporation et d'inscription était de l'ordre de l'inattendu. Ces thèmes révèlent des éléments importants à propos de ma relation à moi-même et de ma relation au monde, éléments qui me permettent de développer une compréhension beaucoup plus approfondie de mon expérience de la pratique calligraphique.

La présente section expose différents constats qui participent à l'élaboration ainsi qu'à l'articulation de la compréhension du sens que prend chez moi l'expérience de la pratique calligraphique. Pour débuter, les trois thèmes qui se sont dégagés de l'analyse des données sont présentés et définis. Dans un deuxième temps, l'expérience de la pratique est examinée sous l'angle de la reliance, décrivant les différents liens qui se tissent en moi ainsi qu'avec le monde extérieur. Par la suite, il est question de l'expérience d'enracinement qu'induit la pratique, grâce à un mouvement oscillatoire, spiralé et expansif entre le monde intérieur et le monde extérieur du praticien calligraphe. La conclusion de la présente section discute de la pratique calligraphique sous l'angle du concept d'autocultivation.

6.1.1 Intériorisation, encorporation et inscription

Le chapitre V présentant les résultats de la recherche a mis en évidence trois thèmes qui caractérisent mon expérience de la pratique calligraphique, soit l'intériorisation, l'encorporation et l'inscription. Il importe d'entrée de jeu de définir ces trois termes qui renvoient à l'idée d'action ou d'opération ou encore à l'idée de mouvement.

Intériorisation

L'intériorisation signifie le fait d'entrer en soi-même, dans son espace intérieur. Le terme intériorisation ne convoque pas ici la notion utilisée en sociologie et en psychologie pour désigner « l'ensemble des processus par lesquels certains éléments du monde extérieur sont intégrés au fonctionnement mental de l'individu. » (« Intériorisation », sans date). Il s'apparente plutôt à la définition plus générale du mot « intérioriser » signifiant « ramener à l'intérieur, au moi » (Robert, 2016). Le dictionnaire historique de la langue française (Rey, 2006) note que l'adjectif « intérieur » s'applique entre autres à ce qui concerne la vie spirituelle et la vie psychologique (homme intérieur; voix intérieure). Vers la fin du 17^e siècle, le sens du terme se développe à partir de la notion d'espace et donne lieu par exemple à

l'expression « mer intérieure ». Il est également intéressant de noter qu'en psychologie, l'utilisation du terme « intérioriser » attesté en 1893, découle du terme « extérioriser ».

J'ai décidé d'utiliser le terme « intériorisation » parce qu'il désigne une action, permettant ainsi de marquer le fait que la pratique de la calligraphie favorise l'entrée en soi-même, le contact avec l'intériorité, avec l'espace intérieur. Chrétien (2014) a eu recours à cette expression; dans l'ouvrage qu'il a intitulé *L'espace intérieur*, il explore l'intériorité et la vie spirituelle de la personne. D'autres auteurs comme Kabat-Zinn (1994) et André (2011), s'intéressent à la méditation comme pratique favorisant l'ouverture d'un espace en soi, d'une présence à soi qu'ils nomment la « pleine conscience ». La pratique calligraphique est elle-même une pratique que l'on peut qualifier de méditative, qui favorise la centration dans le moment présent comme le soulignent plusieurs auteurs. En ce sens, le mot « intériorisation » m'apparaît juste pour signifier cette entrée en soi.

Encorporation

L'encorporation traduit l'action d'entrer dans son corps. J'ai choisi d'utiliser un mot d'action qui convoque la notion de corporéité, caractère de ce qui est corporel (« Corporéité », sans date). Le mot encorporation est formé à partir du verbe corporer qui signifie « donner un corps à »; le préfixe « en » marque l'aspect inchoactif du verbe, soulignant le passage d'un état à un autre (Rey, 2006). Il y a une certaine filiation entre les mots encorporation et *embodiment*, mais ce dernier est un mot plus générique qui convoque une vision holistique corps/esprit. Il s'agit d'un concept relativement nouveau dans la littérature pour traduire des idées différentes, par exemple l'intégration de caractéristiques tant physiques que mentales, psychologiques, sociales et éthiques. En ce sens, il m'a semblé plus juste de retenir le mot encorporation puisque je parle plus spécifiquement du corps.

Le thème de l'encorporation traite de l'acte de prendre corps, de l'acquisition d'une conscience différente de l'expérience corporelle à travers la pratique calligraphique, une pratique essentiellement corporelle (Billeter, 2010; Yen, 2014); en ce sens, la question du corps est centrale pour en comprendre l'expérience dont il est question ici. D'une part la pratique éveille la conscience du corps et affine les sens à travers notamment la phase de l'apprentissage; d'autre part, elle favorise au fil du temps l'unité corps/esprit, tel qu'il est possible de le constater dans différents arts traditionnels en Asie comme par exemple dans les arts martiaux et la cérémonie du thé (Carter, 2008; Tremblay, 2016; Yuasa, trad. 1987). Alors qu'en Occident, le discours cartésien pose le dualisme corps/esprit (Descartes, 1981), la tradition orientale conçoit plutôt le corps et l'esprit en tant qu'unité. En ce sens, les pratiques artistiques traditionnelles sont comprises comme l'engagement dans une discipline de l'esprit à travers l'entraînement du corps (Yuasa, trad. 1987). Dewey (1934) un des piliers de la tradition philosophique américaine qualifiée de pragmatique, soutient dans son ouvrage L'art comme expérience que l'élément fondamental en art n'est pas l'objet d'art lui-même mais plutôt l'expérience qui l'accompagne, tant du point de vue de la création que de la réception, s'opposant en ce sens au discours cartésien. D'autres philosophes s'intéressent également à la phénoménologie de l'expérience comme par exemple Merleau-Ponty (1945) et Shusterman (trad. 1999). Une distinction s'établit ainsi entre le corps objet et le corps phénoménal, ce dernier étant vécu comme lieu de l'expérience sensible où le monde extérieur est immédiatement saisi et agi, sans aucune représentation. C'est à partir de ce sens intime du corps que se construisent notre identité et notre relation au monde, ce que soutient également Billeter (2010) en parlant de la pratique calligraphique. Cette pratique agit sur l'expérience du praticien en lien avec son corps; elle affine l'acuité des sens et permet une conscience différente de la corporéité. C'est ce qu'aborde le thème de l'encorporation.

Inscription

L'inscription désigne l'action d'entrer dans le monde et d'y prendre place. Inscrire signifie écrire, noter, afficher, inscrire dans un ensemble (Robert, 2016) et la liste des synonymes mentionne entre autre « entrer dans », « faire partie de », « trouver sa place », « s'intégrer » (Dupuis, Légaré et Therrien, 2012). En ce sens, la pratique calligraphique favorise d'une part mon inscription dans le monde à travers les œuvres-traces et d'autre part, mon intégration dans un réseau de relations qui me permettent d'y prendre place à travers un ensemble de projets.

L'œuvre calligraphique, même si elle n'est pas centrale au sein de la pratique, laisse néanmoins une trace. Cette trace est en correspondance avec l'état intérieur du praticien. La pratique, à travers les œuvres-traces qu'elle engendre, peut être comprise comme une forme de mise au monde, une mise à l'extérieur de soi d'une part faisant écho à ce qui habite le praticien (Gosselin, 1991). Conséquemment, l'œuvre-trace inscrit le praticien dans le monde. Par ailleurs, la pratique calligraphique ouvre un champ de possibilités comme par exemple des projets d'expositions, de conférences, de voyages, invitant le praticien à faire partie d'un réseau socialisant. Ces projets favorisent l'entrée dans le monde; ils permettent au praticien d'y prendre place. Le thème de l'inscription permet de révéler cet aspect de mon expérience de la pratique calligraphique dont les auteurs parlent peu. Il est vrai que Billeter (2010) traite de l'impact de la pratique sur les relations que le praticien entretient avec le monde extérieur à travers sa conception du corps propre. Krauss (1991) et Yen (2014) en parlent également en soulevant le rôle social et politique que revêt la pratique calligraphique. Mais leurs propos ne rejoignent pas tout à fait les miens qui insistent plutôt sur l'ouverture sur le monde que facilite chez moi la pratique de la calligraphie.

La définition des thèmes qui décrivent le sens que prend la pratique de la calligraphie dans ma vie permet d'aborder un deuxième niveau de discussion et de développer une compréhension plus approfondie de l'expérience.

6.1.2 La pratique comme mode de reliance

La réflexion portée sur ma pratique calligraphique me mène à la comprendre comme une pratique qui relie. Les trois thèmes révèlent que la pratique favorise l'entrée en soi (intériorisation), l'entrée dans le corps (encorporation) et l'entrée dans le monde (inscription). En ce sens, la pratique participe à intensifier les liens que j'entretiens avec différentes dimensions de mon être, mais également ceux que j'entretiens avec le monde extérieur.

Une pratique qui me relie à moi-même

La pratique de la calligraphie a un impact sur les liens que j'entretiens avec différentes dimensions de mon être. D'une part, la pratique me permet de vivre plus intensément au cœur de mon espace intérieur, ce que le thème de l'intériorisation a révélé; d'autre part, elle me permet de raviver, de vivifier la relation que j'entretiens avec mon corps, ce dont traite la thématique de l'encorporation.

Du point de vue de l'intériorisation, la pratique calligraphique me relie à mon espace intérieur; elle me permet de l'explorer, de l'habiter, de le nourrir, de m'y déployer tout en y trouvant bien être et plaisir. Je me suis tout naturellement reconnue dans l'émergence du thème de l'intériorisation; mon récit de vie montre d'ailleurs d'entrée de jeu, la place prépondérante que prend dans ma vie cet espace intérieur.

Deux notions permettent de mieux comprendre le rôle que joue la pratique sous l'angle de l'intériorisation, soit la notion d'espace de vie et celle de rituel. De nature solitaire, la pratique calligraphique ouvre un espace-temps où je me retrouve avec

moi-même; elle me donne cet espace-temps ou plutôt, c'est à travers elle que je me donne un espace où je me permets de vivre un moment privilégié de calme, de plaisir et de ressourcement. La pratique m'invite à me reconnecter avec ce que je suis profondément. Il s'agit d'un constat que j'ai d'ailleurs pu faire chez d'autres praticiens. Billeter (2010) parle de la pratique calligraphique comme d'un moment « solennel, qui donne le sentiment d'accéder à un autre monde. » (p. 166) La préparation à la session de pratique ainsi que la pratique de la calligraphie elle-même prennent ainsi valeur de rituel, favorisant un lien avec l'espace intérieur. Dans le cadre de la cérémonie du thé, Kondo (1985) aborde également la notion de rituel; elle explique que la structure complexe du processus de la cérémonie, par exemple au niveau de l'accès progressif des invités¹ à la pièce où se tient la cérémonie du thé, marque le passage du monde quotidien au domaine du symbolique et du spirituel. En ce sens, le rituel de la préparation de l'encre par exemple en calligraphie, favorise le calme et l'intimité et permet de me relier à mon espace intérieur, à cet espace important pour moi.

Comme nous l'avons vu au chapitre II, l'apprentissage de la calligraphie se fait à travers la copie des œuvres de grands maîtres, copie maintes fois répétée, plutôt que par les voies de la théorie, de la réflexion et du discours; les mêmes gestes sont posés, répétés jour après jour, sans intellectualisation. En ce sens, la pratique de la calligraphie revêt un aspect ritualisé. Une des fonctions essentielles du rituel selon Jeffrey (2003) est de donner un sens à ce que l'on vit, de souligner et d'exprimer ce qui est important pour nous. Le rituel, comme la préparation de l'encre entre autres, permet d'établir un pont entre le quotidien et l'espace intérieur; il permet également comme l'explique Jeffrey, de mettre en action et d'exprimer de façon symbolique ce qui est important pour moi. En ce sens, la pratique calligraphique me met en

Avant d'accéder à la pièce où se tient la cérémonie du thé, les invités doivent franchir différentes sections du jardin où se situe le pavillon de thé, selon un ordre très précis. Pour plus d'information, se référer à l'article de Kondo (1985).

résonance avec qui je suis, elle me permet d'aller à la rencontre de moi-même au sein d'un espace privilégié, de vivre et d'exprimer ce qui est important pour moi, comme par exemple les valeurs d'engagement, de persévérance, de qualité de présence qu'exige la pratique. De plus, en répétant tel un rituel les gestes de la pratique calligraphique qui trouvent leur origine au sein d'une longue tradition, j'ai l'impression de me relier aux maîtres calligraphes du passé, à un univers de connaissances et de sagesse mais encore plus, d'entrer en communion avec le mouvement de l'univers (tao) que le geste calligraphique traduit; il s'agit de la résonance des souffles dont parle Escande (Sers et Escande, 2003). Loin d'isoler le praticien dans la bulle de son monde intérieur, l'espace de la pratique ouvre au champ de l'altérité, de la présence de ce qui est Autre en soi.

Au fil du temps, le rituel de la pratique devient également rituel de vie. La pratique devient un mode de vie qui révèle le sens de l'existence parce qu'en correspondance avec les valeurs profondes de la personne. $Shod\bar{o}$ est le mot japonais utilisé pour parler de la pratique de la calligraphie, ce qui signifie littéralement la voie de la calligraphie. On l'a vu, la voie, $d\bar{o}$, est un concept qui fait référence à une pratique, à un entraînement spirituel (Leggett, 1993). En ce sens, la calligraphie donne une forme à la voie, une voie qui comme l'expliquent plusieurs auteurs (Carter, 2008; Davey, 2007; Suzuki, 1993), peut prendre différentes formes notamment au sein des arts.

Or, la pratique d'une voie et les enseignements qu'elle nous livre pénètrent et envahit peu à peu toute la vie. Alors qu'au départ, ma pratique de la calligraphie était davantage liée à l'apprentissage de l'art calligraphique et n'était qu'une des activités de ma vie, l'essence même de la pratique s'est peu à peu révélée. Pratique d'un art, elle est devenue discipline de vie. La pratique de la calligraphie est devenue « voie » et fait maintenant partie intégrante de ma vie. Elle a donné forme à ma vie; elle est devenue mode de vie.

Du point de vue de l'encorporation, la pratique calligraphique permet, à travers le maniement des outils et le geste calligraphique, de me relier à une autre dimension de mon être, la dimension corporelle. Elle contribue à intensifier la relation que j'entretiens avec mon corps, relation que j'avais peu à peu désinvestie, ainsi qu'à raviver et à vivifier une sensibilité en partie perdue, favorisant ainsi l'encorporation, tel que je l'ai exposé à la section 5.2, chapitre V.

Le thème de l'encorporation témoigne de l'acquisition à travers la pratique de la calligraphie japonaise d'une conscience plus fine de mon corps, d'une qualité d'expérience différente. Découvrir au fil de l'analyse des données l'importance de cette thématique au sein de mon expérience a été une révélation. Ma réalité étant plutôt dominée par le monde de la pensée, de la réflexion et de l'imaginaire, j'ai peu à peu désinvesti mon corps pour vivre davantage dans ma tête. La pratique de la calligraphie a contribué à ranimer ma corporéité. La thématique de l'encorporation m'a amenée à traiter de la relation à mon corps, du développement d'une nouvelle conscience du corps et d'une façon différente de l'habiter.

À travers la pratique calligraphique, j'éprouve une sensibilité nouvelle, intensifiée et mes sens s'éveillent à des sensations encore inexplorées. La recherche a permis de prendre conscience qu'à travers la manipulation des outils de calligraphie, mes sens sont davantage en éveil. Bien que la pratique elle-même tende vers l'union corps/esprit, l'apprentissage de la calligraphie favorise une nouvelle conscience du corps: je sens le poids du pinceau, le grain du papier et son odeur particulière, je ressens aussi le plaisir de la danse du pinceau. Toutes ces sensations deviennent plus conscientes car comme le souligne Leder (1990), l'apprentissage d'une nouvelle habileté, par exemple ici la maîtrise des outils et du geste calligraphique, éveille à nouveau les sens tout comme la maladie ou tout déséquilibre ou changement éveillent dans le corps des sensations dont nous sommes habituellement inconscients. Au fil de son apprentissage, qui se poursuit sur nombre d'années, le praticien calligraphe porte

attention aux gestes qu'il pose et de ce fait, devient plus conscient de son corps. La relation corps/esprit, qui en Orient s'inscrit au sein du paradigme de la non dualité comme le souligne Yuasa (1986/1993), s'en trouve modifiée. En effet, la conscience de soi-même qu'entraîne la phase d'apprentissage brise l'unité corps/esprit, comme le souligne Tremblay (2016). L'entraînement incessant qu'implique l'engagement dans une pratique permet éventuellement de s'en approcher à nouveau. En effet, lorsque l'habileté est acquise, celle par exemple de l'exécution d'un trait particulier, le corps en vient à agir « sans penser », et redevient « absent » selon l'expression utilisée par Leder (1990).

J'ai peu à peu commencé à ressentir et à reconnaître le mouvement calligraphique dans mon corps, comme si en regardant une calligraphie, mon corps ressentait le mouvement et refaisait le parcours du pinceau, me permettant ainsi de revivre le geste calligraphique au sein même de mon corps. Nishida (1930/1998) souligne dans son article portant sur la beauté de la calligraphie que celle-ci exprime « l'élan vital de soi » (p. 605). L'observation de l'œuvre, malgré que celle-ci soit statique, permet de percevoir, à travers la trace que laisse le geste calligraphique, l'élan vital du calligraphe. La forme qui apparaît dans l'espace vide du papier serait en fait l'apparition même de la vie, du souffle, de l'élan vital (Alexandre Journeau, 2009; Sers et Escande, 2003; Vandier-Nicolas, 1963). Dans le cadre du film documentaire Fabienne Verdier : Peindre l'instant (Kidel, 2012), Verdier se dit fascinée par ce grand principe qui anime la nature et l'être; elle explique que le rôle du peintre est de saisir et de transcrire l'élan vital, le souffle qui anime toute chose. L'œuvre en est la trace et la pratique incessante permet éventuellement au corps de reconnaître cette trace, de la ressentir et de revivre le mouvement qui lui a donné naissance.

En ce sens, lire² une calligraphie, c'est la voir bouger, la voir prendre vie, c'est percevoir le mouvement, son harmonie, son rythme, comme l'explique bien Alexandre Journeau (2009); et bien plus encore, c'est la sentir danser en soi. J'ai d'abord expérimenté le phénomène sans pouvoir mettre des mots sur l'expérience. Ma compréhension était alors de l'ordre de l'intuition, ayant l'impression de voir « une force derrière l'apparence » (CLIP mon regard change, section 3.2.2, chapitre V). Le geste calligraphique maintes fois répété au fil de la pratique a rendu mon corps plus sensible au mouvement, m'a appris a le ressentir en moi. Cela se répercute au delà du contexte de la pratique. Mes sens sont plus aiguisés, les sons, les couleurs prennent une autre dimension; la marche est ressentie de façon différente, chaque mouvement éveille des sensations auparavant « absentes » pour reprendre l'expression de Leder (1990).

Le thème du corps occupe une place centrale dans le cadre de la pratique calligraphique. L'ensemble des auteurs abordent longuement le sujet et soulignent que l'exécution du geste calligraphique engage tout le corps et non seulement la main et le bras. Le corps entier est mis à contribution, vecteur de l'énergie (ki) et des souffles de l'univers (tao) (Alexandre Journeau, 2009, Vandier-Nicolas, 1963). Billeter (2010), dans le cadre de son essai sur l'art chinois de l'écriture et ses fondements, développe la notion d'activité propre³. Cette notion d'activité propre, matière première de notre réalité vécue, est très intéressante pour comprendre la signification que prend le thème de l'encorporation chez moi. Le geste calligraphique origine de l'activité propre et témoigne de l'expérience encorporée du praticien. Ellemême perfectible, l'activité propre se trouve en retour modifiée par la pratique calligraphique, transformant peu à peu la relation qu'entretient le calligraphe avec lui-

² J'emploie ici le mot lire puisqu'il s'agit en quelque sorte de décoder un langage, celui du geste.

³ La notion d'activité propre est exposée à la section 3.1.3 du chapitre III. Billeter (2010) précise que « nous sommes faits d'une activité qui est sensible à elle-même et se perçoit elle-même. » (p.186) Elle est le fondement permanent de la vie subjective.

même ainsi qu'avec le monde extérieur. Cette conception proposée par Billeter m'aide à mieux comprendre ce qui se passe en moi. En fait, je détenais ce type de connaissances mais elles n'étaient pas intégrées et ne trouvaient pas résonance dans mon corps; elles n'étaient pas encorporées. Le passage du temps, la pratique incessante ainsi que le retour réflexif sur mon expérience qu'a favorisé le processus de recherche m'ont permis d'incarner ce savoir, de prendre conscience de ce que je vis au cœur de la pratique.

Pour conclure à propos de la thématique de l'encorporation, j'aimerais revenir brièvement sur la question de mon poids, question abordée à la toute fin de la section 3.2 du chapitre V, bien que ce sujet soit plus personnel. La pratique calligraphique ayant transformé la conscience que j'ai de mon corps, elle a aussi changé la façon dont je l'habite. En ce sens, la perte de poids substantielle que j'ai subie lors de mon séjour au Japon et qui s'est maintenue depuis, peut être en partie comprise comme une conséquence de cette nouvelle conscience du corps. Par exemple, je ressens davantage les signes de la faim et de la satiété alors qu'auparavant, je ne les sentais pas; ce qui fait que je mangeais beaucoup, par habitude et probablement pour satisfaire des besoins tout autres ou encore pour calmer mes anxiétés. Mais je ne voudrais pas occulter d'autres explications possibles comme le fait que la perte de poids s'est effectuée au Japon (bien qu'elle se soit poursuivie à mon retour à Montréal) alors que mes habitudes alimentaires avaient été modifiées. De plus, la pratique elle-même me nourrit, nourriture d'un tout autre ordre j'en conviens. La pratique calligraphique nourrit mon être et répond à mon appétit pour la vie, à mon désir de vivre, désir que j'avais du mal à assouvir et que les aliments tentaient de combler tout en apaisant le manque. En étant davantage en résonance avec qui je suis, la nourriture reprend une place plus équilibrée.

L'investissement par la pratique calligraphique de ces deux dimensions de mon être que représentent l'espace intérieur et la corporéité, contribue à créer une synergie qui

permet de tendre vers l'union corps/esprit dont parle entre autres Yuasa (1986/1993). En ce sens, la pratique relie et unifie; elle élargit le champ de mon expérience et me rend plus complète. De plus, loin de m'isoler dans mon espace intérieur, elle me relie également au monde extérieur. C'est ce dont traite les paragraphes qui suivent.

Une pratique qui me relie au monde extérieur

La mise au jour de la thématique de l'inscription était inattendue. Bien que la pratique calligraphique participe à la relation que j'entretiens avec moi-même en me reliant d'une part à mon espace intérieur (intériorisation) et d'autre part à ma corporéité (encorporation), elle me relie également au monde extérieur, en m'y inscrivant à travers les œuvres produites mais aussi, à travers les multiples projets qu'elle peut engendrer, notamment les expositions, les conférences/ateliers, les recherches documentaires, les rencontres associées ainsi que les voyages. Ce qui m'amène à prendre place dans le monde, à m'engager dans un réseau d'interrelations qui ouvre mon champ relationnel.

En début de parcours, j'ai souligné que les œuvres n'étaient pas au centre de mon intérêt, qu'elles occupaient une place secondaire, considérées essentiellement comme manifestation de la pratique. Au fil de la recherche et plus particulièrement grâce à la tenue de l'exposition, j'ai développé une nouvelle compréhension de ma relation aux œuvres qui ont pris valeur de traces. J'ai réalisé que l'œuvre permet en quelque sorte la mise au monde d'aspects qui sont en lien avec ma vie intérieure. La thèse de Gosselin (1991) m'a permis de prendre conscience de ce que représente l'œuvre. Ayant comme objectif de développer un modèle de création de soi à travers la création plastique, l'auteur explique que l'objet créé représente une mise hors de soi, l'œuvre étant alors considérée comme objet externe en correspondance intime avec l'intériorité du créateur. J'ai dès lors associé les œuvres à un mouvement d'extériorisation. Bien que pour Gosselin il s'agisse de la mise hors de soi à travers la création d'une œuvre nouvelle, il me semble que cette idée peut s'appliquer aussi aux

œuvres du praticien calligraphe; même si ces dernières prennent forme à travers la copie d'œuvres de grands maîtres, il n'en demeure pas moins qu'elles portent la trace de l'élan vital du praticien. En ce sens, l'œuvre calligraphique porte en elle ma propre trace, expression symbolique en lien avec qui je suis, avec notamment mon intériorité, ma sensibilité, mon énergie vitale, ma façon d'être présente à moi-même et au monde, ce que Billeter (2010) nomme l'activité propre, m'inscrivant de ce fait dans le monde.

Bien que l'œuvre-trace soit en résonance avec mon expérience intérieure, il est intéressant de noter que j'ai choisi bien inconsciemment il faut le préciser, une voie d'expression qui reste somme toute assez hermétique et difficile à traduire pour celui qui la reçoit. La calligraphie japonaise est un art traditionnel provenant d'une autre culture, d'une autre forme d'écriture et d'une autre langue, ce qui pose d'emblée plusieurs barrières. Notons toutefois que l'œuvre calligraphique porte en elle l'élan de vie du calligraphe mais aussi l'énergie de l'univers entier, du tao. En ce sens, l'œuvre tient à la fois du particulier et de l'universel. L'œuvre traduirait selon Escande (Sers et Escande, 2003) la résonance des souffles, écho du mouvement de l'univers. Vandier-Nicolas (1963) parle pour sa part de la communion entre le praticien calligraphe et le principe même de la vie alors qu'il se retrouve en consonance avec tous les êtres et toutes les choses au sein du Tout. C'est cet état intérieur du calligraphe qui s'extériorise et prend corps à travers l'œuvre. Conséquemment, il est possible de dire que l'œuvre est de portée universelle et que le calligraphe est un passeur entre l'univers du tao et le monde de la forme, qu'il établit un lien « entre ciel et terre », pour reprendre une expression souvent utilisée (Sers et Escande, 2003; Vandier-Nicolas, 1963; Verdier, 2007). À travers l'œuvre-trace, le praticien de calligraphie donne forme à ce qu'il porte en lui, mais aussi à ce qu'il porte de l'univers. L'œuvre transcende ainsi en partie du moins, les barrières déjà mentionnées.

L'autre aspect important que sous-tend le thème de l'inscription est la place que prennent les projets associés à la pratique de la calligraphie. Étant plutôt de nature solitaire, les projets que peut engendrer la pratique calligraphique m'incitent à m'engager dans un réseau de relations humaines et sociales, me permettant d'y prendre place en accord avec qui je suis. Tout comme l'œuvre-trace est en résonance avec mon état intérieur, les projets élargissent le champ d'extériorisation, m'inscrivant plus avant dans le monde.

Je trouve intéressante cette dimension sociale dans lequel m'entraîne la pratique. Investie d'une énergie nouvelle que m'insuffle le désir de transmettre cet art traditionnel ainsi que ses enseignements, je m'inscris dans une série de projets qui me permettent d'exprimer et de partager ce qui est important pour moi et d'entrer en interrelation avec d'autres personnes qui s'intéressent aussi à la question. En ce sens encore, la pratique est comprise comme voie d'extériorisation.

Bien que dans le cadre de la présente recherche, la pratique de la calligraphie soit abordée en tant qu'expérience individuelle et personnelle, il importe de souligner que certains auteurs (Billeter, 2010; Krauss, 1991; Yen, 2014) s'intéressent par ailleurs aux fonctions sociales et politiques de la pratique calligraphique. Par exemple, Billeter s'est intéressé à ce qu'il nomme «l'idéologie impériale ». Il souligne qu'en Chine, au début de l'ère impériale sous l'empire des Han (-206/+220), le nouveau pouvoir a tout mis en œuvre pour instaurer un ordre social qui soit stable, découlant soi-disant d'un monde immuable; cette entreprise s'est accomplie dans tous les domaines de la vie sociale, religieuse et intellectuelle. « Or le rôle de l'écriture a été de toute importance dans cette mutation. Dès le commencement de l'empire, elle est devenue l'un des premiers instruments du nouveau pouvoir et l'une de ses principales expressions. » (p. 376) Par ailleurs, comme nous l'avons vu au chapitre II, la pratique de la calligraphie faisait partie intégrante de la formation des lettrés de la Chine traditionnelle (Escande, 2000). Conséquemment, la calligraphie constituait un des

éléments permettant d'avoir accès aux positions de fonctionnaires au sein du gouvernement impérial. Encore aujourd'hui, la pratique de la calligraphie fait partie des éléments qui témoignent du niveau d'éducation et de culture d'une personne et qui permettent de qualifier son rang social (Kraus, 1991).

Une pratique qui me relie à la dimension spirituelle

Au delà des dimensions personnelles et interrelationnelles qui se situent davantage au niveau de l'horizontalité, des dimensions de l'espace et de la temporalité, la pratique calligraphique me relie également à la dimension spirituelle, sur un plan que je qualifierais de vertical, en référence à l'expression « entre ciel et terre », souvent évoquée au sein de la pensée chinoise et reprise entre autres par Verdier (2007)⁴. Tel que le soulignent plusieurs auteurs (Alexandre Journeau, 2009; Vandier-Nicolas, 1963), la pratique calligraphique relie le praticien à l'énergie et à l'essence même de la vie. Pour Alexandre Journeau (2009), le geste calligraphique permettrait le passage du corporel au spirituel, de la substance (matérialité) à l'essence. À travers le geste calligraphique, le praticien donne forme à ce qu'il porte en lui, mais aussi à ce qu'il porte de l'univers ce qu'illustre bien la métaphore posant le corps humain comme étant la source microcosmique de valeurs macrocosmiques s'incarnant à travers le geste calligraphique (Hay, 1993). L'œuvre calligraphique traduit en quelque sorte la résonance des souffles, écho du mouvement de l'univers (Sers et Escande, 2003). Elle tient ainsi à la fois du particulier et de l'universel : elle porte en elle l'élan de vie du calligraphe, mais aussi l'énergie de l'univers entier, du tao. En ce sens, la pratique calligraphique me relie à la dimension spirituelle qui anime ma vie.

Pour résumer ma pensée et répondre à la question de recherche qui porte sur le sens que prend la pratique calligraphique dans ma vie, je dirais que je comprends ma pratique comme mode de reliance. Elle me relie à moi-même, à différentes

⁴ Entre ciel et terre est le titre d'un livre portant sur l'œuvre de Fabienne Verdier (2007).

dimensions de mon être (intériorisation et encorporation) et elle me relie au monde extérieur (inscription); je situe ces liens sur le plan de l'horizontalité. Ultimement, la pratique me relie aussi à la dimension spirituelle de la vie, sur le plan de la verticalité. Il importe toutefois de préciser ici que je n'ai pas une pratique calligraphique nourrie par une intention résolue d'influer sur mes rapports à moi-même et au monde. Ce que j'observe serait plutôt une résultante de la pratique. Comme le précise Escande (Sers et Escande, 2003), le praticien se laisse agir de l'intérieur par l'élan vital, par le souffle qui anime l'univers. Dans l'esprit du non-agir (wu wei), la pratique fait son œuvre.

La figure 6.1 illustre les liens qui se tissent au fil de la pratique, tant sur le plan de l'horizontalité (domaine de la substance/matérialité) que de la verticalité (domaine du spirituel, de l'essence et du souffle).

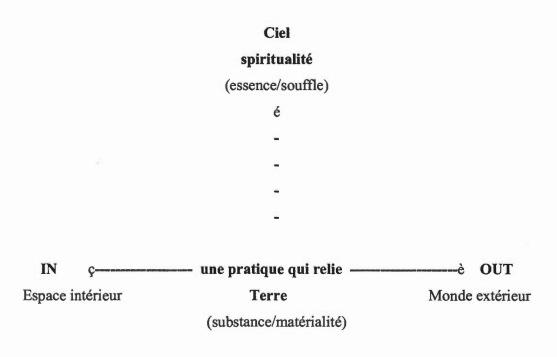


Figure 6.1 Une pratique qui relie

La métaphore de l'arbre évoquée par Kuiseko sensei (R. Kuiseko, communication personnelle, janvier 2011) illustre de façon significative le réseau de liens qui se tissent grâce à la pratique calligraphique; il s'agit d'une image intégratrice. Kuiseko sensei m'a raconté que l'arbre qui a de bonnes et fortes racines produit de belles fleurs; si une année, suite à des circonstances incontrôlables, sa floraison est moins belle, la force des racines est gage de floraisons meilleures. En ce sens, ce sont les racines qui importent et non les fleurs, ces dernières étant comprises en tant que manifestations de la vie de l'arbre. Kuiseko sensei tentait de m'expliquer qu'il est important de se cultiver, de nourrir son intériorité en lisant, en visitant les musées, en se promenant dans les jardins des temples zen, et de s'imprégner de la culture traditionnelle. Cette ouverture à ce qui nous entoure, autre dimension de la reliance au monde, contribuerait au développement des « racines » du praticien calligraphe. Les œuvres sont secondaires et ne sont que manifestations de cette intériorité. Si parfois une œuvre est moins réussie, la vigueur de l'intériorité, comme les racines de l'arbre, permettra éventuellement de produire des œuvres de valeur, telles les fleurs qui apparaissent à chaque saison, plus ou moins belles selon les années. Il importe pour le calligraphe de cultiver son intériorité, d'enrichir ses connaissances, de nourrir ses sens tout autant que de parfaire sa technique calligraphique. La pratique engage la personne toute entière et en ce sens, l'œuvre reflète la personne du calligraphe; elle est manifestation de la pratique incarnée.

La métaphore de l'arbre a pris une signification toute particulière et m'a permis de synthétiser et d'affiner ma compréhension de l'expérience de la pratique calligraphique. Conséquemment, il est intéressant de resituer l'image de l'arbre dans le contexte de la pratique calligraphique. Les racines de l'arbre peuvent ainsi représenter l'intériorité du praticien; à travers la pratique qui relie (le tronc), le praticien d'une part exprime une parcelle de son intériorité, qui se manifeste à travers les œuvres-traces (les fleurs) et d'autre part s'engage dans un réseau d'interrelations, tel les branches se déployant dans l'espace. De plus, prenant racine dans la Terre,

l'arbre s'élance vers le Ciel, ce qui évoque le lien qu'établit la pratique entre le monde de la substance et le monde spirituel. L'arbre est un symbole de vie; sa sève porte l'énergie qui le traverse, du plus profond de la terre jusque dans le ciel, l'énergie de la vie, du tao. En ce sens, l'image de l'arbre est très évocatrice. L'arbre est une image intégratrice du sens que prend l'expérience de la pratique pour moi, comme le laisse voir la figure 6.2 qui suit :

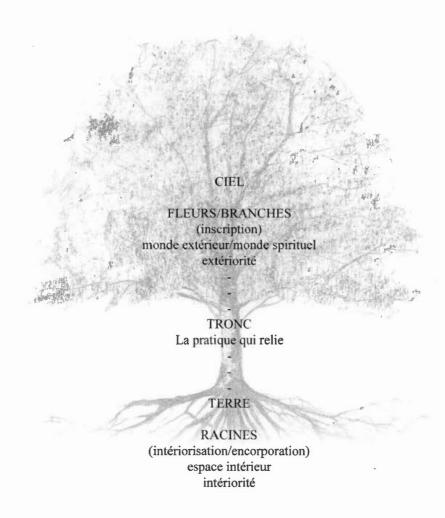


Figure 6.2 Métaphore de l'arbre, figure intégratrice de la pratique comme mode de reliance

La pratique calligraphique met en œuvre un réseau complexe de liens et de relations, une toile qui se tisse au fil du temps et en fonction de la qualité de l'engagement investi dans la pratique. À cet égard, le concept de reliance dont parle Bolle de Bal (2003) permet de mettre en lumière le rôle de médiateur que semble jouer la pratique calligraphique dans ma vie. Bien que deux autres auteurs avant lui aient eu recours au terme « reliance », en l'occurrence Clausse (1963) pour parler de la fonction de reliance sociale dans le cadre du développement de l'information et de son support journalistique, ainsi que Lambilliotte (1968) pour désigner l'état de se sentir relié, Bolle de Bal (2003) développe plus avant le concept de reliance. Réservant ce terme aux relations dont au moins l'un des pôles est constitué par une personne humaine (en opposition aux idées et aux choses qui peuvent aussi être reliées entre elles), il définit le concept de reliance comme étant soit l'acte de relier ou le résultat de cet acte, soit l'état de reliance. Il entend par relier le fait de créer ou de recréer des liens, d'établir ou de rétablir une liaison entre une personne et une structure dont elle fait partie.

Bolle de Bal (2003) fait référence à plusieurs types de reliance : la reliance cosmique qui relie la personne aux éléments naturels, au Ciel et à la Terre; la reliance ontologique, qui relie la personne à l'espèce humaine ; la reliance psychologique, qui relie la personne aux différentes instances de sa personnalité; la reliance sociale, qui relie la personne à un autre acteur social, individuel ou collectif. La pratique calligraphique agit à tous ces niveaux : elle me relie au tao mais aussi à mes racines, elle me relie à la tradition à travers l'études des œuvres des grands maîtres du passé, elle me relie à différentes instances de mon être et enfin, elle me relie aux autres.

Dans le cadre de la présente recherche, le concept de reliance reflète bien une facette de mon expérience et permet de mieux comprendre les liens que se tissent et qui se consolident en marge de ma pratique. En ce sens, la pratique calligraphique permet de recréer et de vivifier les différentes formes de liens qui existent au cœur de ma vie. La pratique calligraphique prend pour moi le sens d'une pratique qui relie, une pratique comprise comme mode de reliance.

6.1.3 La pratique comme mode d'enracinement

La pratique calligraphique engendre un réseau complexe de liens et de relations. Ce réseau de liens n'est pas statique; il est animé par un mouvement qui transforme en quelque sorte la vie du praticien. Afin d'éclairer le sens que prend la pratique calligraphique dans ma vie, la présente section élabore davantage sur un mouvement que la pratique induit au sein de ce réseau de liens, mouvement qui favorise un phénomène d'enracinement.

La section précédente a permis de mettre en lumière le fait que, dans le cadre de mon expérience, la pratique calligraphique est vécue comme étant une pratique qui relie différentes dimensions de l'être, tant sur le plan individuel que sur le plan interrelationnel et même spirituel. L'analyse des données ainsi que la poursuite de la réflexion m'a permis d'élaborer davantage la compréhension de mon expérience et de prendre conscience d'un mouvement de va et vient entre intériorité et extériorité; de plus, ce mouvement m'a semblé spiralé, allant toujours plus en profondeur tout en prenant de l'expansion. En ce sens, j'ai qualifié ce mouvement de « oscillatoire spiralé expansif »⁵, mouvement induit par la pratique calligraphique, entre d'une part mon monde intérieur et le monde extérieur mais aussi d'autre part, entre mon expérience du monde de la substance et celle du monde spirituel. Ce mouvement oscille entre ce que je nomme l'intérieur et l'extérieur, entre ciel et terre, un mouvement spiralé qui s'amplifie au fil des années de pratique et qui contribue à enrichir et à donner de la profondeur à l'expérience que je fais de la vie.

J'ai qualifié le mouvement que j'observe d'« oscillatoire spiralé expansif » suite à la lecture de Alexandre Journeau (2009) qui parle également d'un semblable mouvement de va et vient; il en est question dans le paragraphe qui suit.

Alexandre Journeau (2009) s'est particulièrement intéressée à la dimension spirituelle de la calligraphie et conçoit cette dernière comme un art permettant le passage du corporel au spirituel. Elle parle également d'un mouvement oscillatoire, d'un mouvement de va et vient entre le monde de la substance et celui de l'essence et du souffle, mouvement qu'elle compare au cycle respiratoire, sorte de pulsation qui «[...] indique un rythme, une continuité, un perpétuel recommencement, bref, la pulsion de vie.» (p. 135) Il s'agit d'un «[...] principe constant de circularité-renouvellement spiralé, qui est aussi un mouvement de l'intériorité vers l'extériorité et retour.» (p. 138) En ce sens, ce que j'expérimente à travers la pratique calligraphique est précisément ce mouvement oscillatoire spiralé qui permet l'expansion de mon expérience en tant que personne, tant sur le plan personnel qu'interrelationnel et spirituel, chaque spire représentant une opportunité d'enrichissement, ce que j'ai tenté de traduire par le mot « expansif ». En ce sens, les propos de Billeter (2010) appuient partiellement du moins, cette observation de l'expansion du champ de l'expérience du praticien calligraphe.

J'ai élargi le champ de mon observation. Je suis passé d'un apprentissage particulier à l'apprentissage en général, du geste calligraphique au geste en soi, des formes d'activités rencontrées en calligraphie à celles que nous rencontrons partout. (p. 368)

Le mouvement oscillatoire qu'induit la pratique calligraphique enrichit ma vie. Sur le plan « horizontal » pour reprendre les termes utilisés plus haut, la pratique calligraphique touche plusieurs dimensions. Ainsi, au cœur de l'espace que crée la pratique, je développe ma qualité de présence, ma capacité de centration, ma patience; j'acquière également de nouvelles connaissances à travers les lectures. D'autre part, la manipulation des outils calligraphiques ainsi que le geste calligraphique éduquent et affinent mes sens. Ce mouvement vers l'intériorité nourrit et enrichit mon expérience, corps et esprit, modifiant en retour les relations que j'entretiens avec le monde extérieur. Conséquemment, mon expérience du monde

physique se transforme, mes sens étant plus affinés; je pense par exemple à l'expérience que je fais de la marche ou alors, aux sensations que j'éprouve lorsque j'observe des œuvres d'art. De plus, la pratique permet la mise au monde d'œuvres-traces en correspondance avec mon état intérieur; en ce sens, je prend place dans le monde. Finalement, la pratique agit au niveau des relations que j'entretiens avec les autres en m'engageant dans une série de projets qui ouvre le champ relationnel. Ma vie se déploie et devient plus riche, plus profonde, plus complète. Chaque aller/retour entre l'intériorité et l'extériorité contribue à affiner mon expérience.

Au niveau de la spiritualité, la pratique calligraphique me permet de m'approcher de l'essence de la vie, d'être de plus en plus en résonance avec le sens que porte ma vie sur le plan spirituel, de prendre conscience que je fais partie du cercle de la vie, que je suis un élément de la grande toile de la vie. La pratique contribue à dissiper les limites entre le sujet et l'objet, rendant possible l'accès au champ de l'intuition agissante dont parle Nishida (1930/1998), espace où l'on ne fait plus qu'un avec l'univers, le tao.

La pratique calligraphique donne forme à ce qui m'habite; tel un rituel, elle me permet de traduire une part importante de mon monde intérieur. La philosophie qui sous-tend la pratique calligraphique dans le cadre de la tradition chinoise et japonaise, philosophie qui s'inspire tant du bouddhisme ch'an/zen que du confucianisme et du taoïsme, fait écho à ce qui est important pour moi. Je parle ici de valeurs telles que par exemple l'engagement, le détachement, la pleine conscience, le sens d'appartenance au tao. Conséquemment, la pratique ne donne pas un sens ni une direction à ma vie, elle en porte plutôt le sens et lui donne forme; elle me met en résonance avec qui je suis, elle est expression de qui je suis, et répond de ce fait à mes aspirations. En ce sens, l'expérience de la pratique calligraphique prend pour moi le sens d'une expérience d'enracinement; elle m'enracine dans « ma » vie plutôt que dans « la » vie. Je fais ici référence à Milner (1934/1988) qui dans son livre *Une vie à*

soi, souligne l'importante nuance entre être dans « la » vie et être dans « sa » vie. Elle explique dans son livre que bien qu'elle était à l'époque en santé, qu'elle avait des amis et un métier intéressant, elle se sentait à côté d'elle-même. C'est à travers l'écriture de son journal qu'elle découvre peu à peu qui elle est vraiment et qu'elle reprend pied dans sa vie, la menant davantage en correspondance avec ses propres besoins plutôt qu'en réponse aux attentes des autres. C'est en ce sens que j'affirme que la pratique calligraphique m'enracine dans « ma » vie. La discipline de la pratique participe à m'ancrer dans ma vie. J'irais même plus loin en disant qu'elle m'enracine aussi dans « La » vie, c'est-à-dire qu'elle me permet ultimement, par moment, de me joindre au Tao, dépassant ainsi la dimension de l'individualité. Mais il y a lieu de se demander s'il s'agit là d'un phénomène d'enracinement ou de transformation.

Dans le cadre de la présente recherche, j'ai fait le choix d'explorer plus largement la question du sens que prend l'expérience de la pratique calligraphique dans ma vie bien que la question de la transformation ait été soulevée au niveau de la problématique de recherche. S'agit-il effectivement d'une expérience de transformation comme j'en ai eu l'intuition au début de ma démarche de recherche? C'est ce que je propose d'examiner ici.

Au fil de la pratique, j'ai observé des changements et ce, à différents niveaux. La pratique me met en contact avec mon intériorité et me permet de m'y épanouir; elle ouvre un espace de vie, un espace de calme mais aussi un espace de connaissance et de beauté. Je me sens davantage en résonance avec ce qui est important pour moi. De ce fait, je me sens plus épanouie et je ressens plus souvent un sentiment de plénitude. Plus concrètement, la pratique permet de développer ma patience, ma tolérance, ma ténacité, mon humilité, ma compassion, ma capacité au lâcher prise, des valeurs importantes à mes yeux. Il importe de souligner que cela se fait au prix d'une constante confrontation à mes propres difficultés et limites.

D'autre part, la pratique change la relation que j'entretiens avec mon corps; mon expérience en est différente, plus sensible, mes sens sont plus aiguisés, ce qui a pour effet de changer la relation que j'entretiens avec le monde extérieur. J'apprécie les choses de façon différente; le toucher, les odeurs, le regard, toutes mes perceptions sont plus fines, ce qui enrichit mon expérience, puisque j'expérimente de nouvelles sensations. Tout est différent, par exemple, l'expérience de la marche, l'observation de la nature ou des œuvres dans un musée, ma perception du mouvement; tout est plus vivant, vibrant.

Ma relation aux œuvres que je produis a aussi changé; je réalise qu'une part de mon expérience intérieure y trouve expression et me permet de prendre place dans le monde. Je suis davantage consciente du rôle des œuvres-traces et de ce fait, j'ai l'impression d'assumer encore un peu plus qui je suis. Par ailleurs, les différents projets qu'engendre la pratique calligraphique sont encore plus significatifs, parce que je réalise davantage qu'ils sont porteurs de ce qui m'importe.

Conséquemment, il est possible d'affirmer que l'engagement assidu dans la pratique calligraphique a des répercussions tangibles, bien que celles-ci ne soient pas intentionnellement recherchées d'emblée. En accord avec l'état d'esprit wu wei (nonagir), le praticien calligraphe n'agit pas, mais se laisse agir intérieurement (Escande, 2000). Au fil de la pratique, la vie du praticien se forge peu à peu; au-delà des œuvres calligraphiques, sa vie devient l'œuvre ultime de sa pratique. En ce sens, je me sens en filiation avec les propos de Valéry (2008) qui, à travers les paroles qu'il prête à Eupalinos, soutient que l'artiste se construit à travers la création de son œuvre. Mais certaines nuances sont à apporter; alors que Valéry parle du processus de création qui permet à l'artiste de se construire tout en construisant son œuvre, dans mon expérience il est plutôt question du processus même de la pratique qui favorise chez le praticien un phénomène d'enracinement. Mais peut-on parler de transformation? Cela dépend de la signification donnée au mot transformation. Pour moi, le mot

transformation ne correspond pas tout à fait au phénomène que j'observe chez moi. Selon le dictionnaire historique de la langue française (Rey, 2006), le mot transformation signifie l'action de changer une chose en une autre et le mot changer signifie le fait de rendre autre, de transformer, de rendre différent. À partir de mon expérience, il ne s'agit pas de transformation; il serait plus juste de parler d'un approfondissement de ce qui est déjà présent. Il ne s'agit pas d'une addition mais d'une affirmation de l'être, d'une essence qui se révèle de plus en plus. Je n'ai pas changé; ma personnalité s'est plutôt déployée; ce qui est important pour moi s'est enraciné pour reprendre la métaphore de l'arbre. En ce sens, les concepts d' « actualisation », de « réalisation de soi » et d' « individuation » peuvent être éclairants. Ces concepts occidentaux, issus du courant humaniste (Garneau et Larivey, 1983; Jung, 1920/1983; Maslow, 1943), permettent de souligner la nuance que je tente de mettre en lumière. La pratique ne m'a pas changée; par exemple, je n'acquiers pas de nouvelles valeurs, je développe plutôt les valeurs auxquelles j'adhérais déjà, comme le souligne également Carter (2008). La pratique me permet plutôt d'être de plus en plus qui je suis, en me mettant en résonance avec ce qui est important pour moi. Je préfère parler d'enracinement, terme qui reflète plus fidèlement mon expérience de la pratique. En ce sens, mon expérience de la pratique me la fait comprendre comme mode d'enracinement.

Bien que les concepts occidentaux tels que « actualisation », «réalisation de soi » et «individuation » soient d'une certaine façon éclairants, ils présentent tout de même certaines limites du fait que la personne en tant qu'individu soit au centre du propos et qu'ils mettent de l'avant le développement et le bien être de celui-ci. Au Japon, la personne n'est pas en premier lieu un individu; elle est toujours située dans un contexte, dans une relation inéluctable avec ce qui l'entoure (Kasulis, 1981/1993). Les particularités de la langue japonaise sont d'ailleurs éloquentes à cet égard; trois mots peuvent être utilisés pour désigner la personne soit hito, kojin et ningen, permettant de marquer les nuances entre l'individu, la personne au sens large et la

personne en relation (comme faisant partie d'un groupe). D'ailleurs, l'Orient en général et le bouddhisme en particulier furent de tout temps attentifs aux liens inséparables d'interdépendance qui existent entre les différents éléments de l'univers, compris comme vaste organisme (Tremblay, 2007).

Les propos de Mohr dans le cadre de la préface qu'il signe pour le livre de Kasulis (1981/1993) sont éclairants afin de mieux comprendre la conception de la personne dans le contexte de la culture japonaise et plus particulièrement, dans le contexte du bouddhisme zen.

Dès ses origines, le bouddhisme, voie de l'éveil, se livre à une critique radicale de ce que nous prenons d'ordinaire pour le 'moi' en croyant qu'il s'agit d'une entité statique. La voie bouddhique passe par une déconstruction, la mise en évidence du fait que cette entité forme en réalité une sorte de nébuleuse en constante transformation, évoluant avec chaque pensée, succession ininterrompue d'instants qui donne l'illusion de la continuité. Cette nouvelle perception de soi n'est cependant pas destinée à devenir à son tour l'objet d'une appropriation qui alimente le bavardage égocentrique ou les constructions de l'esprit. C'est la percée au travers de cette illusion existentielle qui constitue l'objectif premier de la pratique bouddhique. (p. 9-10)

Conséquemment, le praticien calligraphe ne cherche pas tant à s'actualiser, ni à se réaliser à travers la pratique calligraphique; il ne cherche pas non plus à être plus heureux. Il adopte plutôt une discipline de vie, sans attente, en accord avec l'esprit wu wei. Bien que sur un plan personnel, je conçoive la pratique calligraphique comme mode de reliance et d'enracinement, il est plus juste de la considérer en tant que pratique d'autocultivation. D'ordre plus général, le concept d'autocultivation fait référence à l'engagement dans une discipline qui tend vers l'union corps/esprit ainsi que vers l'union de la personne avec le tao. Le perfectionnement de la personne découle de la pratique plutôt qu'il ne la motive. En ce sens, le concept

d'autocultivation intègre les différentes dimensions du sens que prend l'expérience de la pratique calligraphique dans ma vie. C'est ce dont traite la prochaine section.

6.1.4 La pratique calligraphique comme pratique d'autocultivation

Le concept d'autocultivation est un concept d'origine asiatique. Au point de départ, le concept fait référence à une discipline spirituelle, à un entraînement du corps et de l'esprit que la personne s'impose dans le cadre de pratiques bouddhistes qui tendent vers l'élimination de l'illusion de l'ego compris comme étant le centre d'une identité qui serait indépendante et immuable (Yuasa, trad. 1987). Bien que le perfectionnement de la personne soit une des résultantes de la pratique, il n'en constitue pas l'objectif premier⁶. En ce sens, le concept d'autocultivation, bien qu'il se soit sécularisé, tend vers la déconstruction de l'illusion de l'ego et l'atteinte de *mushin* alors que les concepts occidentaux tels que l'actualisation et l'individuation par exemple, tendent vers la consolidation de l'ego et l'actualisation de soi en tant qu'individu ayant une identité bien marquée. En ce sens, le concept d'autocultivation se distingue des concepts occidentaux.

Il importe de se rappeler que la pratique est une voie $(d\bar{o})$ et que la pratique calligraphique est une forme que prend cette voie. Comme le précisent entre autres Carter (2008) et Yuasa (trad. 1987, 1986/1993), la pratique d'un art, dans le cadre de la tradition japonaise, prend valeur de discipline spirituelle. C'est à travers le corps plutôt qu'à travers l'intellect que la pratique agit, contribuant à développer, à forger, à polir le caractère, la personnalité du praticien qui s'y engage bien qu'il s'y engage sans attente, dans l'esprit wu wei (non agir). L'art choisi donne forme à cette voie et

⁶ La pratique d'autocultivation tend vers l'atteinte de mushin expérience au sein de laquelle la distinction sujet/objet n'existe plus, domaine de «l'expérience pure» ou de «l'intuition agissante» dont parle Nishida (1930/1998). Bien qu'il puisse sembler paradoxal que la pratique s'inscrive dans un processus à la fois de perfectionnement de la personnalité et de déconstruction de l'illusion de l'ego, Engler (1984) y voit plutôt un continuum: « you have to be somebody before you are nobody. » (p. 34)

devient pratique d'autocultivation; les paroles de Suzuki (tel que cité par Loori, 2004) l'illustrent bien.

The arts of Zen are not intended for utilitarian purposes, or for purely aesthetic enjoyment, but are meant to train the mind, indeed, to bring it into contact with ultimate reality. (p. 1)

La pratique calligraphique prend ainsi valeur de discipline spirituelle et va bien au delà de la seule technique calligraphique. La pratique est ainsi comprise comme étant beaucoup plus qu'une pratique centrée sur la production artistique; elle devient pratique d'autocultivation. Il s'agit d'une discipline qui tend à unifier le corps et l'esprit, le sujet et l'objet; elle tend vers l'illumination; elle est elle-même illumination (Carter, 2008; Suzuki, 1993; Yuasa, trad. 1987). Les paroles de Dogen (tel que cité par Loori, 2004) sont intéressantes à cet égard.

To study the way is to study the self.

To study the self is to forget the self.

To forget the self is to be enlightened by the ten thousand things. (p. 49)

Conséquemment, il y a lieu de se demander si la pratique calligraphique est une pratique zen. Au début de ma démarche de recherche, je faisais spontanément le lien entre la calligraphie et le zen; j'associais les valeurs que je cultivais ainsi que les caractéristiques esthétiques de la calligraphie au zen. Mais, comme nous l'avons vu à la section 3.2.2 du chapitre III, il n'y a pas à proprement parler d'art zen, de calligraphie zen (Levine, 2007; Sharf, 1993), il y a plutôt la calligraphie exécutée par les moines zen et en ce sens, l'œuvre calligraphique peut être comprise comme étant manifestation de l'esprit zen. La pratique calligraphique cultive des valeurs et des qualités qui s'apparentent au zen. Il est vrai que selon la tradition, la pratique des arts est étroitement liée aux pratiques zen (Loori, 2004). Mais ce serait une erreur d'en limiter la compréhension à ces considérations. Tel que nous l'avons vu précédemment, les pratiques d'autocultivation prennent naissance au sein du

bouddhisme en Inde et se sont peu à peu sécularisées; par la suite, elles se sont transmises de l'Inde à la Chine puis au Japon via la Corée. Il serait ainsi réducteur de comprendre le phénomène de la pratique calligraphique sans en évoquer toutes ses sources.

Dans le cadre de mon expérience de la pratique calligraphique, je réalise que le concept d'autocultivation est un concept central qui englobe et chapeaute les phénomènes de reliance et d'enracinement. On se souvient que suite à l'analyse des données, trois grandes thématiques ont été identifiées comme caractérisant mon expérience de la pratique soit l'intériorisation, l'encorporation et l'inscription. La réflexion portée sur ces résultats a permis de prendre conscience que ma pratique calligraphique peut être comprise comme modes de reliance et d'enracinement. Le concept d'autocultivation est un concept global, de l'ordre du général alors que la compréhension de la pratique calligraphique en tant que modes de reliance et d'enracinement résulte de ma propre expérience et tient de l'ordre du particulier.

Pour conclure la présente section et résumer la réponse à la question du sens que prend la pratique de la calligraphie dans ma vie, je dirais d'une part, que la pratique de la calligraphie est une pratique qui relie. Elle me relie à mon intériorité, à mon espace intérieur (thème de l'intériorisation); elle me relie à mon vécu corporel (thème de l'encorporation); finalement, elle me relie au monde extérieur, agissant au niveau des relations que j'entretiens avec les autres mais aussi au niveau de la dimension spirituelle (thème de l'inscription). En ce sens, la pratique est comprise comme mode de reliance.

D'autre part, la pratique induit en moi un mouvement oscillatoire spiralé expansif, mouvement qui oscille entre l'intérieur et l'extérieur, entre la substance (monde de la matérialité) et l'essence (monde de la spiritualité). Ce mouvement permet l'enrichissement de l'expérience que je fais de la vie. En ce sens, la pratique

calligraphique peut être comprise comme étant un mode d'enracinement, chacune des spires permettant le développement et l'approfondissement de l'expérience que je fais de la vie.

La pratique calligraphique ne donne pas sens à ma vie, elle en porte plutôt le sens et lui donne forme. Au fil du temps, elle est devenue pratique de vie. Combien de fois me suis-je entendu dire à Wang sensei « sensei, vous ne m'apprenez pas seulement la calligraphie, vous m'apprenez à vivre ». La pratique imprime un rythme à ma vie et lui sert d'ancrage. Elle ne donne pas direction à ma vie, elle donne forme à ce qui m'habitait déjà et qui n'avait pas réussi à prendre corps. La pratique me permet ainsi d'exprimer et d'incarner un peu plus qui je suis. Mais il importe de dire que je ne pratique pas la calligraphie intentionnellement avec ces motivations en tête. S'engager dans la pratique c'est suivre le mouvement de l'univers, la voie du tao. En ce sens, le praticien calligraphe n'agit pas mais se laisse agir intérieurement (Escande, 2000).

Il est intéressant de faire référence ici à l'article de Hue (2010) dont il a été question dans le cadre du chapitre de la problématique. Les propos de Hue appuient en partie ce qui se dégage de mon expérience. En effet, les thèmes qui sont mis en lumière dans sa recherche s'apparentent à ceux que je décris au sein de mon expérience. Hue traite notamment de l'impact de la pratique calligraphique sur ce que l'on pourrait nommer la pleine conscience (qualité d'attention et de présence), sur l'expérience de la corporéité ainsi que sur la relation que le praticien établit avec la nature et le tao. Son analyse ne le mène toutefois pas à parler de la pratique calligraphique en tant que modes de reliance et d'enracinement. Hue conclut son article en affirmant que la pratique calligraphique est une discipline spirituelle qui favorise la réflexion et l'autocultivation. En ce sens, ses propos rejoignent essentiellement les miens. Cette concordance des propos sur la pratique calligraphique de même que les écrits sur la

pratique des arts comme pratique d'autocultivation appuient les résultats de ma recherche.

L'approfondissement de la réflexion favorisée par la présente recherche me conduit maintenant à discuter des paradoxes que celle-ci soulève, ce dont traite la section qui suit.

6.2 Paradoxes de la présente recherche

La première section du présent chapitre a permis de répondre à la question de recherche, mettant ainsi en lumière le sens que prend la pratique de la calligraphie japonaise dans ma vie. La poursuite de la réflexion favorise un certain recul face à la démarche entreprise. Cette mise à distance m'a menée à identifier certains aspects paradoxaux que soulève la recherche, en l'occurrence le fait qu'il s'agisse d'une part, d'une recherche qui porte sur une pratique qui se garde d'intellectualiser et d'autre part, d'une recherche qui porte sur une pratique sans toutefois aspirer à la changer; elle porte sur elle simplement pour la comprendre. La présente section propose d'examiner ces paradoxes.

6.2.1 Une recherche portant sur une pratique que l'on se garde d'intellectualiser

Réfléchir, se questionner et mener une recherche sur une pratique que l'on se garde d'intellectualiser semble à première vue paradoxal. Pourquoi mener une recherche sur un type de pratique qui en quelque sorte évite de se laisser saisir par des mots, par un discours? Il s'agit d'ailleurs d'une question que certains collègues praticiens calligraphes m'ont posée. La pratique incessante, n'est-ce pas l'essentiel? Ne devrais-je pas plutôt me consacrer exclusivement à la pratique calligraphique, comme me l'a fait remarquer Okata sensei à quelques reprises. J'ai osé défier le tabou en voulant comprendre, en posant des questions. En ce sens, je me sens quelque peu rebelle, dissidente, je transgresse en quelque sorte les règles tacites de ce type de pratique.

J'ai longtemps gardé sous silence ma démarche doctorale lorsqu'un jour, lors d'une réception pour souligner le nouvel an, à laquelle j'assistais tout comme Okata sensei et les autres étudiants de l'école, le secret a été mis à jour, bien malgré moi. J'étais sidérée, d'autant plus que mon sensei est restée de glace et sans mots. Nous n'en avons jamais parlé par la suite. Sujet clos. Qu'est-ce qui m'a poussée à entreprendre la présente recherche, malgré les interdits? Ce n'était pas une question de choix pour moi; c'était une question de nécessité. Mon questionnement m'obsédait. Je n'avais pas le choix; il s'agissait d'un passage obligé. J'avais besoin de comprendre, malgré le paradoxe que soulevait la démarche de recherche.

Tel que l'a mis en lumière le chapitre posant le cadre conceptuel, la pratique des arts traditionnels japonais s'associe aux pratiques d'autocultivation du bouddhisme zen, pratiques qui tendent vers l'atteinte de *satori* ou de l'illumination, expérience transitoire de non dualité, permettant la réalisation de la vraie nature de l'être (Carter, 2008; Omori et Terayama, trad. 1983; Yuasa, trad. 1987). Ces disciplines spirituelles, qui passent par l'entraînement du corps, prônent l'immersion dans l'expérience plutôt que le passage par les voies de l'intellect, considérées comme foncièrement dualistes (Hori, 2004). En ce sens, le bouddhisme zen est souvent qualifié d'anti intellectuel, d'anti logique et même d'anti linguistique⁷ (Rosemont, 1970). Pourtant, force est de constater qu'il existe une abondante littérature portant sur le bouddhisme zen, littérature en partie écrite par les moines zen eux-mêmes tout comme par des érudits de divers horizons. Comment expliquer ce paradoxe? Comment expliquer que l'on tente à travers une pensée qualifiée de dualiste, de mettre en mots une expérience qui se dit fondamentalement non dualiste? En fait, je ne crois pas que ces deux avenues s'opposent et que le milieu du bouddhisme zen

⁷ Comprendre ici que les constructions de la pensée, dont les constructions discursives et langagières, s'éloignent de l'expérience même.

s'objecte au processus de réflexion au sens large du terme. Hori (2000) précise d'ailleurs que la formation des moines zen exige l'étude des textes bouddhistes.

La question est complexe et refuse de se laisser saisir entièrement; en fait, elle ouvre la voie à des pistes ultérieures de recherche. Je me limiterai ici à quelques commentaires portant sur la question du paradoxe que pose la présente recherche. À partir de ma propre expérience de la pratique calligraphique, je considère que l'immersion dans l'expérience ne s'oppose pas à la réflexion portée sur celle-ci; je crois plutôt que les deux se complètent. Lelwica (2009) parle également de la complémentarité de ces deux modes de connaissance dans le cadre de son article portant sur l'embodied pedagogy. Il s'agit de deux aspects de la démarche de connaissance. Le processus de la recherche, tout comme celui de l'écriture, est un exercice intellectuel qui place le chercheur/écrivain dans un espace de réflexion, ce qui implique une certaine mise à distance par rapport à l'objet étudié, en l'occurrence ici la pratique calligraphique. À cet égard, deux points m'apparaissent essentiels. Premièrement, il importe de réfléchir « sur » l'action plutôt que « dans » l'action. Schön (1983/1994) explique dans son livre Le praticien réflexif, que le praticien détient un savoir implicite, savoir qui se situe au cœur même de l'action. Pour devenir explicite et enrichir le domaine des connaissances, ce savoir doit être réfléchi. Dans le type de pratique qui m'intéresse, il serait tout à fait inapproprié de réfléchir « dans » l'action; la pratique calligraphique exige plutôt que l'on s'immerge complètement dans l'action. Masciotra (1998), qui a développé un modèle de théorisation-en-action du praticien-chercheur, souligne d'ailleurs que dans le cadre de la pratique des arts martiaux, réfléchir dans l'action ne serait-ce qu'une fraction de seconde signifie la perte du combat pour le praticien ou on l'imagine, la mort pour le samouraï. Dans ce type de pratique, le corps et l'esprit ne font plus qu'un (mushin) et ce, dans l'esprit wu wei (non agir). L'expérience de centration, au sein de laquelle l'attention du praticien est complètement centrée sur l'action est comparable à l'expérience du flow⁸ dont parle Csikszentmihalya (1996). Conséquemment, s'il y a réflexion, celle-ci doit être portée hors de l'action, « sur » l'action, c'est-à-dire, suite à l'action. En ce sens, la démarche de recherche implique qu'en tant que praticienne, je prenne un recul face à ma pratique afin de pouvoir mettre à jour le savoir qui s'y cache en lien avec mon questionnement. Il est vrai que ce mouvement de recul, bien qu'il s'inscrive dans de continuels allers-retours entre la pratique et la réflexion, dilue d'une certaine façon l'immersion dans la pratique; mais c'est ce que j'ai choisi de faire.

Le deuxième point à souligner est qu'il importe que le chercheur désireux d'élaborer une réflexion sur une pratique le fasse à partir du terrain même de la pratique; son discours doit en quelque sorte en émerger. Réfléchir à la pratique sans y être engagé soi-même tiendrait de la pure abstraction, d'un simple exercice intellectuel. La réflexion doit s'ancrer au terrain même de la pratique. En ce sens, la présente recherche consiste en une réflexion portée « sur » ma propre expérience de la pratique; elle y est enracinée. Dans le cadre d'un perpétuel mouvement d'allers/retours, la pratique est expérimentée et par la suite, réfléchie. Bien sûr, le point de vue est subjectif, mais ce qui est intéressant ici est précisément le fait d'avoir accès à l'expérience du praticien. Je ne cherche pas à mettre à jour La Vérité à propos

Slingerland (2000) spécialiste des religions, langues et cultures de l'Asie de l'Est, parle du concept de flow de Csikszentmihalyi (1990, 1997) en lien avec le concept chinois wu wei. Il explique que bien que l'expérience du flow ressemble phénoménologiquement à celle de wu wei, elle ne se situe pas dans le même contexte. De l'ordre du religieux et du spirituel, le concept wu wei a joué un rôle extrêmement important dans le développement de la religion en Chine ainsi qu'un rôle fondamental comme idéal personnel et spirituel. Le concept de flow pour sa part est issu du domaine de la psychologie et vise le mieux être de la personne et le développement de son plein potentiel (Nakamura et Csikszentmihalyi, 2002). Alors que l'on recherche l'expérience du flow pour se réaliser de façon plus satisfaisante, l'expérience mushin est plutôt l'atteinte du 'non moi' à travers une pratique incessante, pratique ancrée dans le quotidien (Suzuki, 1993). La différence fondamentale entre ces deux concepts est que le concept de flow présuppose la notion de 'moi' alors que le concept de mushin présuppose le 'non moi', deux conceptions complètement différentes de la réalité.

du phénomène de la pratique calligraphique, mais plutôt une parcelle de vérité, celle de ma propre expérience.

Conséquemment, la réflexion « sur » l'action plutôt que « dans » l'action ainsi que le fait d'ancrer la réflexion au terrain de la pratique me semblent deux conditions essentielles pour étudier une pratique de ce type et éviter le piège d'un exercice intellectuel désincarné et/ou d'une pratique dénaturée.

6.2.2 Une recherche portant sur une pratique sans toutefois aspirer à la changer

La présente recherche soulève un autre paradoxe. Le lecteur pourrait penser que si l'on s'intéresse à la pratique, c'est pour l'améliorer, la maîtriser ou la changer. Ce n'est pas le cas ici. Il s'agit plutôt de la comprendre, de mieux la saisir.

Le désir profond de comprendre le sens que prend la pratique calligraphique dans ma vie, de comprendre comment elle prend place dans toute mon existence, a motivé la décision d'entreprendre cette démarche de recherche et cela n'est sûrement pas étranger au fait que je sois psychologue. J'ai voulu investiguer ma pratique pour mieux la saisir. J'ai également réalisé au fil du temps, que j'avais besoin de gérer l'intense émotion que fait surgir en moi la pratique, cette pratique qui me nourrit et qui est d'une richesse inouïe dans ma vie. J'avais besoin de mettre des mots sur mon expérience, de la nommer, d'en parler, de la partager. Je n'ai définitivement pas entrepris la recherche pour améliorer ma pratique ni pour mieux la maîtriser, comme le ferait par exemple un chirurgien cherchant à améliorer ses techniques d'intervention. Je sais bien que ce n'est pas à travers la recherche que l'on devient meilleur praticien calligraphe mais bien à travers la pratique elle-même. Je n'ai pas non plus voulu me placer au dessus des autres praticiens, du fait d'avoir réfléchi et théorisé sur la pratique. Je n'ai qu'obéi à mon besoin incessant de comprendre le sens que prend la pratique dans ma vie.

Se questionner sur ce qui motive la présente recherche soulève d'autres questions. Pourquoi entreprendre une telle pratique? Pourquoi y persévérer? Plusieurs éléments m'ont attirée vers la pratique calligraphique. En fait, en début de parcours, je parlais plutôt de l'art de la calligraphie; je n'avais pas vraiment conscience de la notion de pratique. J'étais fascinée par cet art, par son esthétisme, un art minimaliste et abstrait pour l'Occidentale que je suis. J'étais aussi intéressée par l'aspect méditatif associé à l'art calligraphique; il s'en dégage une impression de calme et de recueillement. Mais rapidement, j'ai réalisé que cet art est difficile, très difficile. L'aspect technique est complexe et ce qui apparaît sur la feuille est souvent décevant pour le praticien; les satisfactions sont rares et la frustration omniprésente. Mais, j'étais fascinée, conquise, engagée, dédiée. La calligraphie est entrée en résonance avec ce qui m'habite; je ne l'ai réalisé que bien plus tard. Initialement comprise comme une activité parmi d'autres, la calligraphie est peu à peu devenue chez moi une pratique; elle est devenue partie intégrante de ma vie. Elle ne vise pas un accomplissement personnel comme certains pourraient le croire; il s'agit plutôt d'une discipline de vie, d'une façon d'être au monde, d'une forme que l'on donne à sa vie.

À travers cette longue démarche de recherche, j'ai voulu comprendre, tout simplement; j'ai voulu mieux saisir ma pratique calligraphique. Certaines personnes se demanderont ce que la recherche a changé. Elle a permis de dévoiler en partie du moins, le sens que prend la pratique calligraphique dans ma vie. Elle a permis plusieurs prises de conscience, à travers les thèmes qui se sont dégagés des données. La réflexion portée sur ces résultats m'a menée à réaliser que ces thèmes parlent en fait de reliance et d'enracinement. Grâce à ces prises de conscience, je me sens plus libre, plus ouverte, mon champ d'expérience est plus vaste. Je suis convaincue que cela se reflète subtilement dans ma pratique ainsi que dans mes œuvres puisque l'énergie vitale qui m'habite et qui me traverse circule plus librement. Mais ces prises de conscience résultent-t-elles vraiment de la recherche? S'agirait-il plutôt des effets de la pratique, une pratique soutenue depuis plusieurs années? Ou simplement d'une

résultante du passage du temps? Je crois sincèrement que ces trois éléments sont en cause. Le passage du temps nous forge tous; la pratique fait indubitablement son œuvre, qu'on la réfléchisse ou non. Mais je crois que le processus de recherche, la mise à distance du vécu et de l'expérience qu'il exige, permet la prise de conscience. Et la prise de conscience rend ma vie plus riche; elle ouvre un espace de liberté.

Je conçois maintenant que la pratique calligraphique contribue significativement à me relier à moi-même, aux autres et ultimement, à l'univers, au tao. En ce sens, les propos de Milner (1934/1988) reflètent tout à fait ce que j'ai découvert. J'étais dans la vie; je suis maintenant davantage dans ma vie. Mais j'ajouterais que la pratique m'entraîne encore plus loin, au delà de l'individuel, de l'ego (je pense aux propos de Engler (1984) « we have to be somebody before being nobody. » (p. 34)). La pratique permet que je sois dans La vie, que je me joigne par moment au Tao, que je fasse partie du Souffle qui anime l'Univers. Je résumerais donc mon expérience de la pratique calligraphique de la façon suivante :

J'étais dans la vie

Je suis de plus en plus dans ma vie

Et je me sens parfois, moments fugaces, dans LA vie

Je peux maintenant me consacrer à la pratique, apaisée. Je vis tout simplement, de retour au quotidien, sur la voie de la pratique calligraphique.

CONCLUSION

La présente recherche porte sur l'expérience de la pratique de la calligraphie japonaise. L'objectif visait plus particulièrement la compréhension de ma propre expérience de la pratique et le sens que cette dernière prend dans ma vie, l'originalité de l'étude reposant sur l'intérêt porté sur le processus même de la pratique plutôt que sur le processus de création. La conclusion de cette thèse pose tout d'abord un regard sur l'ensemble de la démarche de recherche tout en formulant certains constats. Par la suite, il est question des limites et de la portée de l'étude. Enfin, des perspectives de nouvelles recherches sont esquissées.

Dès le début de mon apprentissage en calligraphie japonaise, j'ai eu la forte impression qu'il s'agissait de beaucoup plus que de l'acquisition d'habiletés techniques; mon expérience était plus complexe. Comme l'a montré la recension des écrits, les praticiens parlent très peu de l'expérience qu'ils ont de la pratique calligraphique et du sens que celle-ci prend dans leur vie. Le questionnement persistant qui m'habitait m'a incitée à entreprendre une démarche doctorale et à mener une réflexion sur ma pratique calligraphique, contribuant à transformer un « savoir pratique » en ce que Van der Maren (1995) nomme un « savoir praxique », issu d'une réflexion sur le savoir pratique. J'ai voulu à travers cette démarche de recherche, mieux comprendre mon expérience mais aussi, j'en prends maintenant conscience, prendre la parole afin de témoigner de cette expérience et d'ouvrir en quelque sorte un dialogue avec d'autres praticiens.

L'étude s'est d'emblée inscrite dans une démarche heuristique. Les nombreux allers retours entre l'expérience et la réflexion ont permis de dévoiler peu à peu le sens que prend l'expérience de la pratique calligraphique dans ma vie, bien qu'il soit impossible de la saisir entièrement et définitivement. Force est de constater que

l'expérience n'est pas un objet; il convient plutôt de la considérer comme un projet, de nature dynamique et transitoire, toujours en devenir.

Les données recueillies grâce à la tenue du journal de pratique et à l'écriture du récit de vie ont permis de documenter mon expérience de la pratique; de plus, la tenue d'entrevues avec trois praticiens calligraphes a permis de nuancer le propos. L'analyse thématique des données du journal combinée à une analyse en mode écriture a mis en évidence trois thèmes contribuant à la compréhension du sens que prend l'expérience de la pratique calligraphique dans ma vie, soit l'intériorisation, l'encorporation et l'inscription, traitant respectivement de l'intériorité, de la corporéité et des rapports au monde extérieur. Les thèmes montrent que la pratique favorise en quelque sorte l'entrée en soi, l'entrée dans le corps et l'entrée dans le monde.

La réflexion portée sur ces résultats dans le cadre du chapitre VI a permis de dégager un deuxième niveau de compréhension menant à concevoir la pratique calligraphique comme mode de reliance, comme mode d'enracinement et ultimement, comme pratique d'autocultivation. Il est intéressant d'examiner ce deuxième niveau de compréhension qui témoigne d'une compréhension plus fine du phénomène étudié. Les trois thèmes qui se sont d'abord dégagés de l'analyse thématique des données sont davantage collés à mon expérience personnelle, bien qu'en rétrospective, ces thèmes s'apparentent aux propos tenus par divers auteurs. Pensons par exemple à la notion du corps, dont il est question dans le cadre du thème de l'encorporation; il s'agit d'une notion amplement traitée par des auteurs tant sur le plan de l'expérience subjective qu'en fait le praticien calligraphe que sur le plan du geste calligraphique (Billeter, 2010; Yen, 2014). La présente étude permet de resituer cette notion dans le contexte plus personnel de l'expérience d'une praticienne. Par ailleurs, la réflexion plus approfondie portée sur ces thèmes a permis une intelligence plus globale du phénomène de la pratique calligraphique, dès lors comprise comme mode de reliance,

comme mode d'enracinement et comme pratique d'autocultivation. Ces notions que l'on pourrait qualifier d'intégratrices ont en quelque sorte permis le passage d'une compréhension davantage collée à mon expérience personnelle à une compréhension plus générale dont la portée est plus large.

Sur le plan méthodologique, l'analyse en mode écriture (Paillé et Mucchielli, 2012) a contribué à l'émergence d'une compréhension plus fine du phénomène. Cette forme d'analyse s'est imposée d'elle-même de façon spontanée, au fil du processus de recherche. Suite à l'analyse thématique, j'ai poursuivi l'écriture de mon journal de pratique; cette écriture s'est progressivement transformée. Écrire est devenu une activité de recherche, tel qu'en témoignent les propos de Paillé et Mucchielli (2012) « l'analyste va s'engager dans un travail délibéré d'écriture et de réécriture, sans autre moyen technique, qui va tenir lieu de reformulation, d'explicitation, d'interprétation ou de théorisation du matériau à l'étude. » (p. 183-184) En ce sens, il importe de faire confiance au processus de recherche. Afin de construire la compréhension de l'expérience, la démarche heuristique fait appel à un ensemble d'opérations; le chercheur doit prendre le temps de s'immerger dans l'expérience, de se laisser baigner dans les données. Au fil du temps et de la réflexion, le chercheur trouve les outils les plus appropriés pour traiter les données qui s'articulent de façon organique. Des constellations de sens apparaissent, des couches de savoir se dévoilent au fil du processus. Eureka!

Limites et portée de la recherche

La principale limite de cette étude tient au fait qu'elle ne porte que sur un seul cas, soit ma propre expérience de la pratique calligraphique. En ce sens, les résultats rendent compte d'une expérience personnelle, individuelle et sont difficilement généralisables. Mais en dépit de cette limite, la présente étude qui s'apparente à une histoire de cas, permet de rendre compte d'un savoir intrinsèque, dont la littérature ne rend pas compte. Il ne s'agit pas de décrire La Vérité, mais plutôt une facette de

l'expérience humaine qui se compose d'une myriade d'expériences différentes. La description de mon expérience peut mener d'autres praticiens à s'y reconnaître et recèle possiblement des éléments de transférabilité. L'intérêt ultime de cette étude est d'ouvrir le dialogue avec d'autres praticiens et d'élargir le champ des savoirs.

Perspectives de recherche

L'objectif de la recherche a été atteint; je comprends mieux mon expérience de la pratique et le sens qu'elle prend dans ma vie. Mais la pratique est un processus, la vie n'est pas un phénomène statique. Le questionnement et la réflexion se poursuivront certainement et d'autres couches de compréhension vont peu à peu se déposer. Le sens de l'expérience continuera de se déployer. Je me trouve d'ailleurs à l'orée d'une nouvelle phase de mon cheminement, phase que j'ai nommée « émancipation ». Plus consciente de ce que touche en moi la pratique calligraphique, moins naïve et romantique face au Japon dont je suis pourtant toujours éprise, un espace de liberté s'ouvre devant moi.

Bien que mon désir soit de m'immerger à nouveau dans la pratique, sans le recul et la distance qu'exige la démarche de recherche, certaines pistes de recherches sont prometteuses. Explorer l'expérience de la pratique telle que vécue par d'autres praticiens calligraphes tant au Québec qu'au Japon, permettrait d'enrichir les connaissances dans ce domaine encore peu documenté. De plus, l'investigation du vécu d'artistes d'autres disciplines comme la danse ou la musique par exemple, permettrait de mieux comprendre leur attitude face à la pratique de leur art et de voir si la notion de pratique permet de traduire leur expérience. Enfin, il serait passionnant de poursuivre les études sur la notion de pratique pour mieux la saisir et comprendre comment elle pourrait s'appliquer dans divers domaines d'activité. Faire de la calligraphie et avoir une pratique de calligraphie sont deux choses différentes. C'est une question d'attitude, d'engagement. En ce sens, plusieurs activités peuvent prendre valeur de pratique. Je considère par exemple, que la démarche doctorale peut se vivre

comme une pratique. La vie elle-même peut être vécue comme une pratique. La voie $(d\bar{o})$ ne devient-elle pas un mode de vie, ancrée dans le quotidien? Marcher, manger, faire l'entretien ménager, jardiner sont toutes des activités qui peuvent être vécues en étant pleinement présent. Il s'agit d'un mode de vie. Il s'agit d'une façon d'être au monde, d'être dans sa vie, d'être ultimement dans LA vie.

ÉPILOGUE

Le temps est maintenant venu de déposer mon crayon et de me replonger toute entière dans la pratique calligraphique. J'ai voulu mieux comprendre mon expérience de la pratique; j'ai cheminé à travers elle, j'ai posé mon regard sur elle, je l'ai réfléchie. J'ai l'impression d'avoir bouclé une première boucle. Mais d'autres couches de sens demandent à se déposer.

Je suis à l'orée d'une nouvelle phase de mon cheminement, une phase d'émancipation qui s'est dévoilée en septembre 2016, lors d'un séjour à Kyōto. Voici pour conclure, une trace des écrits consignés dans mon carnet de voyage lors de ce séjour.



La voie de la calligraphie

La voie que prend ma vie

La voie qui me relie à la source de LA vie

Shodō, noir et blanc Toute une vie Sur une feuille de papier

Kyōto, la belle austère

La pratique est désormais en moi

Je te quitte, apaisée et sereine

APPENDICE A

EXTRAIT DE MON JOURNAL DE PRATIQUE

Le 14 janvier 2011, Kyōto.

Aujourd'hui, je fais la visite d'une exposition importante à Ōsaka. Je rencontre Kuiseko sensei à la gare. Le trajet vers Ōsaka nous permet d'avoir une conversation des plus intéressantes sur la calligraphie et mon séjour d'immersion. Kuiseko sensei souligne qu'il importe d'apprendre à travers tout le corps; avoir une pratique régulière de calligraphie ne suffit pas, il faut aussi visiter les musées, marcher dans les temples et leurs jardins, être attentive à l'atmosphère qui y règne, à la culture, aux sensations ressenties. La sensibilité de l'artiste est précieuse et est une source d'apprentissage à ne pas négliger.

Nous arrivons à Ōsaka. L'exposition est majeure; elle présente les œuvres des plus importants calligraphes de l'heure au Japon. Je parcours les salles, je bois les œuvres du regard; je regarde, je me laisse submerger par les œuvres. Soudain, la confusion m'assaille. Mes balises se désintègrent. Je suis sous le choc. Mon regard change, je ne vois plus comme avant. C'est comme si je traversais un mur, comme si mon regard perçait un voile. Tout se mêle d'abord et puis je vois la force, l'énergie concentrée, la retenue; tout est plus contenu, concentré.

Mes repères changent. Moi qui auparavant appréciais les grandes envolées du « blanc volant », effet produit par le pinceau qui manque d'encre, je commence à voir différemment. Ces envolées spectaculaires frappent au premier abord mais sont comme de la poudre jetée aux yeux; l'énergie se perd et se dilue, c'est superficiel.

Par contre, d'autres œuvres m'apparaissent soudain pleines d'une force mystérieuse, calme et profonde. Mon regard est aspiré et semble traverser la trace laissée par l'encre. Je vois derrière l'œuvre.

Je ne cherche plus la fougue et les arabesques qui courent sur le papier, je cherche l'intensité, la densité. Comment expliquer que ce que je vois se qualifie difficilement; je ressens plus que je ne vois. Cela tient du monde de l'invisible, de l'énergie. Je pourrais dire que le trait est solide, bien enraciné, bien équilibré; du trait émane une force tranquille. Mon cœur bat, s'affole, ne sait plus que penser, que ressentir. Je cherche, mon regard balaie les œuvres exposées; je fais et refais le tour des salles. Je ne vois plus comme avant, quelque chose a changé. La force tranquille me captive, une force bien ancrée, une force derrière l'apparence.

Kuiseko sensei me questionne sur mes impressions, voyant bien que quelque chose se passe en moi. Je lui fais part de mon expérience pour le moins bizarre : « Je vois différemment, mon regard change. C'est comme si je voyais derrière l'œuvre! » lui dis-je un peu abasourdie. Elle me regarde avec un sourire de satisfaction et trouve que l'expression est bien choisie. Je viens d'effectuer un saut de géant : je capte le ki, l'énergie vitale qui émane du tanden¹ du calligraphe. Me voilà à l'orée d'un nouvel univers, celui de la calligraphie académique et classique précise Kuiseko sensei. Il s'agit de la calligraphie des grands Maîtres du passé, la calligraphie des lettrés. J'étudierai l'histoire de la calligraphie chinoise, les bases et les origines de la calligraphie.

¹ Le tanden (ou hara) est un centre énergétique qui se situe à un endroit précis du corps, juste audessous du nombril, d'où l'énergie (kî) doit idéalement être centrée, bien que cette énergie soit en perpétuel mouvement.

APPENDICE B

EXTRAIT DE MON RÉCIT DE VIE

1er novembre 2009

Tel des pierres de gué, je déposerai ici les évènements marquants de ma vie, ceux qui ont contribué d'une façon ou d'une autre à faire qui je suis. Il est à noter que la toile de fond de cette réflexion est en lien avec ma pratique de calligraphie japonaise.

Les premiers souvenirs qui me viennent en tête sont des rêves, trois rêves marquants faits entre les âges de cinq et sept ou huit ans, rêves qui sont encore très présents dans ma mémoire. Je les nommerai ainsi : 1) la croix 2) la roue de bois, le fou et le bandit 3) les deux mamans. Ces trois rêves me confrontaient à faire un choix décisif, m'affirmer au prix de ma vie, prendre ma place, être ou ne pas être, négocier les enjeux de la vie au péril de ma vie. Je sens, je sais que ces rêves sont très significatifs et continueront à défier ma compréhension.

L'autre image qui m'apparaît m'est très chère : je revois mon père dessinant au coin de la table. « Papa, dessine-moi quelque chose... » J'étais fascinée par sa main qui bougeait, dansait sur le papier faisant naître des traits, formes esquissées, incomplètes mais révélatrices que l'imagination reformule à sa guise. J'entends encore le bruit de cette danse, le clapotis de son bracelet sur la table, la main qui brosse le papier, la mine grasse qui trace les volutes d'une multitude de nuances noires. Voir courir la mine, jamais utilisée comme pointe mais plutôt comme graveuse de volumes, d'épaisseurs et d'intensités. « Papa, dessine-moi quelque chose... ». Que de belles

conversations nous aurions eues. Mort trop jeune alors que j'avais vingt-sept ans, mon aventure dans le monde des arts n'a pu être partagée.

Aparté sur un autre souvenir flou mais combien omniprésent : la mort d'un frère qui n'a jamais été connu, seulement imaginé par l'enfant de quatre ans que j'étais lorsque la mort a frappé ce bébé naissant. Bébé attendu, frère perdu. Solitude de l'enfant unique, cet absent a marqué nos vies à sa façon, à son insu. Intériorité qui se forge de plus en plus.

De quatre à 18 ans, je poursuis des cours de diction au Studio Liette Duhamel, études qui me mènent à l'obtention d'un brevet d'enseignement en diction et phonétique de la Société du bon parler français; cette formation me permettra de faire l'acquisition d'un bagage important. Études de la poésie, du théâtre, de l'art dramatique, de la pose de voix et de l'expression corporelle. S'ajoutent des cours de danse classique pendant quatre ans et par la suite de danse moderne. J'adorais l'expression d'émotions par le biais du mouvement et du rythme; j'appréciais les formes esquissées dans l'espace, formes mouvantes et éphémères. Malheureusement, mon corps, trop lourd, n'avait pas l'architecture requise. J'aimais aussi le théâtre, j'y réussissais particulièrement bien² mais je n'avais pas la passion requise pour m'y consacrer. En fait, je comprends aujourd'hui que, de nature introvertie, je ne pouvais soutenir le fait d'être vue et de me produire sur scène.

Au collège, je participe à un atelier de peinture dans le cadre duquel je m'intéresse à l'art abstrait, expérience qui n'a pas eu de suite à cette époque.

² Cours de théâtre dans le cadre du brevet d'enseignement; mon professeur était Michel Côté, jeune acteur à l'époque ; il m'avait suggéré de poursuivre dans cette voie.

Vers 16 ou 17 ans, je fais l'expérience d'une révélation existentielle, d'une prise de conscience qui m'a fortement marquée et qui je crois me définit finalement assez bien : sans me souvenir d'un contexte particulier, j'accompagnais une amie qui faisait une course et en l'attendant, j'ai soudain cette compréhension que je suis seule, que ma condition humaine fait que je suis fondamentalement et profondément seule et serai toujours seule. Ceci est profond et à la fois expérientiel; tu attends une amie et une pensée t'envahit et s'impose dans ton esprit; c'est concret, ça se passe, c'est phénoménologique. Personne ne pourra jamais savoir ce qui m'habite, ce que je ressens, ce que je pense dans ma tête, tel que je le pense à l'intérieur de moi. Personne. Je serai toujours seule, même avec l'autre. Même si je communique, il y aura toujours le filtre de la perception de l'autre. Je serai toujours seule, même avec l'autre.

Le choix de la psychologie

Je ne me souviens pas d'avoir fait le choix d'aller vers la psychologie. C'était ma voie, elle était déjà tracée en moi, évidente, ce n'était même pas une question. Comme si j'étais déjà psychologue. Bien que j'aie toujours été encouragée dans mes entreprises et guidée vers des études supérieures, ce choix n'était pas une idée de mes parents. Déjà toute jeune, je voulais voir littéralement dans la tête, dans le cerveau des gens pour comprendre le pourquoi de leurs gestes : que pense le « méchant » pour faire ce qu'il fait? Je croyais à la bonté de la nature humaine et cherchais à expliquer les comportements répréhensibles. Avec le temps, j'ai compris que je ne voulais pas travailler en laboratoire mais plutôt comprendre le comportement de la personne à travers le récit de son expérience. J'ai toujours cru en l'Homme, en sa bonté. Dès lors, comment comprendre les comportements violents? Je me suis intéressée au mouvement humaniste, au développement du potentiel humain.

C'est bien après la fin de mes études, terminées en 1981, que j'ai connu la psychologie jungienne, que j'ai plongé dans les concepts de l'inconscient et des

archétypes. L'université nous avait plutôt fait connaître la voie de Freud face à laquelle je ne me reconnaissais que peu d'affinité. À 37 ans, ma rencontre avec Brugh Joy³ marque un point tournant dans ma vie. C'est avec Brugh comme guide lors de plusieurs ateliers de formation aux Etats-Unis, que je me suis retrouvée et reconnue comme personne et comme psychothérapeute. Il m'a initiée aux concepts jungiens, à la mythologie comme cartographie de la psyché humaine, aux trésors que recèle l'inconscient. Enfin, je « rentrais à la maison », dans un univers où je me reconnais, qui résonne en moi.

[.....]

J'ai toujours cru que mon travail de psychologue et que ma pratique de l'art de la calligraphie étaient étroitement liés. Comment côtoyer la mort et les profondeurs de l'Être au quotidien sans développer une attitude, un espace de vie qui invite à la méditation, qui incite à vivre le moment présent. L'approche de Jung ainsi que la pratique de la calligraphie japonaise m'ont aidée dans ce voyage dans les profondeurs. Au delà de la pratique de l'art, je découvre un espace de vie, un espace qui contient tout sans rien nommer. Le vide-plein, Mu.

Je comprends ma difficulté à m'incarner dans un monde qui favorise l'extroverti. Mon introversion, mon intériorité exacerbée, ma sensibilité à fleur de peau trouvent dans la pratique de cet art un catalyseur qui me permet de vivre en accord avec ma nature. J'ai du mal à trouver écho dans une culture qui valorise l'extroversion, la performance, le faire, la beauté criante. Je raconte une anecdote qui est toujours vivante en moi bien que l'évènement se soit passé il y a plus de 30 ans. J'étais à

Brugh Joy est médecin spécialiste en médecine interne et psychothérapeute; il a été une personne importante dans mon parcours, me faisant découvrir la psychologie de Jung et l'apport de la mythologie en psychologie. Je lui rends ici hommage; Brugh est décédé le 23 décembre 2009.

attendre le bus en début de soirée; le ciel d'automne était d'un bleu profond, magnifique. La lune était pleine, brillante; elle enveloppait le paysage de sa lumière subtile. Les branches dénudées des arbres se découpaient dans l'espace bleuté. J'étais éblouie par cette beauté austère et n'écoutant que mon cœur, incapable de soutenir l'indifférence des autres, je dis à ma voisine de la file d'attente « Madame, regardez comme c'est beau! ». Elle me regarda d'un air inqualifiable comme si j'étais une martienne et reprit son air d'indifférence sans mot dire. Quelle tristesse de ne pas s'émerveiller devant tant de beauté, j'en ai eu les larmes aux yeux. La nature est si pleine. Il suffit d'aiguiser son regard.

APPENDICE C

GUIDE DE LA PREMIÈRE ENTREVUE

Qui est le participant Informations d'ordre général: sexe, âge, études, occupation. Est-ce que vous vous considérez comme étant une personne extrovertie ou introvertie?

Quelle est sa pratique Situer la pratique de la personne et décrire son expérience de la pratique de la calligraphie japonaise

Depuis combien d'année faites-vous de la calligraphie japonaise? Avec quel sensei étudiez-vous et depuis quand? Êtes-vous inscrit à une école au Japon? Quels grades avez-vous obtenus? Est-ce que vous participez à des expositions? Est-ce que vous avez reçu des prix ou distinctions? Quelle est votre filiation? (ex : calligraphie des moines zen)

Pouvez-vous décrire une session de pratique de calligraphie; comment cela se déroule-t-il? (environnement, installation, matériel, etc.)

Est-ce que vous faites toujours votre encre ou utilisez-vous

l'encre commerciale déjà préparée?

Avez-vous un rituel de préparation, une façon de vous inspirer avant la pratique? (méditation, musique, nature, etc.)

Pouvez-vous décrire comment vous vous sentez avant, pendant et après une session de pratique? (sensations, émotions, pensées qui vous habitent)

Qu'est-ce qui a motivé votre pratique de calligraphie?

Qu'est-ce que la pratique vous apporte?

Qu'est-ce qui motive la poursuite de votre pratique?

Pourriez-vous envisager cesser votre pratique?

Quelle est votre conception de la calligraphie japonaise?

Qu'est-ce qu'elle représente pour vous?

Quelle importance prennent pour vous vos œuvres calligraphiques?

Quel sens donnez-vous à la pratique de la calligraphie japonaise?

Quelle dimension cette pratique prend-elle dans votre vie?

Qu'est-ce qui est le plus important pour vous dans la pratique de la calligraphie japonaise?

Faites-vous un lien entre la méditation et la pratique de la calligraphie japonaise? Attribuez-vous une valeur de rituel à la pratique de la calligraphie japonaise?

Lorsque je parle de « pratique » de calligraphie japonaise,

cela réfère à quoi pour vous?

Diriez-vous que c'est une « pratique » pour vous?

Diriez-vous que c'est une « pratique spirituelle »?

Qu'est-ce qu'une pratique spirituelle pour vous?

Depuis que vous vous êtes engagé dans une pratique calligraphique,

observez-vous une différence au niveau de votre façon d'être et de percevoir la vie?

Pouvez-vous m'en parler?

Pensez-vous qu'il y a eu transformation personnelle depuis le début de votre pratique?

Diriez-vous que la pratique vous a changé? Comment?

Quelles sont les différences que vous avez observées, les indices qui

vous permettent d'en juger?

Quelle place prend la pratique de la calligraphie japonaise dans votre vie?

Est-ce une partie importante de votre vie?

Quelle importance attribuez-vous à la relation maître-élève?

Pouvez-vous m'en parler?

Ouel rapport avez-vous avec le Japon et sa culture?

Quel rapport avez-vous avec les valeurs de la culture traditionnelle japonaise?

Quel rapport avez-vous avec l'histoire, les origines chinoises de la calligraphie?

Quel est votre rapport à la nature et à l'univers; faites-vous un lien avec votre pratique?

Pour conclure

Quel sens prend la pratique de la calligraphie japonaise dans votre vie?

APPENDICE D

GUIDE DE LA DEUXIÈME ENTREVUE AVEC CHARLES, le 1^{ER} SEPTEMBRE 2012⁴

Objectif: explorer, expliciter, élaborer...

Après avoir pris connaissance de la transcription de l'entrevue, est-ce que vous vous reconnaissez dans les propos?

Qu'est-ce qui vous frappe? (Surprise, mise au point, accord/désaccord)?

Avez-vous des précisions à apporter?

Quels sont vos commentaires?

Je débuterai en vous reposant la question :

Quelle signification prend la pratique de la calligraphie dans votre vie?

Suite à notre première rencontre, j'aimerais revenir sur certains thèmes qui m'apparaissent importants pour vous :

Vous parlez à plusieurs reprises de la pratique de la calligraphie comme étant un mode de vie, que c'est ancré dans votre vie. Pouvez-vous définir ce que cela signifie pour vous?

Vous parlez aussi d'une démarche spirituelle, de devenir meilleur. Pouvez-vous élaborer?

Vous avez dit : « ... pour être bien, pour devenir meilleur, c'est donner un sens à sa vie ». Que voulez-vous dire?

Vous parlez également de la pratique de la calligraphie comme étant « la recherche du geste juste, de la pensée juste, du cœur juste ». Pouvez-vous définir ce que cela signifie pour vous?

Vous parlez de la possibilité de cesser la pratique « si je n'en ressens plus le besoin ». À quel besoin répond la pratique de la calligraphie?

⁴ La date de la première entrevue avec Charles est le 9 juin 2012.

Vous relatez une expérience en *kendō* alors que votre *sensei* disait « ne pense pas » et vous ajoutez que c'est « le corps qui fait sans penser ». Pouvez-vous élaborer? Est-ce que la pratique a changé votre relation au corps?

Diriez-vous que vous êtes introverti ou extraverti? Vous avez eu une longue hésitation lors de notre première rencontre à ce sujet.

J'ai parlé d'«univers intérieur»; avez-vous l'impression que la pratique de la calligraphie a enrichi cette vie intérieure, la nourrit et accentue en quelque sorte l'activité solitaire?

Pouvez-vous parler de la notion de rituel dans la pratique?

Compte-tenu de tout ce dont on vient de parler, quel sens diriez-vous que la pratique de la calligraphie prend dans votre vie?

Qu'est-ce que cela vous apporte?

Qu'est-ce que la pratique a changé dans votre vie?

Est-ce que vous diriez que la pratique vous transforme? Comment? Pouvez-vous donner des indices de cette transformation?

J'aimerais maintenant partager avec vous ma propre expérience de la pratique et savoir si vous faites certains liens avec votre propre expérience.

Quels sont vos commentaires?

(présenter mon expérience à partir du document de ma démarche artistique présenté lors de l'exposition : 3 thèmes : intériorisation, encorporation et inscription).

APPENDICE E

EXTRAITS D'ENTREVUES

Extrait de la première entrevue avec Charles, le 9 juin 2012.

[.....]

*LL⁵: Puis là, on parle de pratique, je te parle de pratique de calligraphie; pour toi est-ce une pratique? Puis c'est quoi la notion de pratique?

Charles: C'est un mode de vie. C'est une pratique mais c'est un mode de vie. C'est devenu un mode de vie, oui. C'est ancré dans ma vie, c'est naturel. Comme je te disais tantôt; je fais de la méditation mais je voulais pas le faire de façon tout le temps, au même moment. Rien de compulsif. Ce qui est compulsif n'est pas sain. Alors il faut que ce soit naturel. Et quand j'ai commencé la pratique zen, tout de suite j'ai découvert que faire la vaisselle c'est zen, marcher c'est zen, se rencontrer comme on fait aujourd'hui c'est zen. C'est la manière dont on vit les choses. Alors t'sais, le moment que j'ai avec toi, ben c'est un moment, c'est le moment présent, et...

*LL:... Ça reviendra jamais.

Charles: C'est ca; ca reviendra jamais. Et puis c'est ca qui est important; c'est ce moment-là. Et t'sais, quand on parle de voie; shodo, kendo, la voie c'est le chemin. Et le chemin, c'est le parcours qui est intéressant, c'est pas l'arrivée. Alors y'a des gens qui mettent beaucoup, beaucoup l'accent sur l'examen. Là, ils vont passer un examen, puis là, ils ont hâte de faire l'examen puis tout ça. Mais ils oublient le chemin. Et là, ils arrivent à l'examen, et ca se passe moins bien, ils savent pas trop pourquoi, ils sont frustrés. NON! C'est un chemin. Si, t'sais, je me rappelle une fois avec madame Okata, un de mes confrères qui était à côté de moi a pas réussi son grade, il avait pas son dan. Et il voyait ça comme un échec. Il dit « Ah, j'ai échoué, j'ai échoué ». Je dis « Non, t'as pas échoué; non, non, c'est que t'es pas prêt ». C'est pas l'arrivée qui est important, c'est le chemin. Alors pendant que t'es dans le chemin, si t'es trop centré sur l'arrivée, tu vois pas; tu vois pas les arbres, tu vois pas la nature, t'entends rien non plus. Mais quand t'es pleinement en accord, en harmonie avec ce qui est autour de toi, c'est pas facile, parce que il faut penser, il faut se mettre dans cet état-là. Alors parfois, oup, on est dérangé, on a des frustrations, quelqu'un nous parle, on n'a pas aimé son attitude. Et on reste accroché à ça. Mais si on reste accroché à ça, mais là,

⁵ Je mène moi-même l'entrevue (LL pour Lise Lussier).

on profite plus de rien. C'est un peu comme le, c'est un jeune moine qui était nerveux avec le thé. Il dit « Quand je verse le thé, j'ai peur d'échapper une goutte », puis tout ça. Puis le moine le rassure en disant « Pourquoi ? Si t'échappes la goutte, t'échappes la goutte ». Mais il dit « Je cherche la perfection du geste ». Il dit « Oui, c'est bien. Mais tu ne l'atteindras jamais. Ce qui est intéressant, c'est de le chercher, d'essayer de le faire. Mais si tu te crées, si tu t'inquiètes, tu te rends malheureux, parce que la goutte va tomber à côté de la tasse, tu goûtes pas au plaisir de verser, tu goûtes pas au plaisir de toucher à la tasse, de le boire. Tu te prives de tout ça, parce que tu mets trop d'attention sur ne pas échapper la goutte. Elle va tomber, et c'est pas grave. » Alors ça, c'est aussi le détachement. C'est se détacher. Mais c'est pour ça...

*LL: Ça fait que est-ce que tu dirais que c'est une pratique spirituelle?

Charles: Ah oui, oui, c'est une pratique spirituelle, tout à fait.

*LL: Donc c'est quoi, une pratique spirituelle? Quel sens tu y donnes?

Charles: Moi, je vois ça comme un mode de vie. C'est devenir meilleur. C'est ça; c'est de devenir meilleur. Devenir meilleur, mais sans préjugé, sans sentiment de « je suis dans la vérité ». Spirituel, c'est pas d'être religieux. Religieux, malheureusement, je me disais plus qui disait, je pense que c'est Albert Einstein disait « Les religieux divisent, mais la spiritualité rassemble ». Et ça peut paraître une démarche un petit peu égocentrique, parce que ça se rapporte à nous; c'est le bien-être, mais si on n'est pas bien, on peut pas être bien avec les autres. Donc on doit s'occuper de soi avant, avant de commencer à s'occuper des autres, il faut quand même s'occuper de soi. Ouand on est bien, là, on peut être disponible aux autres. Et moi, je pense que c'est une démarche spirituelle parce qu'on sait qu'on est mortel. Alors on sait pas où on va, qu'est-ce qui arrive et tout ça. Mais avec le temps, moi je crois que t'sais, y'a une phrase qui dit « Le grand malheur de l'un c'est d'ignorer pourquoi il nait, souffre et passe ». Et ça, c'est un drame. C'est un vrai drame. Mais c'est un drame parce qu'on accepte pas la vie telle quelle. Quand on l'accepte telle quelle et qu'on fait face à la réalité. Parce que quand on parle d'éveil, t'sais, dans le bouddhisme, on parle d'éveil. L'éveil c'est faire face à la réalité. Le monde des illusions et tout ça, tout ce qui va venir après, et tout ça; toutes les réponses qu'on veut ne nous satisfont pas. On n'est pas capable, on peut pas se satisfaire des réponses. Quand on accepte ça, tout devient clair. On est des êtres mortels, des êtres qui évoluent dans le changement. C'est toujours le changement, tout le temps, tout le temps, puis on est en évolution constante. Ben c'est ça la beauté de la vie. Mais parfois on voit des choses horribles, on dit « Pourquoi ? Pourquoi ? » Parce que c'est ça. Les gens vont dire « Ouais, mais la pauvre gazelle qui se fait manger par le lion, c'est terrible! » Mais la gazelle, c'est la nourriture du lion. Si on le voit pas comme ça, c'est terrible. Mais le lion la mange pas pour la tuer. C'est-à-dire, il la tue pour vivre. Euh... Un raisin, il va naître, il va mûrir, il va tomber, il va pourrir. C'est ça la vie.

*LL: C'est le cycle!

Charles : C'est le cycle. C'est le cycle, ouais. C'est tout à fait le cycle. Donc c'est un mode de vie. Et c'est une démarche spirituelle.

*LL: Là, tu l'as dit un peu; qu'est-ce qui motive, qu'est-ce qui a motivé que t'as commencé. Puis qu'est-ce qui motive que tu continues.

Charles: Ouais...

*LL: C'est que c'est devenu un style de vie, ça fait partie de...

Charles: Ouais, c'est un mode de vie. C'est un mode de vie. Et aussi parce que ça donne ses fruits. Ce qu'on cherche au fond, c'est le bien-être, le bonheur qui est un concept qui est quand même assez récent dans l'histoire du monde. Tout le monde achète les livres du Dalai Lama pour devenir heureux, et c'est correct! C'est correct! Mais il reste que c'est avant tout une démarche... spirituelle, mais qui fait que pour se sentir bien, pour devenir meilleur, c'est donner un sens à sa vie aussi. C'est surtout ça.

*LL: Et quel sens ça donne à ta vie ? Quel sens tu donnerais à la pratique ? Je le sais que t'as plusieurs pratiques, il faut dire ça aussi.

Charles: Mais ça se rattache, ça se rattache.

*LL: Ça devient une pratique avec différents moyens? Qu'est-ce que ça t'apporte de plus, la calligraphie? Tu le disais un peu tantôt mais...

Charles: Ouais. Ben c'est dans, ce but-là, c'est le geste juste, la pensée juste, le cœur juste. Se connaître soi-même, par la pratique on apprend énormément. Quand on fait un combat de *kendō*, on est devant un adversaire, on le connait pas, il nous connait pas. Et c'est un combat. C'est une frappe qui va faire qu'on gagne ou on ne gagne pas. Mais parfois on a la frappe et on a perdu le combat parce qu'on sait que c'est une maladresse de sa part ou c'est... Un combat c'est quand c'est ciblé, c'est bien mené puis la frappe est là. C'est très difficile d'y arriver. Donc on apprend sur soi, et c'est aussi comprendre qui on est, et comprendre notre environnement. Ce qu'il y a autour de nous. Et ça, c'est... c'est toute une vie! Et, parce que y'a un côté absurde à la vie aussi, parce qu'un moment donné, on se dit pourquoi tout ça? Ben, cette pratique-là nous permet de au moins vivre ça pleinement, et essayer d'être en contact. On est là.

Extrait de la deuxième entrevue avec Charles, le 1^{er} septembre 2012.

[.....]

*LL: Ça fait que bonjour Charles. C'est notre deuxième entrevue, on est le premier septembre. Donc la deuxième entrevue avec Charles. Euh... Donc l'objectif aujourd'hui c'est de faire suite, on s'est parlés un peu, mais on va continuer de revenir un peu sur notre première entrevue, voir si en relisant le verbatim toi, d'une part dans les grandes lignes, si tu te reconnais, si t'as eu des surprises, si t'as dit « Ah, c'est pas ça du tout », ou bien si t'avais des ajouts à faire, des clarifications à faire.

Charles: Ben, j'en avais. Parce que comme c'est parlé, un moment donné la pensée, y'avait certaines choses, j'avais pas complétées, puis là je me disais que ça serait peut-être bien de les compléter. Ça fait que c'est ça, j'ai fait ça, ce petit travail-là d'écriture pour toi. Mais j'ai précisé. J'ai davantage précisé. Puis en relisant tes questions, ça m'a permis aussi de faire le point vraiment, de mieux comprendre ma pratique. C'est intéressant, ça m'a permis ça. Je me disais c'est bon de faire un arrêt, puis en relisant aussi le verbatim, j'ai pu voir plus nettement. Ça fait que c'est vraiment intéressant comme démarche.

*LL : Ça fait que comme ça, tu t'es quand même reconnu dans les propos rapportés?

Charles: Je me suis reconnu, oui.

*LL: Dans l'ensemble, tu t'es reconnu.

Charles: Oui, c'est bien ça, oui. Oui. J'ai précisé davantage.

*LL: Ça fait que donc les précisions, on va en reparler ensemble, mais je veux dire, je veux dire ici que tu as fait un texte, donc t'as retravaillé un peu le texte en précisant des choses, ça fait que je vais revoir avec le texte que j'ai déjà en mains. Mais on va faire quand même l'entrevue, ça fait que sûrement que ça va apporter d'autres développements aussi. J'aimerais ça revenir sur certains thèmes, mais peut-être que je vais dire en débutant que j'ai essayé de faire l'exercice de dire si j'avais une phrase à dire sur la personne, sur la compréhension de ton expérience, qu'est-ce que ça serait. Puis ce que j'ai retenu qui pour moi fait une image, c'est que la calligraphie pour toi, c'est un mode de vie.

Charles: Oui.

*LL: T'as répété à plusieurs reprises « C'est un mode de vie », c'est ancré. Ça fait que moi j'ai retenu ça un peu comme image.

Charles: Oui, c'est exact, oui. Parce que ben, c'est un mode de vie parce que c'est lié aussi à ma pratique des arts martiaux, alors ça complémente. Et ça se nourrit aussi. Quand j'ai commencé la calligraphie, tu te rappelles, c'était dans le but de me centrer davantage, puis d'avoir une meilleure concentration, parce qu'en *kendō*, ça demander

un esprit libre, un esprit mushin, comme on disait. Et puis je me disais la calligraphie, ça va sûrement m'aider. Puis comme j'avais beaucoup lu sur l'histoire du Japon et puis sur les arts martiaux, j'ai vu que les samouraï pratiquaient la calligraphie dans ce but-là, de concentration et tout ça. Et c'est venu avec le temps, à cause de l'influence bouddhiste et le zen, c'est devenu un mode spirituel pour eux. Et liés aux arts martiaux. Et c'était dans le but d'avoir une pensée juste, un geste juste et le cœur juste, à cause de l'influence du bouddhisme, la compassion, l'empathie et tout ça. Et ça, ça me plaisait et je me suis dit faire du kendō, sans faire de calligraphie, ihhh, il manque quelque chose. Et c'est pour ça, comme j'en avais déjà fait, je me disais ça va sûrement aider mon kendō, et aussi mon sensei en kendō m'avais dit « quand on arrive à une certaine maturité, c'est bon de faire de la calligraphie ». Et je me suis inscrit au cours de calligraphie, mais là cette fois-ci, japonaise à cause du kendō. Et là, j'ai commencé à comprendre un peu. Et puis dans ma pratique, j'ai vu des résultats, et sans avoir dit à mon sensei que je m'étais inscrit au cours, je lui en avais parlé mais je lui avais pas dit, cinq mois après, il m'a approché en me disant « J'ai remarqué, ton kendō est de plus en plus fort. Y'a un progrès, il s'est fait un gros progrès ». Et là, je lui ai dit, « j'ai commencé la calligraphie, est-ce que ca pourrait être ça? » Et là, il m'a dit « Ah, sûrement. Sûrement, oui. Oui, je vois quelque chose. Sûrement » . Alors c'est ça. Donc c'est devenu un mode de vie parce que le kendō est un mode de vie pour moi, je le fais de façon régulière, puis...

*LL: Ça fait que c'est ça; peux-tu, pourrais-tu essayer de me définir qu'est-ce que c'est pour toi le mode de vie, justement? Tu dis « C'est un mode de vie pour moi ». Ça fait que pour que je comprenne plus c'est quoi pour toi, un mode de vie?

Charles: Ok. Un mode de vie, c'est une pratique qui est rentrée dans son quotidien. C'est une pratique qui se fait naturellement, comme manger, se détendre et tout ça. Alors j'ai, c'est, quand j'ai terminé ma journée et que c'est le soir du $kend\bar{o}$, et bien je mange une petite collation, puis je m'en vais au $kend\bar{o}$. C'est naturel. Puis même si je m'assois dans mon auto, on dirait que mon auto conduit au $d\bar{o}j\bar{o}^6$! (rire) Alors c'est vraiment une pratique. Et... C'est intégré parce qu'avec les années, c'est devenu naturel. Alors c'est comme boire et manger, dans le fond.

*LL: Puis est-ce que tu dirais que dans un autre sens qui prolonge ça, est-ce que tu dirais que ça a pénétré ta vie aussi? Que le style de ce qu'on pratique, ce qu'on fait dans la calligraphie ou dans un art martial, ça pénètre aussi la façon dont tu vis les autres choses du quotidien?

Charles: Sûrement. Sûrement parce que... Comment je pourrais dire, c'est... Comme c'est un mode de vie, c'est rentré, c'est naturel. Je sais pas comment l'exprimer

⁶ Endroit où l'on pratique les arts martiaux.

autrement. C'est sûr que ça a changé, que ça m'a fait évoluer, que ça s'est imprégné. Ça c'est sûr, oui.

*LL: As-tu déjà senti que des réflexions que t'avais pendant ta pratique, je te demande ça parce que ça m'est arrivé; des réflexions que t'as pendant ta pratique, que tout d'un coup ça te venait pendant que tu faisais quelque chose de complètement autre?

Charles : Ah oui, tout à fait, tout à fait. C'est pour ça que je trouve que shodō, c'est très zen, kendō aussi, ça vient du zen et tout ça. Alors je pense qu'on est dans un esprit zen. Et ça se traduit dans le quotidien, même au travail, dans nos relations. Et euh... Bon, j'ai des collègues par exemple qu'un moment donné, ils vont me dire «T'es toujours calme, tu t'énerves jamais.» Des fois y'a des situations assez difficiles dans les écoles, bon un élève qui pète sa coche. Et puis là, tout le monde est énervé. Moi, ça m'énerve pas. Je reste calme. Je vais le voir, je le calme. Puis ça, ça étonne. Mais moi, ça m'étonne pas parce que je sais que depuis longtemps, j'ai développé... Bon j'ai peut-être quelque chose aussi qui fait que c'est peut-être naturel, c'est peut-être dans mes gênes, mais il reste que je suis sûr que la pratique...C'est parce que tu le sais, le zen, c'est... c'est prendre conscience du réel, hein. Puis aussi de sa propre nature. Alors c'est sûr que dans la pratique, ca devient... tu vois-tu? J'ai vu que le mot naturel revient souvent, mais c'est ça. Oui, je sais pas si je réponds à ta question? Mais aussi quand je fais la pratique de shodo, ou de kendō, parfois je suis, j'en ai parlé, parfois j'ai un sentiment de reconnaissance qui me vient, comme ça, spontanément. Je me dis « Quelle chance on a d'avoir connu ça », puis aussi reconnaissance envers tous ceux qui nous ont précédés. Parce que c'est grâce à eux si on fait de la calligraphie. Ça fait que ça me vient des fois ça, un sentiment de reconnaissance.

*LL: On a, tout le monde m'a parlé de ça.

Charles: Oui hein! C'est ça.

*LL: Puis même les sensei aussi.

Charles: Ah oui, hein.

*LL: Mon sensei, que j'ai rencontré à Kyōto, dit « Des fois, je pratiquais puis je me mettais à avoir des larmes en pensant à mon maître », ou aux anciens, même. Charles: Oui, même ceux qu'on n'a pas connus, ceux qui font partie de la grande lignée, là.

*LL: La tradition.

Charles: La tradition, oui, vraiment.

*LL: Intéressant, hein?

Charles: Oui. Et quand je, en $doj\bar{o}$, quand on salue la calligraphie, parce qu'il y a une calligraphie qui est une maxime, ou un mot d'ordre pour le $doj\bar{o}$, je peux pas m'empêcher à penser à tous ces gens qu'on n'a pas connus, même qui remontent au Moyen Âge. C'est grâce à eux si on fait cette pratique-là. Ça fait que c'est important. Mais ça se fait naturellement. Mais c'est par la pratique, avec le temps, oui.

APPENDICE F

CERTIFICAT D'ÉTHIQUE ET FORMULAIRE DE CONSENTEMENT

Le 25 janvier 2011

Madame Lise Lussier 3550, rue Jeanne-Mance, app. E1905 Montréal (Québec) H2X 3P7

Objet: Demande d'approbation éthique

Madame,

Le 3 décembre dernier, le Comité local d'éthique de la recherche avec des êtres humains du Doctorat en études et pratiques des arts de l'UQAM a pris connaissance de votre demande d'approbation éthique du projet intitulé *L'odeur de l'encre*: exploration ethno-heuristique d'une pratique de la calligraphie japonaise. Suite aux discussions, le comité recommande l'approbation de votre projet au plan éthique et émet le certificat ci-joint.

Votre protocole de recherche est jugé conforme aux pratiques habituelles et répond aux normes établies par le Cadre normatif pour l'éthique de la recherche avec des êtres humains et l'UQAM (1999) et l'Énoncé de politique des trois conseils : éthique de la recherche avec des êtres humains (1998).

La présente approbation est valide jusqu'à la fin de votre projet de recherche. Toutefois, toute modification des aspects éthiques de votre projet devra être portée à l'attention du Comité local d'éthique de la recherche avec des êtres humains du Doctorat en études et pratiques des arts de l'UQAM.

En vous remerciant de votre collaboration, Madame, je vous adresse mes salutations cordiales.

Pierre Gosselin

Directeur

Doctorat en études et pratiques des arts

wire fissell.

PG/dl

p. j. Certificat d'éthique

CERTIFICAT D'ÉTHIQUE

DEPA11-02

Le Comité local d'éthique de la recherche avec des êtres humains du Doctorat en études et pratiques des arts de l'UQAM a examiné le projet de recherche suivant :

Responsable du projet : Lise Lussier

Programme d'études: Doctorat en études et pratiques des arts

Titre du projet : L'odeur de l'encre : exploration ethno-heuristique d'une pratique

de la calligraphie japonaise

Superviseur principal: Sylvie Fortin

Ce protocole de recherche est jugé conforme aux pratiques habituelles et répond aux normes établies par le Cadre normatif pour l'éthique de la recherche avec des êtres humains de l'UQAM (1999) et l'Énoncé de politique des trois conseils : éthique de la recherche avec des êtres humains (1998).

Membres du comité:

Pierre Gosselin, professeur à l'École des arts visuels et médiatiques de l'UQAM Yves Jubinville, professeur à l'École supérieure de théâtre de l'UQAM; Maryla Sobek, professeure à l'École de design de l'UQAM; Patrice Loubier, professeur au Département d'histoire de l'art de l'UQAM

Date de la réunion: 3 décembre 2010

Date d'émission du certificat : 25 janvier 2011

Le présent certificat est valide jusqu'à la fin des études doctorales du responsable de projet sous réserve que les conditions énoncées dans le protocole demeurent inchangées.

Pierre Gosselin

Directeur

Doctorat en études et pratiques des arts

freme Carriel.

Doctorat en études et pratiques des arts Université du Québec à Montréal

IDENT	IFICATION DE L'ÉTUDIANT
Nom : LUSSIER	444444
Prénom : <u>LISE</u>	
Courriel: xxxxxxxxx	Téléphone : xxxxxxxx
Titre de la thèse : « L'odeur de l'enci calligraphie japonaise. » (titre provis	re: exploration ethno-heuristique d'une pratique de la oire)
Directeur de recherche ⁷ : Sylvie Forti (codirecteur)	in (Directrice), Pierre Gosselin (codirecteur) et Victor Hori
Courriel: fortin.sylvie@uqam.ca	Téléphone : (514) 987-3000 poste 3499
Nom :	
	Téléphone :
pratique de la calligraphie japon l'exposition de quelques unes de m journal de pratique. Le but de la rech signification que peut prendre la pra	onsiste à élaborer un récit autoethnographique portant sur ma laise. Un volet création complètera le projet proposan les oeuvres calligraphiques accompagnées d'extraits de mon herche est de mieux comprendre ma pratique et de proposer la latique de la calligraphie japonaise dans la vie d'un praticien praticiens de calligraphie japonaise permettra de nuancer e

7 Au moment de la signature du formulaire de consentement, Sylvie Fortin assumait la direction de ma recherche, direction qui par la suite, a été assurée par Pierre Gosselin.

PROCÉ	DURE
ROOL	
Chacun d	les participants sera rencontré à deux reprises (à environ huit mois d'intervalle) dans le
cadre d'er	ntrevues semies-structurées d'une durée d'environ une heure; ces entrevues feront l'obje
	egistrement sonore. Les questions porteront essentiellement sur l'expérience de la
	de la calligraphie japonaise et la signification qu'elle prend dans la vie du praticien. Des
	d'ordre plus général (données sociologiques, contexte de vie et de pratique, etc.) seron
	t colligées. Certains extraits d'entrevue pourront être cités dans le texte de la thèse tout
	vant l'anonymat. L'endroit où se tiendra les entrevues sera déterminé avec chacun des
participar	its.
Le proje	et implique le recours aux procédures suivantes :
Г	l'utilisation de documents d'archives, de dossiers ou de banques de
	contenant
dollitoes	des renseignements personnels non-publiques;
-	l'observation de personnes;
	l'administration d'un questionnaire;
	la réalisation d'entrevues individuelles ou de groupe;
	l'administration d'un test physique, d'un test de mesure psychométrique, physique,
	intellectuelle ou autre;
-	l'administration de produits ou de substances;
-	le prélèvement de matières biologiques; l'administration d'un traitement expérimental;
F	l'utilisation de matériel biologique obtenu au départ à des fins médicales ou provenant
_	de recherches antérieures ou de chercheurs.

CONFIDENTIALITÉ ET DIVULGATION DES RÉSULTATS

Les participants acceptent que certains de leurs propos receuillis lors des entrevues seront diffusés et publiés. Cependant, leur identité ne sera pas divulguée et la confidentialité sera préservée. Seuls mes directeurs de recherche et moi-même auront accès au nom et aux coordonnées des participants. Je m'engage à soumettre préalablement aux participants les propos cités à des fins de corroboration ainsi que pour approbation avant la diffusion de la thèse. Les résultats de la recherche figureront dans la thèse, seront divulgués lors de la soutenance et

éventuellement dans des colloques, congrès. et articles. À la fin du processus doctoral, les enregistrements sonores des entrevues (qui auront été conservés dans un endroit préservant la confidentialité) seront détruits.				
PARTICIPATION VOLONTAIRE				
La participation à ce projet est volontaire. Cela signifie que les sujets acceptent de participer au projet sans aucune contrainte ou pression extérieure, et que par ailleurs, ils sont libres de mettre fin à leur participation en tout temps au cours de cette recherche. Dans ce cas, les renseignements les concernant seront détruits.				
COMPENSATION FINANCIÈRE				
Les sujets ne recevront aucune rémunération pour leur participation.				
ENGAGEMENT DE L'ÉTUDIANT				
Signature : Date :				
Nom : Lieu :				
CONSENTEMENT DU PARTICIPANT				
Je reconnais avoir lu le présent formulaire de consentement et consens volontairement à participer à ce projet de recherche. Je reconnais aussi que le responsable du projet à répondu à mes questions de manière satisfaisante et que j'ai disposé de suffisamment de temps pour réfléchir à ma décision de participer. Je comprends que ma participation à cette recherche est totalement volontaire et que je peux y mettre fin en tout temps, sans pénalité d'aucune forme, ni justification à donner. Il me suffit d'en informer le responsable du projet.				

Lieu:

CONSENTEMENT D'UN PARENT

Nom:

En tant que parent ou tuteur légal, je reconnais avoir lu le présent formulaire de consentement et consens volontairement à ce que mon enfant participe à ce projet de recherche. Je reconnais aussi que le responsable du projet a répondu à mes questions de manière satisfaisante, et que j'ai disposé suffisamment de temps pour discuter avec mon enfant de la nature et des implications de sa participation. Je comprends que sa participation à cette recherche est totalement volontaire et qu'il peut y mettre fin en tout temps, sans pénalité d'aucune forme, ni justification à donner. Il lui suffit d'en informer un membre de l'équipe. Je peux également décider, pour des motifs que je n'ai pas à justifier, de retirer mon enfant du projet.

Signature:	Date:
Nom :	Lieu:

APPROBATION PAR LE COMITÉ D'ÉTHIQUE

Cette recherche devrait avoir reçu l'approbation du Comité local d'évaluation éthique du doctorat en études et pratiques des arts. Le comité remet au doctorant un certificat attestant de la conformité de sa démarche. Pour toute question, commentaire ou plainte, vous pouvez vous adresser au comité en téléphonant au 514-987-3000, poste 1697, ou en écrivant à l'adresse suivante : Doctorat en études et pratiques des arts, Case postale 8888, succursale Centre-Ville, Montréal (Québec) H3C 3P8

APPENDICE G

TEXTE INTÉGRAL D'UN CLIP

CLIP « La trace »
23 novembre 2011

Ma pratique laisse des traces. Elle se laisse voir et s'incarne dans les œuvres. La gestuelle, en plus de s'inscrire dans mon corps, me permettant de l'habiter davantage, s'inscrit sur papier. Je laisse une trace dans le monde. Chaque fois que j'exerce ma pratique, je laisse une trace et je vois ma pratique et je me vois. Je vois ma pratique et elle se laisse voir; je me vois et je me laisse voir. Montrer mes œuvres, c'est me montrer à nu; mon Âme y transparaît et habite la trace en y imprimant sa résonance au sujet traité et en y infusant son énergie vitale. De plus, cette trace laissée me positionne dans le monde et à travers divers projets qui s'organisent autour d'elle, me met en relation avec l'autre, celui qui verra la trace.

Depuis les derniers mois, je suis intensément investie dans ma pratique. Je prépare une exposition. Les œuvres que je prépare, choisies en collaboration avec Wang sensei, ont un sens avec lequel je suis en résonance. Ces œuvres parlent en quelque sorte de moi. Il s'agit de pensées zen, transmises grâce aux traces calligraphiques laissées par les maîtres du passé et maintes fois réinterprétées par les calligraphes ainsi que par le sensei. La reproduction de ces œuvres calligraphiques deviendra ma propre trace.

J'ai toujours considéré les œuvres comme étant un aspect secondaire de ma pratique que j'ai toujours associée à une pratique spirituelle. Je veux dire que le plus important pour moi a toujours été l'engagement dans la pratique et les valeurs qu'elle permet de

développer : la présence dans l'immédiateté, la constance, la persévérance, l'humilité. Mais je réalise de plus en plus que l'œuvre a pris sa place, qu'elle s'est fait une place.

Je me souviens de ma rencontre avec Alice (participante aux entrevues). Pour elle comme pour moi, les œuvres produites ne prennent pas une place importante dans sa pratique. Elle me parle par ailleurs du plaisir esthétique que lui procure sa pratique, un plaisir qui se situe dans le regard et dans le faire :

« À chaque fois, quand Okata sensei nous donne un nouvel exercice, je me dis « Ah mon dieu que les kanji sont beaux ! Est-ce que je serai capable de les faire? Ils sont vraiment beaux ». Il y a comme vraiment... une émotion quand tu les vois. « Regarde-donc comment il a fait son coup de pinceau, puis on dirait, on sent le point d'appui ici, puis c'est souple là ». Puis si j'arrive à le faire, puis à le proportionner et que ça a du bon sens, il y a comme un plaisir à ça, il y a vraiment un plaisir à ça. C'est comme une chorégraphie, dans le fond, on interprète comme un danseur qui interprète une chorégraphie. »

Les dires d'Alice résonnent en moi. En écoutant ce qu'elle me dit, je prends conscience de mon propre plaisir. Je réalise que je prends aussi plaisir à regarder l'œuvre du maître, à l'observer et à imaginer, à visualiser le mouvement qui y est imprimé. Je prends aussi plaisir à reproduire l'œuvre à exécuter la chorégraphie du maître, plaisir du geste et du mouvement. Je prends aussi plaisir à voir la trace que je laisse, à voir le mouvement qui s'imprime sur le papier, à voir la pratique elle-même laisser sa trace. La pratique de méditation laisse aussi une trace dans le corps et l'esprit mais la trace est invisible. La trace laissée par la pratique de la calligraphie imprime à jamais la chorégraphie empreinte d'énergie, un moment capté à jamais. Je réalise que j'ai besoin de cette trace, de voir ma pratique s'incarner. La conversation avec Alice m'a permis de prendre conscience du plaisir que je trouve dans ma pratique. Cette découverte du plaisir a ouvert un espace nouveau chez moi, me

permettant de prendre conscience que ma pratique n'a pas à être exclusivement spirituelle. Comme si reconnaître le plaisir que me procure la pratique me permettait de reconnaître également le plaisir de la trace laissée. Les œuvres prennent leur importance.

Par ailleurs, ma rencontre avec Wang sensei marque un point tournant dans ma pratique et l'a transformée à plusieurs niveaux. Ainsi, les œuvres prennent une place que je leur refusais jusqu'ici. Voir Wang sensei préparer ses expositions, l'entendre parler de l'évolution de sa production me stimule. Il me montre ses œuvres, m'explique ses choix, ses techniques. Il m'encourage à expérimenter, à intensifier ma pratique et à participer à diverses expositions qu'il organise. En fait, je réalise que la pratique n'exclue pas l'intérêt pour les œuvres même si la motivation première demeure la pratique en elle-même. L'œuvre est une résultante de la pratique, une trace de cette pratique, une trace de soi complètement imprégné par la pratique. Un soi qui n'est pas dans l'attente du produire mais qui est plutôt complètement absorbé dans l'immédiateté, possédé par l'acte calligraphique.

Les œuvres deviennent traces, autant de traces que je laisse derrière moi et qui parlent de moi. Point besoin de les juger. Elles s'inscrivent dans un processus soutenu et témoignent de mon cheminement et de ma pratique au sein de la voie de la calligraphie.

Je réalise également que les œuvres m'entraînent dans le monde et m'y taillent une place bien particulière. Les œuvres me portent et me transportent; elles m'inscrivent dans le monde. D'une part, elles portent ma trace calligraphique imprégnée de mon énergie vitale. D'autre part, elles me transportent dans un devenir fait de projets qui s'échafaudent autour des œuvres, m'invitant à m'extérioriser et à me projeter dans le monde.

Ainsi, depuis quelques semaines, je prépare une exposition de calligraphie qui se tiendra à Montréal à l'hiver 2012 avec Wang sensei. Cela représente un travail d'organisation qui me propulse dans le monde bien concret du social et me demande de m'extérioriser davantage: établir des contacts, tenir des rencontres, négocier, prévoir les espaces, préparer le matériel nécessaire. Je m'investis dans ce travail de préparation, je fais des recherches terrain, je visite des expositions en étant attentive aux détails tels le montage des œuvres, les notes de l'artiste, son curriculum vitae et son parcours artistique. Je suis curieuse et m'ouvre à toutes les informations disponibles. Je prépare des plans, je prends des mesures. Quoi de plus concret. Je sors, je questionne, je suis investie, j'ai une mission que me dictent les œuvres et le projet d'exposition. Je m'observe à travers ce processus et je note que je suis habitée par une énergie qui m'investit dans le monde. Ma vie s'organise autour de ce projet et je prends place dans le monde avec une motivation folle. Je vibre et je m'inscris. Je sors de mon intériorité si familière.

Et les projets se multiplient. Déjà le projet de recherche doctorale m'a entraînée dans une série d'activités diverses alors que des projets d'avenir se dessinent tel un projet d'écriture sur l'œuvre de Wang sensei. J'accumule les données, je consigne les notes de nos voyages, de nos rencontres et je produis des documents photographiques. Je me taille bel et bien une place dans le monde et ce, avec passion, une passion nourrie par la pratique de la calligraphie.

APPENDICE H

CONDENSATION DES DONNÉES EXTRAIT DU JOURNAL DE PRATIQUE → CLIP → EXTRAIT DE CLIP

	r	
Extrait du journal de pratique	CLIP (le texte en gras correspond à l'extrait du CLIP)	Extrait du CLIP
Extrait de mon journal,	Entre le corps et	Extrait du CLIP
2 novembre 2011	l'œuvre,	Entre le corps et
	20 novembre 2011	l'œuvre
J'expérimente mon corps, je le sens.	Cette journée-là, j'avais	Je prends le
Je vis dans mon corps, en mon corps;	visité plusieurs musées	pinceau : quel
je m'encorpore.	avec Kuiseko sensei qui	bonheur. Son
	m'invita chez-elle en fin	poids fait naître
J'habite mon corps, je marche, je suis	d'après-midi. Elle voulait	en moi une
présente. Chaque pas résonne dans	me voir faire de la	exquise
mes membres et je ressens mon corps,	calligraphie. Je m'installe en seiza face à la table	sensation. C'est
mes mouvements. Mon corps n'est plus qu'une enveloppe nécessaire, il	basse. L'encre est prête.	un plaisir sensuel que de
est mes sens, mon lien avec l'univers.	Kuiseko <i>sensei</i> me tend	ressentir l'effet
Je regarde avec tout mon corps. Je	le pinceau et m'invite à	de balancier
crois bien que la pratique de la	tracer un kanji, n'importe	alors que mes
calligraphie contribue à cette	lequel. Je choisis	doigts sont
réconciliation avec mon corps. Par le	montagne, un kanji que	savamment
mouvement et la gestuelle, par le	je connais bien, simple,	enroulés autour
maniement du pinceau, je réapprivoise	solide. Je saisis le	du pinceau qui
le monde matériel et corporel. Je	pinceau, amorce le	devient alors un
prends place dans mon corps et je	mouvement et j'entends :	appendice de ma
prends place dans le monde. Je	« STOP! ». « Ce n'est	main.
m'encorpore, je rentre en moi, j'y	pas la bonne façon de	Perpendiculaire à la surface de
occupe un nouvel espace. Je ne parle pas de m'incorporer, de m'intégrer à	tenir le pinceau » me dit Kuiseko <i>sensei</i> . Je	travail,
mon corps. Ce n'est pas de ça que je	réajuste alors la tenue de	répondant au
mon corps. Ce ii est pas de ça que je	reajuste ators la terrue de	repondant au

parle. Je parle littéralement d'entrer en mon corps, de l'expérimenter, d'initier une relation différente avec mon corps, une relation qui me permet de l'expérimenter dans toutes ses nuances et de le ressentir pleinement, sensuellement. Et la pratique de la calligraphie m'y aide par la prise de conscience qu'entraîne l'utilisation du matériel, la technique, l'exécution du mouvement calligraphique. Tout mon corps participe au mouvement et ma conscience du phénomène s'aiguise. Avant, je lisais sur le phénomène, je pense ici notamment aux écrits de Billeter (2010); maintenant, je l'expérimente. Plus particulièrement depuis mon séjour à Kyōto, je ressens mon corps qui prend de plus en plus place dans ma vie.

Je parlerai d'abord de la rencontre avec mon nouveau pinceau. Ce nouveau pinceau choisi par Wang sensei, mon maître de Kyōto, est un pinceau de grande qualité qui m'a complètement séduite. Son poids est si bien équilibré qu'il crée chez moi une sensation exquise. Mes doigts, ma main, mon bras, mon corps entier s'enroulent sur lui pour engendrer un mouvement profond. Il fait alors partie de moi, nous ne faisons plus qu'un. Tout mon corps vibre en harmonie.

Plus récemment, ma respiration se transforme. Le rythme est différent, comme si le souffle de vie s'ajustait à la gestuelle. Tout s'unifie. La sensation est encore subtile mais cette mon pinceau, celle qui ouvre le geste, permet la souplesse, l'amplitude du mouvement. Wang sensei fera de même lors de notre première leçon.

Entre le corps et l'œuvre se positionne le matériel. Quel plaisir de tenir ce pinceau! J'expérimente en effet du nouveau matériel avec les enseignements de Wang sensei: pinceau, papier, pierre, encre, tout est nouveau et lors de la première leçon, je prends possession de mes précieux trésors de calligraphie.

Je prends le pinceau:
quel bonheur. Son
poids fait naître en moi
une exquise sensation.
Les poils résistants bien
que résilients sont
retenus par une virole de
corne. Lorsque j'exerce
une pression sur le
papier, les poils
reprennent leur forme
originale dès que je
relâche la pression.

C'est un plaisir sensuel que de ressentir l'effet de balancier alors que mes doigts sont savamment enroulés autour du pinceau qui moindre mouvement de mes doigts, le pinceau danse sur le papier selon la chorégraphie du grand maître étudié.

Et que dire de ce papier Moben que je découvre. un papier chinois fait à la main: quelle douceur accrocheuse, quel grain. Je sens le pinceau y laisser sa trace, sans glisser; l'encre pénètre juste ce qu'il faut. Il a aussi une belle couleur beige et l'odeur qu'il dégage est particulière.

Tous ces détails marquent mon corps et mes sens, qui se développent au contact du matériel calligraphique et s'éduquent à travers l'usage que j'en fais.

transformation du souffle est en train de s'opérer, j'en prends conscience. J'avais bien lu sur le sujet (le souffle de vie, le ki) mais cela demeurait théorique pour moi. Je commence à le ressentir. Wang sensei, ayant senti ma progression, m'en a aussi récemment parlé: « Tu verras, ta respiration va se transformer; n'y pense pas, cela va s'opérer tout seul. Sois seulement réceptive et observe ». J'ai tout de suite reconnu ce qui s'était déjà amorçé en moi au niveau de ma respiration.

Je me sens aussi différente dans mon corps. Je marche et je me sens en mon corps alors qu'avant, je me sentais coupée de mon corps, je ne l'habitais pas. Et il se révoltait en exigeant de plus en plus de nourriture pour faire le poids et être. Maintenant que je l'investis davantage, il en réclame moins et vibre à la vie. Je suis dorénavant au centre de mon corps, je ne suis pas hors corps. J'ai besoin de mon corps pour ma pratique de calligraphie. J'ai besoin de sentir mon matériel. Mon corps expérimente le papier, sa texture, le pinceau, sa tenue et son maniement, l'encre et sa fluidité qui diffère selon les conditions. J'entends le frottement de pinceau sur le papier alors qu'il y trace les kanji. J'ajuste aussi ma posture, je ressens ma respiration et l'énergie qui s'active.

Tout devient plus vivant.

Mes promenades dans les temples sont éloquentes. Mon corps est présent de façon différente. Je sens la nature,

devient alors un appendice de ma main. Perpendiculaire à la surface de travail, répondant au moindre mouvement de mes doigts, le pinceau danse sur le papier selon la chorégraphie du grand maître étudié. Et que dire de ce papier Moben que je découvre, un papier chinois fait à la main: quelle douceur accrocheuse, quel grain. Je sens le pinceau y laisser sa trace, sans glisser: l'encre pénètre juste ce qu'il faut. Il a aussi une belle couleur de beige et l'odeur qu'il dégage est particulière. Tous ces détails marquent mon corps et mes sens, qui se développent au contact du matériel calligraphique et s'éduquent à travers I 'usage que j'en fais.

Assise à ma table de calligraphie, je suis plus attentive à mon corps, je le ressens davantage, je m'encorpore. J'adore le pinceau que Wang sensei m'a donné. Je ressens son poids au bout de mes doigts, de ma main, de mon bras. Tel un pendule, il se balance au

les odeurs, l'air frais transiter dans mes voies respiratoires. Je deviens un être physique autant que cérébral.

N'y a-t-il que la pratique de la calligraphie pour expliquer ces transformations? Je crois sincèrement que la pratique de la calligraphie m'apprend à ressentir à travers mon corps entier et à me centrer en moi. Je flotte moins (bien que j'aime ce flottement désincarné); je suis en train de devenir plus complète et de trouver la voie de l'incarnation, ma propre voie à travers shodo, la voie de la calligraphie. Avec la rencontre d'un nouveau maître, Wang sensei, ma pratique s'intensifie et prend une autre dimension. L'univers de la calligraphie s'élargit. J'entre dans une nouvelle étape de développement.

gré des mouvements et des élans de mon corps. Le bras dégagé, à un angle de 45 %, l'énergie ne part pas du poignet mais bien du corps entier. Le mouvement doit être libre, sans entrave. D'abord inconfortable, j'ai très rapidement intégré cette nouvelle position du corps et cette nouvelle façon de tenir mon pinceau. Quel plaisir et quelle découverte pour moi; je sens davantage mon corps et je le sens donner naissance au mouvement. L'œuvre émane de mon état d'esprit mais aussi de mon corps, un corps libre, en mouvement. Une conscience du corps, une vigilance tranquille s'est installée en moi et j'en tire un subtil plaisir. J'expérimente différemment mon corps et je pars vers d'autres découvertes de cet ordre.

APPENDICE I

EXTRAITS DE CLIPS DE LA SÉRIE I

INTÉRIORISATION

Je m'installe pour une session de calligraphie. Je refais le même rituel jour après jour, rituel de préparation du matériel mais aussi de préparation mentale et spirituelle. Je prends plaisir à prendre chaque objet avec une précaution qui devient révérencieuse. Chacun a sa place respective et est positionné avec précision sur ma table à calligraphier. Les manipuler me donne l'impression d'entretenir une relation intime avec eux. Tout est prêt. Je positionne mon corps, je prends le pinceau. Mes doigts, ma main, mon bras, tout mon corps tient le pinceau, prêt à lui insuffler vie.

Je suis alors déjà dans un état second. Je suis calme, recueillie, centrée dans l'icimaintenant. Je pourrais dire que je suis dans un état méditatif. Le rituel m'a mise en contact avec un espace-temps différent. Je suis dans une autre dimension, complètement disponible et ouverte au geste qui demande à naître.

Le geste calligraphique prend possession de moi et m'emporte.

INTÉRIORISATION

Je conçois la pratique elle-même comme étant un rituel. Au fil de la pratique sans cesse répétée se crée un espace privilégié, un espace qui me permet d'habiter mon intériorité. Un univers sans frontière s'ouvre à moi dans lequel j'évolue avec un plaisir exquis.

INTÉRIORISATION

La pratique a peu a peu modifié la perception que j'ai de la vie. Alors que la pratique s'insérait dans ma vie, voilà que graduellement, elle l'a englobée; ma vie s'organise autour de la pratique; ma vie est devenue elle-même pratique. Wang *sensei* me répète sans cesse de faire de la calligraphie comme je prends une tasse de thé, m'invitant ainsi au calme du moment présent, libre de toute attente. Voilà que de plus en plus, je vis ma vie comme je prends une tasse de thé.

APPENDICE J

EXTRAITS DE CLIPS DE LA SÉRIE II

ENCORPORATION

Entre le corps et l'œuvre se positionne le matériel.

Je prends le pinceau : quel bonheur. Son poids fait naître en moi une exquise sensation. C'est un plaisir sensuel que de ressentir l'effet de balancier alors que mes doigts sont savamment enroulés autour du pinceau qui devient alors un appendice de ma main. Perpendiculaire à la surface de travail, répondant au moindre mouvement de mes doigts, le pinceau danse sur le papier selon la chorégraphie du grand maître étudié. Et que dire de ce papier *Moben* que je découvre, un papier chinois fait à la main : quelle douceur accrocheuse, quel grain. Je sens le pinceau y laisser sa trace, sans glisser; l'encre pénètre juste ce qu'il faut. Il a aussi une belle couleur beige et l'odeur qu'il dégage est particulière. Tous ces détails marquent mon corps et mes sens, qui se développent au contact du matériel calligraphique et s'éduquent à travers l'usage que j'en fais.

ENCORPORATION

Assise à ma table de calligraphie, je suis davantage attentive à mon corps, je le ressens de plus en plus, je m'encorpore. Je le sens donner naissance au mouvement. Une conscience nouvelle du corps, une vigilance tranquille s'est installée en moi et j'en tire un subtil plaisir.

ENCORPORATION

Je réalise que mon toucher s'affine. Je découvre un plaisir sensuel à toucher les objets, à effleurer leurs surfaces. C'est nouveau. Cela change aussi la relation à mon corps. Je le touche différemment, avec plus d'attention. En le touchant, les sensations s'impriment tant sur les doigts que sur la surface touchée. Les odeurs qui déjà m'assaillaient facilement, sont décodées avec plus de finesse comme si j'en appréciais chaque variation.

Plus récemment, ma respiration se transforme. Le rythme est différent, comme si le souffle de vie s'ajustait à la gestuelle. Tout s'unifie.

APPENDICE K

EXTRAITS DE CLIPS DE LA SÉRIE III.

INSCRIPTION

Ma pratique laisse des traces. Elle se laisse voir et s'incarne dans les œuvres. La gestuelle, en plus de s'inscrire dans mon corps, me permettant de l'habiter davantage, s'inscrit sur papier. Je laisse une trace dans le monde, trace qui incarne des parcelles de mon intériorité.

J'ai toujours considéré les œuvres comme étant un aspect secondaire de ma pratique que j'associe davantage à une pratique spirituelle. Comme si les œuvres, une fois produites, devenaient objets desquels je me détache. Mais je réalise de plus en plus que l'œuvre a pris sa place, qu'elle s'est fait une place.

INSCRIPTION

Je prends plaisir à voir la trace que je laisse, à voir le mouvement qui s'imprime sur le papier, à voir la pratique elle-même laisser sa trace. La pratique de méditation laisse aussi une trace dans le corps et l'esprit, mais cette trace est invisible. La trace laissée par la pratique de la calligraphie imprime à jamais la chorégraphie empreinte d'énergie, un moment capté à jamais. Je réalise que j'ai besoin de cette trace, de voir ma pratique s'incarner.

INSCRIPTION

Les œuvres-traces réorganisent ma vie. Elles m'inscrivent dans le monde, elles me transportent dans un devenir fait de relations et de projets qui s'échafaudent autour d'elles, m'invitant à m'extérioriser et à me projeter dans le monde. Ma vie s'organise autour de ces projet et je prends place dans le monde avec une motivation folle. Je vibre et je m'inscris. Je sors de mon intériorité si familière et je prends place. Ma vie prend de plus en plus forme autour de la pratique.

EN CONCLUSION

Ma pratique laisse une autre trace, un autre type d'œuvre. Je parle ici de l'œuvre dans le sens valéryen. Construire l'œuvre c'est aussi construire sa vie. Je deviens moimême l'œuvre de ma pratique, cette pratique qui est devenue espace de vie, espace d'autocultivation.

Ma vie devient l'ultime trace.

APPENDICE L

DOCUMENTS PRÉSENTÉS LORS DE L'EXPOSITION DOCTORALE : RÉSUMÉ DE MON PROJET DE RECHERCHE (VERSION FRANÇAISE ET ANGLAISE), CURRICULUM VITAE

UNE PRATIQUE DE CALLIGRAPHIE JAPONAISE, UN ESPACE DE VIE

Lise Lussier

Exposition présentée du 9 au 18 mars 2012

La présente exposition s'inscrit dans le cadre des études doctorales que poursuit actuellement Lise Lussier à l'Université du Québec à Montréal. Sa thèse en études et pratiques des arts s'intitule: L'odeur de l'encre, exploration ethnoheuristique de la pratique de la calligraphie japonaise. La recherche de Lise Lussier explore le sens que prend sa pratique de la calligraphie japonaise dans sa vie. La position adoptée n'est pas celle du regard posé sur l'œuvre; l'intérêt porte plutôt sur l'acte même de la pratique sans cesse renouvelée, sur un faire non pas considéré en fonction des œuvres qui en résultent, mais considéré plutôt en fonction de la vie même de l'artiste-praticien qui se forge à travers sa pratique.

Une des particularités de cette thèse recherche est qu'elle comporte, en plus de sa partie textuelle, un volet création constitué de quelques unes des œuvres calligraphiques de Lise Lussier accompagnées de récits autoethnographiques portant sur son expérience de ce type de pratique. Il est apparu important à l'auteure de cette

thèse que la pratique se laisse voir, qu'elle s'incarne. Les œuvres témoignent ainsi d'une pratique qui continue de prendre forme, une pratique qui trouve ses fondements dans les traditions chinoise et japonaise. Par cette exposition, Lise Lussier saisit l'occasion de rendre accessible au grand public une forme d'art encore trop peu connue au Québec.

L'analyse des données de la recherche a permis de mettre en évidence trois thèmes principaux à travers lesquels l'auteure traite du sens que prend dans sa vie la pratique de la calligraphie japonaise. C'est donc à travers les thèmes de l'intériorisation, de l'encorporation et de l'inscription que Lise Lussier traduit son expérience calligraphique. Ces thèmes ont inspiré l'écriture de récits autoethnographiques dont on trouve certains extraits accompagnant les copies de pratique exposées ici. La recherche permet de comprendre la pratique de la calligraphie japonaise comme un espace d'autocultivation, un espace de vie au cœur duquel le praticien se reconnaît, s'actualise et se transforme.

THE PRACTICE OF JAPANESE CALLIGRAPHY, A LIVING SPACE

Lise Lussier

Exhibit presented from March 9th to 18th, 2012

This exhibit is part of Lise Lussier's ongoing doctoral studies at the Université du Québec à Montréal. Her thesis in the field of Study and Practice of the Arts is titled: The Scent of Ink, an ethnoheuristic exploration of the practice of Japanese calligraphy. Lise Lussier's research explores the meaning that her practice of Japanese calligraphy has taken on in her life. The perspective adopted is not that of a gaze directed towards a work, but it concerns itself instead with the endlessly renewed act of engaging in the art itself. This perspective focuses on a "doing" that is understood, not in terms of the works that it creates, but rather in terms of the artist-practitioner's life which is shaped through her practice.

One of the unique features of this research thesis is that it includes, along with its textual portion, a creative component made up of several works of calligraphy by Lise Lussier and accompanied by autoethnographic narratives that relate her experience of this kind of practice.

The author of this thesis felt that it was important for the practice to let itself be seen, felt that it was important that the practice should be embodied. These works bear witness to a practice that continues to take shape, a practice founded on the traditions of China and Japan. Through this exhibit, Lise Lussier is seizing the opportunity to make an art form that remains too little known in Quebec, available to the public at large.

An analysis of the research data has revealed three main themes through which the author deals with the meaning that the practice of Japanese calligraphy has taken on in her life. It is by means of these three themes - of "interiorisation," "encorporation," and "inscription" - that Lise Lussier transmits her calligraphic experience. These themes have inspired the writing of autoethnographic narratives, certain excerpts of which accompany the examples of calligraphy exhibited here. Research allows one to understand the practice of Japanese calligraphy as a space for self-cultivation - a living space at the heart of which the practitioner recognizes herself, becomes herself and transforms herself.

CURRICULUM VITAE

LISE LUSSIER

Née à Montréal (Qc), 1954 Vit et travaille à Montréal (Qc) Courriel : lune33@hotmail.ca

FORMATION UNIVERSITAIRE

2007- Doctorante, Études et pratiques des arts,
Université du Québec à Montréal (Qc)
1981 Maîtrise (MA), Psychologie, Université du Québec à Montréal (Qc)

FORMATION SPÉCIALISÉE

2011- École de calligraphie traditionnelle chinoise, Wang, Shih Ming (professeur), Kyoto, Japon

2001-2011

Juridical Foundation Japanese Calligraphy Educational Academy, Tokyo, Japon

1998-2011

École de calligraphie japonaise, Okata, Hiroko (professeur), Montréal (Qc)

EXPOSITIONS DE GROUPE

- 2012 Association internationale de calligraphie japonaise, Musée d'art contemporain de Tokyo, Japon
- 2011 Association internationale de calligraphie japonaise, Musée d'art contemporain de Tokyo, Japon Collectif international sous la direction de Wang, Shih Ming, Kyoto International Community House, Japon. Exposition bénéfice pour les victimes du tremblement de terre/tsunami de mars 2011, Japon.
- 2011 École de calligraphie traditionnelle chinoise, élèves de Wang, Shih Ming, Temple Kennin-ji, Kyoto, Japon
- 2010 Association internationale de calligraphie japonaise, Musée d'art métropolitain de Tokyo, Japon

- 2009 Association internationale de calligraphie japonaise, Musée d'art métropolitain de Tokyo, Japon
- 2008 Association internationale de calligraphie japonaise,
 Musée d'art métropolitain de Tokyo, Japon
 Exposition de calligraphie japonaise, Okata, Hiroko et ses élèves.
 Musée Zénon Alary, Sainte-Adèle (Qc)
- 2007 Association internationale de calligraphie japonaise, Musée d'art métropolitain de Tokyo, Japon
- 2006 Association internationale de calligraphie japonaise, Musée d'art métropolitain de Tokyo, Japon
- 2005 Association internationale de calligraphie japonaise,
 Musée d'art métropolitain de Tokyo, Japon
 Compétition annuelle de calligraphie japonaise en Amérique,
 Japanese American Cultural and Community Centre, Los Angeles, É-U
- 2004 Association internationale de calligraphie japonaise,
 Musée d'art métropolitain de Tokyo, Japon
 Compétition annuelle de calligraphie japonaise en Amérique,
 Japanese American Cultural and Community Centre, Los Angeles, É-U
- 2003 Association internationale de calligraphie japonaise, Musée d'art métropolitain de Tokyo, Japon
- 2001 Association internationale de calligraphie japonaise, Musée d'art métropolitain de Tokyo, Japon « Mouvement thé », Galerie Gaïa, Montréal (Qc)
- 2000 Compétition annuelle de calligraphie japonaise en Amérique, Japanese American Cultural and Community Centre, Los Angeles, É-U
- 1999 Compétition annuelle de calligraphie japonaise en Amérique, Japanese American Cultural and Community Centre, Los Angeles, É-U
- 1998 « Eau Douce » Élèves du Studio Ming Ma, Montréal (Qc)
- 1997 « Artistes peintres de l'Hotel-Dieu de Montréal », exposition au profit des œuvres de l'Association des auxiliaires bénévoles de l'HDM, Montréal (Qc)
- 1996 « Artistes peintres de l'Hotel-Dieu de Montréal », exposition au profit des œuvres de l'Association des auxiliaires bénévoles de l'HDM, Montréal (Qc)

PRIX ET DISTINCTIONS

- 2011 Grand Prix de l'Association internationale de calligraphie japonaise, Musée d'art métropolitain de Tokyo, Japon
- 2010 Grand Prix de l'Association internationale de calligraphie japonaise, Musée d'art métropolitain de Tokyo, Japon
- 2009 Prix d'Excellence de l'Association internationale de calligraphie japonaise, Musée d'art métropolitain de Tokyo, Japon
- 2006 Prix d'Excellence de l'Association internationale de calligraphie japonaise, Musée d'art métropolitain de Tokyo, Japon
- 2003 Prix d'Excellence de l'Association internationale de calligraphie japonaise, Musée d'art métropolitain de Tokyo, Japon
- 2001 Grand Prix de l'Association internationale de calligraphie japonaise, Musée d'art métropolitain de Tokyo, Japon
- 2000 Prix « bronze ». Compétition annuelle de calligraphie japonaise en Amérique, Japanese American Cultural and Community Centre, Los Angeles, É-U
- 1999 Prix « argent ». Compétition annuelle de calligraphie japonaise en Amérique, Japanese American Cultural and Community Centre, Los Angeles, É-U

BOURSE

2011 Bourse d'études universitaires à l'extérieur du Québec, octroyée par le Ministère d'éducation, du loisir et des sports du Québec dans le cadre du concours ouvert par le Service des relations internationales de l'Université du Québec à Montréal.

Séjour d'immersion dans la pratique de la calligraphie japonaise, Partenariat avec l'International Research for Zen Buddhism de l'Université Hanazono, Kyoto. Durée : 3 mois.

CONFÉRENCES, PRÉSENTATIONS D'ARTISTE

LUSSIER, L. (2009, juillet). Pratiques reliées au bouddhisme japonais : la calligraphie. Conférence présentée dans le cadre du cours SRL 2523 Spiritualités de l'Asie de l'Est, Université de Montréal, Montréal (Qc).

- LUSSIER, L. (2008). La calligraphie japonaise, une pratique spirituelle. Conférence présentée lors du vernissage de l'Exposition de calligraphie japonaise, Okata, Hiroko et ses élèves, Musée Zénon Alary, Sainte-Adèle (Qc).
- LUSSIER, L. (2006). *Koan*. Démonstration de calligraphie japonaise présentée dans le cadre de l'Événement Les trois bols. Enpuku-ji, Montréal (Qc).
- LUSSIER, L. (2005). Calligraphie chinoise et japonaise. Assistante d'enseignement dans le cadre du cours AES 3710 Calligraphie chinoise et japonaise, Programme d'études Est-asiatiques, Université de Montréal, Montréal (Qc).

RÉFÉRENCES

- Addiss, S. (1989). The art of zen. New York: Harry N. Abrams.
- Addiss, S. (2006). 77Dances: Japanese calligraphy by poets, monks, and scholars, 1568-1868. Boston: Weatherhill.
- Alexandre Journeau, V. (2009). Les principes constants de la calligraphie chinoise sont d'ordre philosophique. Dans V. Alexandre Journeau (dir.), *La modernité philosophique en Asie* (p. 126-148). Perros Guirec, France: Anagrammes.
- André, C. (2011). Méditer, jour après jour : 25 leçons pour vivre en pleine conscience. Paris : L'Iconoclaste.
- Baas, J. et Jacob, M. J. (dir.). (2004). Buddha mind in contemporary art. Berkeley, CA: University of California Press.
- Bachelor, A. et Joshi, P. (1986). La méthode phénoménologique de recherche en psychologie. Québec, QC: Presses de l'Université Laval.
- Baribeau, C. (2005). Le journal de bord du chercheur: Un instrument de collecte de données. Dans C. Baribeau (dir.), L'instrumentation dans la collecte des données: Choix et pertinence. Actes du colloque de l'Association pour la recherche qualitative, 26 novembre 2004, Université du Québec à Trois-Rivières (p. 98-114). Consulté à l'adresse http://www.recherchequalitative.qc.ca/documents/files/revue/hors_serie/hors_serie_v2/CBaribeau% 20HS2-issn.pdf
- Batchelor, S. (2004). Seeing the light. Dans J. Baas et M. J. Jacob (dir.), *Buddha mind in contemporary art* (p. 141-145). Berkeley, CA: University of California Press.
- Beittel, K. R. (2000). Zen and the art of pottery. Trumbull, CT: Weatherhill.
- Billeter, J. F. (1989). L'art chinois de l'écriture. Genève, Suisse : Albert Skira.
- Billeter, J. F. (2010). Essai sur l'art chinois de l'écriture et ses fondements. Paris : Allia.

- Bolle de Bal, M. (2003). Reliance, déliance, liance : Émergence de trois notions sociologiques. *Sociétés*, 2(80), 99-131. Consulté à l'adresse http://www.cairn.info/revue-societes-2003-2-page-99.htm
- Boudonnat, L. et Kushizaki, H. (2002). Au fil du pinceau : La calligraphie japonaise. Paris : Seuil.
- Brinker, H. (1987). Zen in the art of painting (G. Campbell, trad.). New York: Arkana. (Original publié en 1985)
- Brinker, H. et Kanazawa, H. (1996). Zen masters of meditation in images and writings (A. Leisinger, trad.). Zürich, Suisse: Artibus Asiae.
- Bullen, R. (2010). Refining the past. *British Journal of Aesthetics*, 50(3), 243-254. https://doi.org/10.1093/aesthj/ayq019
- Carter, R. E. (2008). The Japanese arts and self-cultivation. Albany, NY: State University of New York Press.
- Cheng, F. (1996). L'écriture poétique chinoise, suivi d'une anthologie des poèmes des Tang. Paris : Seuil.
- Chrétien, J.-L. (2014). L'espace intérieur. Paris : Minuit.
- Clausse, R. (1963). Les nouvelles. Bruxelles, Belgique : Institut de Sociologie.
- Corporéité. (Sans date). Dans *Dictionnaire*. Consulté à l'adresse http://dictionnaire.education
- Cotton, S. (2012, juin-octobre). Le feu sacré: La pratique *in spiritu*. Éclairages en fondus sur l'art et la spiritualité. *ETC*, (96), 40-43. Consulté à l'adresse http://id.erudit.org/iderudit/67036ac
- Craig, P. E. (1978). The heart of the teacher: A heuristic study of the inner world of teaching (thèse de doctorat inédite). Boston University School of Education, MA.
- Craig, P. E. (1988). La méthode heuristique: Une approche passionnée de la recherche en science humaine (A. Haramein, trad.; chapitre de thèse de doctorat). Boston University School of Education, MA. (Original publié en 1978)
- Csikszentmihalyi, M. (1990). Flow: The psychology of optimal experience. New York: Harper & Row.

- Csikszentmihalyi, M. (1996). Creativity: Flow and the psychology of discovery and invention. New York: Harper Collins.
- Csikszentmihalyi, M. (1997). Finding flow: The psychology of engagement with everyday life. New York: Basic.
- Davey, H. E. (2007). The Japanese way of the artist. Berkeley, CA: Stone Bridge Press.
- Denzin, N. K. et Lincoln, Y. S. (2005). Introduction: The discipline and practice of qualitative research. Dans N. K. Denzin et Y. S. Lincoln (dir.), *Handbook of qualitative research* (3^e éd., p. 1-32). Thousand Oaks, CA: Sage.
- Dewey, J. (1934). Art as experience. New York: Capricorn Book.
- Douglass, B. G. et Moustakas, C. (1985, été). Heuristic inquiry: The internal search to know. *Journal of Humanistic Psychology*, 25(2), 39-55.
 - Dupuis, H., Légaré, R. et Therrien, M. (2012). Dictionnaire des synonymes et des antonymes (nouv. éd., revue et enrichie). Montréal : Fides.
 - Engler, J. (1984). Therapeutic aims in psychotherapy and meditation: Developmental stages in the representation of self. *The Journal of Transpersonal Psychology*, 16(1), 25-61.
 - Escande, Y. (2000). L'art de la Chine traditionnelle. Paris : Hermann.
 - Escande, Y. (2001). L'art en Chine. Paris: Hermann.
 - Feldshuh, D. M. (1975). Seven consciousness-expanding techniques and their relevance to actor training (thèse de doctorat inédite). University of Minnesota, Minneapolis.
- Fetterman, D. M. (1989). Ethnography: Step by step. Newbury Park, CA: Sage.
- Fong, W. C. (1999). Chinese calligraphy: Theory and history. Dans R. E. Harrist Jr. et W. C. Fong (dir.), *The embodied image* (p. 28-84). New York: Princeton University en association avec Harry N. Abrams.
- Fortin, S. (2006). Apports possibles de l'ethnographie et de l'autoethnographie pour la recherche en pratique artistique. Dans P. Gosselin et É. Le Coguiec (dir.), La recherche création: Pour une compréhension de la recherche en pratique artistique (p. 97-109). Québec, QC: Presses de l'Université du Québec.

- Fortin, S. et Houssa, É. (2012). L'ethnographie postmoderne comme posture de recherche: Une fiction en quatre actes. *Recherches Qualitatives*, 31(2), 52-78. Consulté à l'adresse http://www.recherche-qualitative.qc.ca/documents/files/revue/edition_reguliere/numero31(2)/fortin-houssa.pdf
- Garneau, J. et Larivey, M. (1983). L'auto développement : Psychothérapie dans la vie quotidienne. Montréal : L'Homme.
- Gingras-Audet, J.-M. (1979). Note sur l'art de s'inventer comme professeur. *Prospectives*, 15(4), 193-204.
- Gingras-Audet, J.-M. (1983). Paul Valéry et l'activité créatrice. Dans D. Loignon, M. Thérien et C. Brouillet (dir.), *Imaginaire et créativité : Textes et documents, congrès '83* (p. 139-148). Québec, QC : Association québécoise des professeurs de français.
- Gonzalez Leal, E. (2003). The transformative power of art: A self-study (thèse de doctorat inédite). Texas Tech University, Lubbock.
- Gosselin, P. (1991). Un modèle de la dynamique du cours optimal d'arts plastiques au secondaire (thèse de doctorat inédite). Université de Montréal, QC.
- Gosselin, P. (2006). La recherche en pratique artistique: Spécificité et paramètres pour le développement de méthodologies. Dans P. Gosselin et É. Le Coguiec (dir.), La recherche création: Pour une compréhension de la recherche en pratique artistique (p. 21-31). Québec, QC: Presses de l'Université du Québec.
- Granet, M. (1999). La pensée chinoise. Paris: Albin Michel.
- Green, J. et Stinson, S. W. (1999). Post positivism research in dance. Dans S. Fraleigh et P. Hanstein (dir.), *Researching dance: Evolving modes of inquiry* (p. 91-123). Pittsburgh, PA: University of Pittsburgh Press.
- Hawey, D. (2012). Création d'images numériques : Esthétique du temps japonais et méthodologie de perfectionnement tirée des arts martiaux traditionnels japonais (mémoire de maîtrise inédit). Université du Québec à Chicoutimi.
- Hay, J. (1993). The human body as a microcosmic source of macrocosmic value in calligraphy. Dans T. P. Kasulis, R. T. Aimes et W. Dissanayake (dir.), Self as body in Asian theory and practice (p. 179-212). Albany, NY: State University of New York Press.
- Herrigel, E. (1989). Zen in the art of archery (R. F. C. Hull, trad.). New York: Vintage. (Original publié en 1948)

- Hess, R. (2010). La pratique du journal : L'enquête au quotidien. Paris : Téraèdre.
- Hisamatsu, S. (1971). Zen and the fine arts (G. Tokiwa, trad.). Tōkyō: Kodansha International. (Original publié en 1957)
- Hori, V. S. (1994, hiver). Teaching and learning in the rinzai zen monastery. *Journal of Japanese Studies*, 20(1), 5-35. Consulté à l'adresse http://jstor.org/stable/132782
- Hori, V. S. (2000). Kenshō and kōan in the rinzai zen curriculum. Dans S. Heine et D. S. Wright (dir.), *The kōan : Texts and contexts in zen buddhism* (p. 280-315). New York : Oxford University Press.
- Hori, V. S. (2004). Le zen et le soi. *Théologiques*, 12(1-2), 125-133. Consulté à l'adresse http://id.erudit.org/iderudit/011558ar
- Hue, M.-T. (2010, été). Aestheticism and spiritualism: A narrative study of the exploration of self through the practice of Chinese calligraphy. *Journal of Aesthetic Education*, 44(2), 18-30. Consulté à l'adresse http://www.jstor.org/stable/10.5406/jaesteduc.44.2.0018
- Husak, G. (2012). Zen communication: A cross-cultural approach to mindfulness, appropriate response, and flow of dyadic interactions (thèse de doctorat inédite). Minnesota State University, Mankato, MN.
- Intériorisation. (Sans date). Dans *Dictionnaire*. Consulté à l'adresse http://dictionnaire.education
- Jeffrey, D. (2003). Éloge des rituels. Québec, QC: Presses de l'Université Laval.
- Juliet, C. (2007). Entretien avec Fabienne Verdier. Paris: Albin Michel.
- Jung, C. G. (1973). Ma vie: Souvenirs, rêves et pensées (R. Cahen et Y. Le Lay, trad.). Paris: Gallimard. (Original publié en 1962)
- Jung, C. G. (1983). *Types psychologiques* (Y. Le Lay, trad.). Genève, Suisse : Librairie de l'Université Georg & Cie. (Original publié en 1920)
- Kabat-Zinn, J. (1994). Wherever you go, there you are: Mindfulness meditation in everyday life. New York: Hyperion.
- Kasulis, T. P. (1993). Le visage originel ou l'individu dans le bouddhisme zen (B. Niogret, trad.). Paris : Deux Océans. (Original publié en 1981)

- Kidel, M. (réalisateur). (2012). Fabienne Verdier: Peindre l'instant [DVD]. Paris: Les films d'ici 2.
- Kimura, B. (1992). Écrits de psychopathologie phénoménologique (J. Bouderlique, trad.). Paris : Presses Universitaires de France.
- Klein, H. (1993). Aging and self-cultivation: Implications for an ontological dimension of art experience as creative transformation in late adulthood (thèse de doctorat inédite). University of Oregon, Eugene.
- Kondo, D. (1985, juin). The way of tea: A symbolic analysis. *Man, New Series*, 20(2), 287-306. Consulté à l'adresse http://www.jstor.org/stable/2802386
- Kraus, R. C. (1991). Brushes with power: Modern politics and the Chinese art of calligraphy. Berkeley, CA: University of California Press.
- Kuiseko, R. (1988). Brush writing: Calligraphy techniques for beginners. Tōkyō: Kodansha International.
- Kuroda, A. (2009). L'art de la calligraphie en tant qu'art de vivre : À la recherche de son origine philosophico-esthétique. Dans V. Alexandre Journeau (dir.), La modernité philosophique en Asie (p. 103-125). Perros Guirec, France : Anagrammes.
- Lambilliotte, M. (1968). L'homme relié : L'aventure de la conscience. Bruxelles, Belgique : Société Générale d'Édition.
- LaMothe, K. L. (2008). What bodies know about religion and the study of it. *Journal* of the American Academy of Religion, 76(3), 573-601.
- Leder, D. (1990). The absent body. Chicago: University of Chicago Press.
- Legendre, R. (dir.). (2005). Dictionnaire actuel de l'éducation (3^e éd.). Montréal : Guérin.
- Leggett, T. (1993). Zen and the ways. Tokyō: Charles E. Tuttle.
- Lelwica, M. M. (2009, avril). Embodying learning: Post-cartesian pedagogy and the academic study of religion. *Teaching Theology and Religion*, 12(2), 123-136.
- Levine, G. (2007). Two (or more) truths: Reconsidering zen art in the West. Dans G. Levine et Y. Lippit (dir.), Awakenings: Zen figure paintings in medieval Japan (p. 52-63). New York: Japan Society Gallery en association avec Yale University Press.

- Loori, J. D. (2004). The zen of creativity: Cultivating your artistic life. New York: Ballantine Books.
- Marcus, G. et Fisher, M. (1986). Anthropology as cultural critique: An experimental movement in the human sciences. Chicago: University of Chicago Press.
- Masciotra, D. (1998). Modèle de méthode de théorisation en action du praticienchercheur: Méthodologie de la recherche théorique en éducation. Montréal: Université du Québec à Montréal, Centre interdisciplinaire de recherche sur l'apprentissage et le développement de l'éducation (CIRADE).
- Maslow, A. H. (1943, juillet). A theory of human motivation. *Psychological Review*, 50(4), 370-396. Consulté à l'adresse https://docs.google.com/file/d/0B-5-JeCa2Z7hNjZlNDNhOTEtMWNkYi00YmFhLWI3YjUtMDEyMDJkZDExNWRm/edit
- Maslow, A. H. (1968). Toward a psychology of being. New York: Van Nostrand Reinhold.
- Matsunobu, K. (2007). Japanese spirituality and music practice: Art as self-cultivation. Dans L. Bresler (dir.), *International Handbook of research in arts education* (p. 1425-1438). Dordrecht, Pays-Bas: Springer.
- Merleau-Ponty, M. (1945). Phénoménologie de la perception. Paris : Gallimard.
- Merleau-Ponty, M. (1964). L'œil et l'esprit. Paris : Gallimard.
- Milner, M. (1988). *Une vie à soi* (A. Naccache, trad.). Paris : Gallimard. (Original publié en 1934)
- Monbourquette, J. (2002). De l'estime de soi à l'estime du Soi : De la psychologie à la spiritualité. Ottawa, ON : Novalis.
- Moustakas, C. (1961). Loneliness. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Moustakas, C. (1968). *Individuality and Encounter: A brief journey into loneliness and sensitivity groups*. Cambridge, MA: Doyle.
- Moustakas, C. (1990). Heuristic research: Design, methodology, and applications. Newbury Park, CA: Sage.
- Mullings, B. (1999). Insider or outsider, both or neither: Some dilemmas of interviewing in a cross-cultural setting. *Geoforum*, 30(4), 337-350. Accessible à l'adresse http://www.elsevier.com/locate/geoforum

- Mullis, E. C. (2005). Carrying the jade tablet: A consideration of Confucian artistry. Contemporary Aesthetics, 3. Consulté à l'adresse http://www.contempaesthetics.org/newvolume/pages/article.php?articleID=283
- Mullis, E. C. (2007, hiver). The ethics of Confucian artistry. *The Journal of Aesthetics and Art Criticism*, 65(1), 99-107.
- Murase, M. (2002). An introduction to Japanese calligraphy in the Barnet and Burto collection. Dans M. Murase (dir.), *The written image* (p. 11-23). New York: The Metropolitan Museum of art.
- Nakamura, J. et Csikszentmihalyi, M. (2002). The concept of flow. Dans C. R. Snyder et S. J. Lopez (dir.), *Handbook of positive psychology* (p. 89-105). Oxford, Royaume-Uni: Oxford University Press.
- Nishida, K. (1998). La beauté de la calligraphie (F. Girard, trad.). Dans J.-F. Mattéi (dir.), *Le discours philosophique* (p. 605-605). Paris : Presses Universitaires de France. (Original publié en 1930)
- Nishida, K. (2008). L'intuition agissante* (A. Kuroda, trad.). Laval théologique et philosophique, 64(2), 277-293. doi: 10.7202/019499ar
- Ōmori, S. et Terayama, K. (1983). Zen and the art of calligraphy: The essence of sho (J. Stevens, trad.). Londres: Arkana.
- Paillé, P. (1996). De l'analyse qualitative en général et de l'analyse thématique en particulier. Dans J. Archambault et P. Paillé (dir.), La recherche qualitative dans le domaine de la santé (p. 179-194). Montréal : Association pour la Recherche Qualitative.
- Paillé, P. (2007). La méthodologie de recherche dans un contexte de recherche professionnalisante : Douze devis méthodologiques exemplaires. *Recherches Qualitatives*, 27(2), 133-151. Consulté à l'adresse http://www.nice.cnge.fr /IMG/pdf/paille.pdf
- Paillé, P. et Mucchielli, A. (2012). L'analyse qualitative en sciences humaines et sociales (3^e éd.). Paris : Armand Colin.
- Paré, A. (1984). Le journal : Instrument d'intégrité personnelle et professionnelle. Québec, QC : Centre d'intégration de la personne de Québec.
- Passeron, R. (1996). La naissance d'Icare: Éléments de poïétique générale. Saint-Germain-en-Laye, France: Ae2cg.

- Perron-Racine, N. (2014). Entre art et vie : Un lien spirituel amenant la transformation de soi (thèse de doctorat inédite). Université du Québec à Chicoutimi.
- Pilgrim, R. B. (1993). Buddhism and the arts of Japan. Chambersburg, PA: Anima.
- Polastron, L. X. (2010). Le trésor des lettrés. Paris : Imprimerie Nationale.
- Progoff, I. (1975). At a journal workshop: The basic text and guide for using the intensive journal process. New York: Dialogue House.
- Rey, A. (dir.). (2006). Dictionnaire historique de la langue française (éd. enrichie par A. Rey et T. Hordé). Paris : Le Robert.
- Richardson, L. (1990). Writing strategies: Reaching diverse audiences. Newbury Park, CA: Sage.
- Robert, P. (2016). *Le petit Robert* (nouv. éd., texte remanié et amplifié sous la direction de J. Rey-Debove et A. Rey). Paris : Dictionnaire Le Robert.
- Rogers, C. R. (1961). On becoming a person: A therapist's view of psychotherapy. Boston: Houghton Mifflin.
- Rosemont, H., Jr. (1970, avril). The meaning is the use: Kōan and mondō as linguistic tools of the zen masters. *Philosophy East and West*, 20(2), 109-119. Consulté à l'adresse http://www.jstor.org/stable/1398142
- Saïd, E. (1979). Orientalism. New York: Vintage.
- Schön, D. A. (1994). Le praticien réflexif: À la recherche du savoir caché dans l'agir professionnel (J. Heynemand et D. Gagnon, trad.). Montréal: Logiques. (Original publié en 1983)
- Seo, A. Y. et Addiss, S. (1998). The art of twentieth-century zen: Paintings and calligraphy by Japanese masters. Boston: Shambhala.
- Sers, P. et Escande, Y. (2003). Résonance intérieure: Dialogue sur l'expérience artistique et sur l'expérience spirituelle en Chine et en Occident. Paris: Klincksieck.
- Sharf, R. H. (1993, août). The zen of Japanese nationalism. *History of Religions*, 33(1), 1-43. Consulté à l'adresse http://links.jstor.org/sici?sici=0018-2710%28199308%2933%3A1%3C1%3ATZOJN%3E2.0.CO%3B2-A

- Shusterman, R. (1999). La fin de l'expérience esthétique (J.-P. Cometti, F. Gaspari et A. Combarnous, trad.). Pau, France : Publications de l'Université de Pau.
- Slingerland, E. (2000, juin). Effortless action: The Chinese spiritual ideal of wu-wei. Journal of American Academy of Religion, 68(2), 293-328.
- Spradley, J. P. (1979). *The ethnographic interview*. New York: Holt, Rinehart and Winston.
- St-Denis, E. (2008). Pour une compréhension d'un malaise éprouvé par une enseignante en mi-carrière dans l'enseignement des arts aux adultes en contexte d'éducation populaire : Une étude de cas (mémoire de maîtrise inédit). Université du Québec à Montréal.
- Suzuki, D. T. (1993). Zen and Japanese culture (11^e éd.). Princeton, NJ: Princeton University Press.
- Suzuki, K. (2003). Go tai ji kan. Tōkyō: Bunkaidō.
- Terayama, T. (2003). Zen brushwork: Focusing the mind with calligraphy and painting (T. F. Judge et J. Stevens, trad.). Tōkyō: Kodansha International.
- Tremblay, J. (2007). L'être-soi et l'être-ensemble : L'auto-éveil comme méthode philosophique chez Nishida. Paris : L'Harmattan.
- Tremblay, J. (2016). Je suis un lieu. Montréal : Presses de l'Université de Montréal.
- Valéry, P. (2008). Eupalinos; L'âme et la danse; Dialogue de l'arbre. Paris : Gallimard.
- Van der Maren, J.-M. (1995). Méthodes de recherche pour l'éducation. Montréal : Presses de l'Université de Montréal.
- Vandier-Nicolas, N. (1963). Art et sagesse en Chine: Mi Fou (1051-1107). Paris: Presses Universitaires de France.
- Vandier-Nicolas, N. (1965). Le taoïsme. Paris: Presses Universitaires de France.
- Verdier, F. (2003). Passagère du silence. Paris : Albin Michel.
- Verdier, F. (2007). Entre ciel et terre. Paris : Albin Michel.

- Verdier, F. (2011, 13 novembre). Fabienne Verdier, peintre [fichier audio]. Dans C. Sigel (animateur), *Comme-il-vous-plaira*. Consulté à l'adresse https://www.rts.ch/play/radio/comme-il-vous-plaira/audio/fabienne-verdier-peintre?id=4084108#?station= a9e7621504c6959e35c3ecbe7f6bed0446cdf8da
- Vial, H. (2015). Introduction: L'équation tragique du savoir et du danger. Dans H. Vial et A. De Cremoux (dir.), Figures tragiques du savoir: Les dangers de la connaissance dans les tragédies grecques et leur postérité (p. 9-14). Villeneuve d'Ascq, France: Presses Universitaires du Septentrion.
- Von Drathen, D. (2012). Painting space: Fabienne Verdier (G. F. Takis et E. Briggs, trad.). Milan: Charta.
- Yen, Y. (2014). Calligraphy and power in contemporary Chinese society. New York: Routledge.
- Yuasa, Y. (1987). The body: Toward an eastern mind-body theory (S. Nagatomo et T. P. Kasulis, trad.). Albany, NY: State University of New York Press.
- Yuasa, Y. (1993). The body, self-cultivation, and ki-energy (S. Nagatomo et M. Hull, trad.). Albany, NY: State University of New York Press. (Original publié en 1986)
- Zeami, M. (1960). La tradition secrète du nō (R. Sieffert, trad. et commentaires). Paris : Gallimard.