

UNIVERSITÉ DU QUÉBEC À MONTRÉAL

L'EXPÉRIENCE DE LA SENSIBILITÉ DANS LE JEU TELLE QUE VÉCUE PAR LES COMÉDIENS : UN  
DIALOGUE HERMÉNEUTIQUE ENTRE L'ART DE L'INTERPRÉTATION THÉÂTRALE ET LA  
PRATIQUE HUMANISTE DE LA PSYCHOTHÉRAPIE

THÈSE  
PRÉSENTÉE  
COMME EXIGENCE PARTIELLE  
DU DOCTORAT EN PSYCHOLOGIE

PAR LOU-ANN MORIN

MAI 2019

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

Il y a une tradition bien connue au théâtre voulant qu'après le spectacle, les comédiens se présentent au public pour les saluer. Puis, ce geste que tout habitué saura reconnaître, où les comédiens lèvent le bras pour pointer la régie afin de rappeler aux spectateurs que la création ne se limite pas qu'à la prestation des artistes qui se sont présentés sur scène. Derrière la représentation, il y a toute une équipe et une tradition qui ont rendu possible le spectacle. Plus qu'un simple geste de politesse, il s'agit là d'une reconnaissance de l'autre moins visible dans le travail artistique. C'est une reconnaissance du metteur en scène, de l'équipe technique et même du public qui, comme les lecteurs de cette thèse, participent activement à la création artistique. Il s'agit aussi d'un geste en accord avec la philosophie herméneutique défendue dans le présent travail, soit que le jeu fait partie de quelque chose de plus grand, d'une relation avec l'altérité et avec l'histoire. Comme universitaire, mais aussi comme cliniciens, nous sommes habitués au travail plus solitaire. Toutefois, il convient de se rappeler ponctuellement, comme le font les comédiens, que notre travail est l'avènement de plusieurs rencontres. C'est dans cette optique que j'aimerais remercier plusieurs personnes ayant contribué, de près ou de loin, à rendre possible cette thèse.

Tout d'abord, comme l'auteur qui a besoin de son metteur en scène ou de son éditeur, mon premier geste de reconnaissance sera dirigé vers madame Florence Vinit qui a cru en moi et qui m'a supporté toutes ces années. Votre bienveillance comme directrice de recherche m'aura été nécessaire pour passer à travers ces huit années intenses sur le plan des émotions. J'aimerais aussi remercier les quatre protagonistes de cette thèse. Claude, Ophélie, Colombine et Masha, vos prénoms ont été modifiés, mais j'espère que vous entendrez à quel point j'ai apprécié votre générosité. Vos témoignages ont grandement enrichi cette thèse. À mes parents, vous m'avez supportée comme vous le pouviez, malgré vos moyens limités, durant toute cette période, et je vous en serai toujours reconnaissante.

J'aimerais aussi saluer les trois membres du jury qui ont accepté de lire et de commenter mon travail. Madame Mélanie Vachon, Monsieur Daniel Raichvarg et monsieur Christian Thiboutot, votre lecture attentive et vos commentaires généreux ont permis de pousser ma réflexion encore plus loin.

À mes amies qui sont restées présentes toutes ces années. Christine, Stéphanie, Mélanie, merci de tout mon cœur. Aux professeurs et maîtres, autant en théâtre qu'en psychologie, qui ont croisé mon chemin à un moment ou un autre de ma vie pour partager votre savoir, merci aussi. Pascal, Christian, Ginette, André, et tous les autres professeurs de théâtre qui m'ont dirigée lorsque j'étais une aspirante artiste, mais aussi Christian, Roxane, Francine et Mathieu qui m'ont aidé à me développer comme thérapeute en tant que superviseurs.

J'ajouterais un clin d'œil à monsieur Pierre Plante, premier professeur en psychologie à m'avoir rassurée que mon héritage artistique avait sa place dans le monde de la psychologie. À toutes ces personnes qui ont contribué d'une manière et d'une autre au développement de ma sensibilité artistique, à mon processus de recherche ou à mon émergence comme clinicienne, je vous remercie.

Enfin, je lève aussi mon bras pour pointer l'héritage de tous ceux et de toutes celles qui depuis des siècles ont contribué à l'art théâtral et à l'art de la psychothérapie. Car ces deux disciplines ont leur histoire riche et diversifiée.

## DÉDICACE

« Et que je dédie aux comédiens qui joueront par-dessus la jambe sans se casser la tête comme si ce n'était pas de leurs affaires, avec des blancs de mémoire de toutes les couleurs, avec maudit que j'ai hâte que ça finisse pour aller m'en jeter un derrière la cravate avec mes petits copains... ». – Réjean Ducharme.

J'ajouterais à cette superbe dédicace de Réjean Ducharme qui ouvre la lecture de la pièce *Ines Pérée et Inat tendu*, que je dédie aussi ma thèse aux psychologues qui font de leur possible pour être « suffisamment bons » avec leurs patients, et qui même s'ils prennent au sérieux la souffrance de l'autre, méritent aussi d'aller s'en jeter un en bonne compagnie lorsqu'ils sortent de l'espace de jeu thérapeutique.

## TABLE DES MATIÈRES

REMERCIEMENTS .....	II
DÉDICACE .....	IV
TABLE DES MATIÈRES.....	V
LISTE DES FIGURES .....	XVI
RÉSUMÉ.....	XVII
AVIS AUX LECTEURS .....	XVIII
INTRODUCTION DE LA THÈSE PRÉSENTATION DES DIFFÉRENTS CHAPITRES .....	1
CHAPITRE I CONTEXTUALISATION DE LA THÈSE .....	5
1.1    UNE INTUITION GUIDÉE PAR DEUX ANECDOTES.....	5
1.2    PERTINENCE DE LA RECHERCHE POUR LA PSYCHOLOGIE CLINIQUE.....	8
1.3    LES TRACES D'UN DIALOGUE ENTRE LE THÉÂTRE ET LA PSYCHOLOGIE CLINIQUE.....	11
1.4    LES FONDEMENTS THÉORIQUES MENANT À LA QUESTION DE RECHERCHE .....	15
1.4.1 <i>Le jeu comme façon commune de comprendre la rencontre au théâtre comme en                     psychothérapie</i> .....	16
1.4.2 <i>L'ajustement à l'autre dans le jeu au théâtre et en psychothérapie est un acte                     sensible</i> .....	18
1.5    LA QUESTION DE RECHERCHE QUI ÉMERGE.....	21
PARTIE I – CADRE CONCEPTUEL INTRODUCTION À LA REVUE DE LA LITTÉRATURE .....	23
CHAPITRE II LE JEU COMME PROCESSUS.....	24
2.1    INTRODUCTION AU CHAPITRE .....	24
2.2    DÉFINITIONS GÉNÉRALES DU JEU.....	24

2.3	L'HERMÉNEUTIQUE COMPRISE COMME UN JEU .....	28
2.3.1	<i>Le jeu au théâtre.....</i>	30
2.3.2	<i>Le jeu en psychothérapie.....</i>	31
2.4	LE JEU TEL QUE COMPRIS PAR LA PSYCHANALYSE .....	34
2.6	L'AMBIGÜITÉ COMME FAÇON DE COMPRENDRE LE PLAISIR DU JEU.....	38
2.7	CONCLUSION : LE JEU COMME PROCESSUS AU THÉÂTRE COMME EN THÉRAPIE.....	40
<b>CHAPITRE III</b>		
	LA RENCONTRE COMME CONDITION AU JEU.....	42
3.1	INTRODUCTION AU CHAPITRE .....	42
3.2	LA RENCONTRE DANS LE JEU.....	45
3.3	LA RENCONTRE TELLE QUE DÉCRITE PAR LA PSYCHOLOGIE CLINIQUE.....	46
3.4	LA RENCONTRE CLINIQUE COMPRISE COMME UN ART .....	48
3.5	CONCLUSION SUR LA RENCONTRE COMME FONDEMENT DU JEU .....	52
<b>CHAPITRE IV LE JEU S'ACTUALISE PAR L'AJUSTEMENT RELATIONNEL.....</b>		
		53
4.1	INTRODUCTION AU CHAPITRE .....	53
4.2	LE THÉÂTRE EST UN ART QUI EXISTE À TRAVERS LA RELATION.....	53
4.3	L'AJUSTEMENT RELATIONNEL EST CENTRAL EN PSYCHOLOGIE CLINIQUE.....	55
4.3.1	<i>La mise en jeu de la rencontre est intersubjective.....</i>	56
4.3.2	<i>L'interprétation théâtrale est une expérience intersubjective.....</i>	57
4.3.3	<i>L'intersubjectivité comme façon de comprendre le développement humain.....</i>	62
<b>CHAPITRE V</b>		
<b>LA RENCONTRE DANS LE JEU EST CONSTITUÉE DE TROIS ÉLÉMENTS ESSENTIELS :</b>		
<b>LA PRÉSENCE, LE TEMPS ET L'ESPACE.....</b>		
		67
5.1	INTRODUCTION AU CHAPITRE .....	67
5.2	L'ÉTAT DE PRÉSENCE COMME SAVOIR-ÊTRE INDISPENSABLE À LA RENCONTRE DANS LE JEU.....	68
5.2.1	<i>La présence au théâtre est une posture extraquotidienne.....</i>	69

5.2.2	<i>La posture extraquotidienne se caractérise par un déséquilibre</i> .....	72
5.2.3	<i>La présence décrite comme une tension vers la mise en action</i> .....	73
5.2.4	<i>L'état de présence comme élément essentiel de la psychothérapie</i> .....	75
5.2.5	<i>Conclusion sur la présence</i> .....	78
5.3	LE JEU EXISTE DANS UN ESPACE THYMIQUE .....	80
5.3.1	<i>L'espace affectif au théâtre</i> .....	82
5.3.2	<i>La spatialité thymique selon la psychologie</i> .....	86
5.3.3	<i>L'aida comme façon de comprendre l'espace affectif</i> .....	87
5.3.4	<i>Conclusion sur la spatialité affective du jeu</i> .....	88
5.4	LE JEU SENSIBLE EXISTE PAR UNE TEMPORALITÉ QUI LUI EST PROPRE .....	89
5.4.1	<i>Le théâtre est un art qui nécessite une sensibilité au rythme</i> .....	91
5.4.2	<i>Le temps poétique est aussi un temps affectif</i> .....	94
5.4.3	<i>Aida comme temporalité partagée du jeu</i> .....	96
5.4.4	<i>Le rapport au rythme selon la perspective neurodéveloppementale</i> .....	98
5.4.5	<i>Conclusion sur la temporalité du jeu</i> .....	99
	DU JEU À L'EXPÉRIENCE SENSIBLE .....	100
	CHAPITRE VI	
	L'ESTHÉTIQUE COMME FORME DE CONNAISSANCE SENSIBLE .....	102
6.1	INTRODUCTION AU CHAPITRE .....	102
6.2	L'EXPÉRIENCE SENSIBLE PERMET LA RENCONTRE AVEC L'ART .....	103
6.3	LA SENSIBILITÉ À L'ART EXISTE PAR LE CORPS INTERSUBJECTIF .....	105
6.3.1	<i>Le corps sensible est un corps en action</i> .....	106
6.3.2	<i>Le corps sensible du théâtre reste inséparable de l'imaginaire</i> .....	108
6.4	L'ACTION COMME MODE DE JEU SENSIBLE AU THÉÂTRE .....	111
6.5	LE DÉVELOPPEMENT DE LA SENSIBILITÉ EST UNE EXPÉRIENCE INTERSUBJECTIVE.....	114
6.5.1	<i>Le développement intersubjectif sensible se voit au niveau neurologique</i> .....	117

6.6	LA SENSIBILITÉ EST AU CŒUR DE LA RELATION THÉRAPEUTIQUE.....	121
6.7	CONCLUSION SUR L'EXPÉRIENCE SENSIBLE DU JEU .....	122
CONCLUSION DE LA REVUE DE LA LITTÉRATURE LES SOUS-THÈMES RETENUS POUR LA GRILLE D'ENTREVUE .....		124
PARTIE II – MÉTHODOLOGIE .....		127
CHAPITRE VII .....		128
7.1	INTRODUCTION AU CHAPITRE SUR LA MÉTHODOLOGIE .....	128
7.2	CHOIX DE MÉTHODE ET JUSTIFICATION GÉNÉRALE DE CELLE-CI.....	129
7.3	DISCOURS SUR LE CORPS ET SUR LE SENSIBLE : UN DÉFI D'ÉLABORATION.....	130
7.3.1	<i>La question de la forme ou comment écrire sur la sensibilité .....</i>	132
7.4	SUJETS ET COLLECTE DE DONNÉES.....	134
7.5	CONSIDÉRATIONS MÉTHODOLOGIQUES DE LA GRILLE D'ENTREVUE .....	136
7.5.1	<i>Structure des entrevues.....</i>	138
7.5.2	<i>Contexte des entrevues .....</i>	144
7.6	ANALYSE DES DONNÉES : LA PHÉNOMÉNOLOGIE INTERPRÉTATIVE-HERMÉNEUTIQUE....	144
7.6.1	<i>Une analyse appuyée par trois fondements.....</i>	144
7.6.2	<i>Premier fondement : respect d'une validité ontologique de l'expérience des participantes .....</i>	148
7.6.3	<i>Deuxième fondement : un rapport herméneutique-interprétatif aux essences .....</i>	152
7.6.4	<i>Troisième fondement : l'écriture comme mode d'analyse .....</i>	156
7.6.5	<i>Conclusion : La validité ontologique, l'herméneutique et l'écriture comme structure de l'analyse.....</i>	159
7.7	RIGUEUR MÉTHODOLOGIQUE ET ÉTHIQUE .....	163
7.7.1	<i>Rigueur méthodologique de la recherche.....</i>	163
7.7.2	<i>Considérations éthiques de la recherche.....</i>	164
PARTIE III – ANALYSE DES ENTREVUES DE RECHERCHE.....		167

INTRODUCTION À LA SECTION .....	167
CHAPITRE VIII	
PREMIÈRE ANALYSE – OPHÉLIE .....	168
8.1 PRÉSENTATION DE LA PARTICIPANTE .....	168
8.1.1 <i>Contexte de l'entrevue</i> .....	169
8.2 ANALYSE DE L'ENTREVUE D'OPHÉLIE .....	170
8.2.1 <i>Émergence et ordre des thèmes</i> .....	171
8.3 L'ÉCOUTE COMME CONDITION ESSENTIELLE À LA RELATION SENSIBLE DANS LE JEU .....	171
8.3.1 <i>Présentation du thème</i> .....	171
8.3.2 <i>L'écoute comme focus</i> .....	172
8.3.3 <i>L'écoute de l'autre passe par l'écoute de soi</i> .....	175
8.3.4 <i>L'écoute sensible comprise comme une résonnance corporelle et sensorielle</i> .....	175
8.3.5 <i>L'écoute s'actualise dans l'espace</i> .....	180
8.3.6 <i>L'écoute s'actualise dans le temps</i> .....	182
8.3.7 <i>Conclusion sur le thème de l'écoute</i> .....	183
8.4 LA PRÉSENCE COMME FAÇON D'ÊTRE EN RELATION SENSIBLE DANS LE JEU .....	184
8.4.1 <i>Présentation du thème</i> .....	184
8.4.2 <i>La présence comme façon d'être là dans l'immédiateté du jeu</i> .....	185
8.4.3 <i>La présence se vit comme le plaisir de voyager</i> .....	186
8.4.4 <i>La présence comme état mental et corporel</i> .....	188
8.4.5 <i>Conclusion sur le thème de la présence</i> .....	190
8.5 LA RESPONSABILITÉ PERSONNELLE COMME POSTURE ÉTHIQUE DANS LE JEU RELATIONNEL .....	191
8.5.1 <i>Présentation du thème</i> .....	191
8.5.2 <i>Le travail réflexif conscient permet d'alimenter l'intuition dans le jeu</i> .....	194
8.5.3 <i>Le jeu requiert un travail personnel sur la vulnérabilité</i> .....	197

8.5.4	<i>L'entraînement personnel et les rituels facilitent l'entrée en relation dans le jeu.....</i>	200
8.5.5	<i>La rigueur et le plaisir comme façon complémentaire de vivre le jeu .....</i>	200
8.5.6	<i>Conclusion sur le thème de la responsabilité dans le jeu.....</i>	202
8.6	CONCLUSION SUR L'ANALYSE D'OPHÉLIE .....	203

## CHAPITRE IX

	DEUXIÈME ANALYSE – COLOMBINE.....	206
9.1	PRÉSENTATION DE LA PARTICIPANTE .....	206
9.1.1	<i>Contexte de l'entrevue.....</i>	207
9.2	ANALYSE DE L'ENTREVUE DE COLOMBINE .....	208
9.2.1	<i>Émergence et ordre des thèmes.....</i>	209
9.3	LE THÉÂTRE VÉCU COMME UN RITUEL SACRÉ.....	210
9.3.1	<i>Présentation du thème.....</i>	210
9.3.2	<i>Le caractère sacré du théâtre appelle l'humilité dans le jeu .....</i>	211
9.3.3	<i>La dimension sacrée du théâtre active l'orgueil qui maintien en état de jeu .....</i>	212
9.3.4	<i>Conclusion sur le thème.....</i>	213
9.4	L'ARTISTE FRANCHIT UN SEUIL ENTRE L'ESPACE RELATIONNEL DU QUOTIDIEN ET CELUI DU JEU .....	214
9.4.1	<i>Présentation du thème .....</i>	214
9.4.2	<i>La sensibilité relationnelle diffère selon qu'elle s'actualise en jeu ou dans le quotidien .....</i>	214
9.4.3	<i>Le jeu vécu comme une aspiration et un repos mental .....</i>	216
9.4.4	<i>Entrer dans le monde du jeu donne le droit d'être soi.....</i>	218
9.4.5	<i>Les rituels permettent de sortir du monde quotidien pour entrer dans celui du jeu .....</i>	219
9.4.6	<i>Le repositionnement vers le plaisir comme façon de traverser vers le monde du jeu ...</i>	221
9.4.7	<i>Conclusion sur le thème du passage.....</i>	224
9.5	L'HISTOIRE DE VIE ET LES VULNÉRABILITÉS INFLUENCENT LE JEU .....	225
9.5.1	<i>Présentation du thème .....</i>	225

9.5.2	<i>Le jeu reste influencé par le vécu relationnel de l'enfance</i> .....	225
9.5.3	<i>Le jeu implique de pouvoir montrer une vulnérabilité qui nous est propre</i> .....	228
9.5.4	<i>L'importance du regard extérieur pour maintenir le seuil entre l'être quotidien et l'être dans le jeu</i> .....	229
9.5.5	<i>Conclusion sur le thème</i> .....	229
9.6	LA PRÉSENCE VÉCUE COMME UNE TRANSE .....	230
9.6.1	<i>Présentation du thème</i> .....	230
9.6.2	<i>Lâcher prise sur le mental et investir le corps active l'état de présence</i> .....	231
9.6.3	<i>Conclusion sur le thème de la présence</i> .....	232
9.7	LA SENSIBILITÉ AU RYTHME COMME FAÇON D'ÊTRE EN RELATION AVEC LE MONDE DU JEU .....	232
9.7.1	<i>Présentation du thème</i> .....	232
9.7.2	<i>La réflexivité sensible au rythme comme façon de se positionner dans la relation intersubjective du jeu</i> .....	233
9.7.3	<i>Conclusion sur le thème du rythme</i> .....	234
9.8	CONCLUSION SUR L'ANALYSE DE COLOMBINE .....	235
CHAPITRE X	TROISIÈME ANALYSE – MASHA .....	237
10.1	PRÉSENTATION DE LA PARTICIPANTE .....	237
10.1.1	<i>Contexte de l'entrevue</i> .....	238
10.2	ÉMERGENCE ET ORDRE DES THÈMES.....	240
10.3	L'ÉCOUTE COMME PRÉALABLE ESSENTIEL AU JEU .....	241
10.3.1	<i>Présentation du thème</i> .....	241
10.3.2	<i>L'écoute comprise comme un accordage sensible entre les sujets qui jouent</i> .....	241
10.3.3	<i>L'écoute dans le jeu comprise comme un lâcher-prise sur la volonté de contrôler</i> .....	244
10.3.4	<i>Le tango comme métaphore de l'écoute sensible</i> .....	247
10.3.5	<i>Conclusion sur le thème de l'écoute</i> .....	249
10.4	LA PRÉSENCE COMME MANIFESTATION SENSIBLE DE L'ACTEUR DANS LE JEU .....	249

10.4.1	<i>Présentation du thème</i> .....	249
10.4.2	<i>La présence comprise comme une générosité et une assurance dans le jeu</i> .....	250
10.4.3	<i>L'abandon et la détente du corps comme façons de laisser la présence émerger dans le jeu</i> .....	252
10.4.4	<i>L'Écoute et la présence comme postures complémentaires dans le jeu</i> .....	255
10.4.5	<i>Conclusion sur le thème de la présence</i> .....	256
10.5	LA SENSIBILITÉ AU RYTHME COMME FAÇON DE MODULER LA RELATION DANS LE JEU ....	257
10.5.1	<i>Présentation du thème</i> .....	257
10.5.2	<i>Les silences habités et la primitivité comme qualités du rythme dans le jeu</i> .....	258
10.5.3	<i>Conclusion sur le thème du rythme</i> .....	260
10.6	LE JEU EXIGE UN ABANDON .....	261
10.6.1	<i>Présentation du thème</i> .....	261
10.6.2	<i>Le lâcher-prise sur la volonté comme façon de vivre le jeu sensible</i> .....	261
10.6.3	<i>Le corps du jeu compris comme un corps primaire qui s'oppose au corps civilisé</i> .....	262
10.6.4	<i>L'entrée dans le mouvement comme manière sensible d'entrer dans le jeu</i> .....	264
10.6.5	<i>Changer de position dans l'espace peut faciliter l'abandon dans le jeu</i> .....	267
10.6.6	<i>Conclusion sur le thème de l'abandon</i> .....	267
10.7	L'ENTRÉE DANS LE JEU EXIGE DE PASSER D'UNE POSTURE QUOTIDIENNE VERS UNE POSTURE DE JEU .....	269
10.7.1	<i>Présentation du thème</i> .....	269
10.7.2	<i>L'espace de jeu vécu comme une bulle qui protège l'imaginaire sensible</i> .....	269
10.7.3	<i>Le passage dans le monde du jeu s'actualise par un plaisir ressenti</i> .....	273
10.7.4	<i>Conclusion sur le thème du jeu vécu comme un passage</i> .....	274
10.8	CONCLUSION DE L'ANALYSE DE MASHA .....	275
CHAPITRE XI		
	QUATRIÈME ANALYSE – CLAUDE .....	277
11.1	PRÉSENTATION DU PARTICIPANT .....	277

11.1.1	<i>Contexte de l'entrevue</i> .....	278
11.2	LA SENSIBILITÉ COMME MISE EN RÉSONNANCE DE L'ESPACE INTIME.....	280
11.2.1	<i>Présentation du thème</i> .....	280
11.2.2	<i>Le rapport sensible à l'intimité comme source potentielle de souffrance</i> .....	281
11.2.3	<i>Conclusion sur le thème du jeu comme résonnance de l'intime</i> .....	283
11.3	LE JEU SENSIBLE COMME EXPRESSION INVISIBLE DE L'INTIME.....	284
11.3.1	<i>Présentation du thème</i> .....	284
11.3.2	<i>La sensibilité comme un donné qu'il faut apprendre à écouter</i> .....	285
11.3.3	<i>Le corps expressif comme médiateur d'un récit invisible</i> .....	287
11.3.4	<i>La nécessité de créer : moteur de l'expression sensible imbriqué dans le récit invisible du jeu</i> .....	289
11.3.5	<i>Conclusion sur le thème du jeu comme expression invisible de l'intime</i> .....	291
11.4	LA PRÉSENCE COMME PROCESSUS ACTIF D'ENTRÉE EN RELATION SENSIBLE.....	291
11.4.1	<i>Présentation du thème</i> .....	291
11.4.2	<i>La présence dans le jeu est une action empreinte d'affects</i> .....	292
11.4.3	<i>La présence est une disponibilité active</i> .....	294
11.4.4	<i>La présence est à la fois une harmonie et une distance intellectuelle</i> .....	295
11.4.5	<i>La présence nécessite une forme physique et émotionnelle</i> .....	296
11.4.6	<i>Conclusion sur le thème de la présence</i> .....	297
11.5	CONCLUSION SUR L'ANALYSE DE CLAUDE.....	298
 CHAPITRE XII		
	ANALYSE TRANSVERSALE DES ENTREVUES.....	301
12.1	INTRODUCTION AU CHAPITRE.....	301
12.2	L'IDENTITÉ SE MANIFESTE DANS LA SENSIBILITÉ RELATIONNELLE DE L'ARTISTE.....	303
12.2.1	<i>L'identité éthique influence la posture de jeu sensible dans la rencontre</i> .....	306
12.2.2	<i>La sensibilité du sujet qui joue se construit à partir de l'identité personnelle</i> .....	307

12.2.3	<i>Le corps est mémoire et sert de médium sensible à l'identité dans le jeu</i> .....	311
12.2.4	<i>Conclusion sur l'identité sensible dans le jeu</i> .....	311
12.3	<b>L'ÊTRE QUI JOUE PASSE PAR DES SEUILS QUI SÉPARENT LA SENSIBILITÉ QUOTIDIENNE DE CELLE DU JEU</b> .....	312
12.3.1	<i>La réflexivité de l'artiste permet de réguler la tension entre l'identité quotidienne et celle du jeu</i> .....	313
12.3.2	<i>Les enseignants et les metteurs en scène, ou l'autre comme tiers, facilitent le maintien du seuil</i> .....	316
12.3.3	<i>L'espace physique et l'espace imaginé du jeu servent d'ancrage à la sensibilité extraquotidienne</i> .....	317
12.3.4	<i>La sensibilité à la temporalité du jeu modifie la posture relationnelle</i> .....	318
12.3.5	<i>Le plaisir et le travail sont des modes complémentaires facilitant le passage d'un seuil à l'autre</i> .....	320
12.3.6	<i>Les rituels servent d'amorces permettant le changement de la posture relationnelle sensible</i> .....	321
12.3.7	<i>Conclusion sur l'idée du seuil</i> .....	321
12.4	<b>L'ÉCOUTE EST LA CONDITION ESSENTIELLE DE L'ENTRÉE EN RELATION SENSIBLE DANS LA JEU</b> .....	323
12.4.1	<i>L'écoute sensible se vit comme une responsabilité et un abandon</i> .....	323
12.4.2	<i>La sensibilité de l'écoute en jeu s'expérimente par la résonance de l'altérité dans la corporéité</i> .....	325
12.4.3	<i>L'écoute sensible est une façon d'être qui se développe</i> .....	327
12.4.4	<i>L'ajustement rythme est une actualisation de l'écoute des partenaires</i> .....	330
12.4.5	<i>Conclusion sur l'écoute sensible</i> .....	331
12.5	<b>LA PRÉSENCE COMME LA QUALITÉ D'ATTENTION PORTÉE AU SENSIBLE DANS LA RELATION</b> .....	332
12.5.1	<i>La présence est une qualité d'attention portée à l'écoute sensible</i> .....	333
12.5.2	<i>L'immédiateté de l'attention actualise la présence</i> .....	334
12.5.3	<i>La présence est vécue comme une expansion de soi dans l'espace</i> .....	335
12.5.4	<i>La présence s'ancre dans la corporéité sensible</i> .....	336

12.5.5	<i>La tension entre le laisser être et la réflexivité actualise une qualité de présence.....</i>	338
12.5.6	<i>Conclusion sur la présence.....</i>	339
12.6	CONCLUSION SUR L'ANALYSE TRANSVERSALE : LES QUATRE DIMENSIONS DU JEU SONT AU SERVICE DE LA CO-CONSTRUCTION D'UN RÉCIT INVISIBLE .....	339
PARTIE III – DISCUSSION .....		343
CHAPITRE XIII .....		344
13.1	INTRODUCTION DE LA SECTION – POUR UNE PLUS GRANDE PLACE DU SENSIBLE DANS LE JEU .....	344
13.2	LE DIALOGUE ENTRE LE MONDE DES ARTS ET LE MONDE DE LA PSYCHOLOGIE EST ESSENTIEL.....	345
13.1.1	<i>L'esprit du temps incite à l'ambivalence face à la pertinence du jeu sensible.....</i>	345
13.2.2	<i>L'invitation à la psychothérapie se doit d'être une invitation vers un jeu sensible .....</i>	347
13.3	LES COMÉDIENS ACTUALISENT LE JEU SENSIBLE EN FRANCHISSANT UN SEUIL .....	352
13.3.1	<i>Le passage du seuil est facilité par des rituels qui impliquent le corps.....</i>	355
13.3.2	<i>L'idée du seuil peut aussi être éclairée par la psychologie humaniste .....</i>	358
13.3.3	<i>Le plaisir comme façon de vivre le changement de monde .....</i>	361
13.4	LE JEU SENSIBLE PREND EN CONSIDÉRATION L'IDENTITÉ INCARNÉE DES SUJETS .....	363
13.4.1	<i>L'identité éthique permet de s'assurer que la sensibilité reste au service du jeu, et non l'inverse .....</i>	365
13.5	L'ÉCOUTE ET LA PRÉSENCE COMME COMPÉTENCES DU JEU SENSIBLE.....	368
13.6	L'EXPÉRIENCE DU SENSIBLE DANS LE JEU DES COMÉDIENNES OUVRE SUR PLUSIEURS RÉFLEXIONS POUR LA PROFESSION DE PSYCHOLOGUE .....	373
CONCLUSION DE LA THÈSE REPENSER LA FORMATION DES PSYCHOTHÉRAPEUTES EN S'INSPIRANT DE MODÈLE DES FORMATIONS EN THÉÂTRE .....		387
ANNEXE A — GRILLE D'ENTREVUE.....		405
ANNEXE B – FORMULAIRE DE CONSENTEMENT.....		410
BIBLIOGRAPHIE .....		416

## LISTE DES FIGURES

TABLEAU 6.1 - RÉCAPITULATION DE LA REVUE DE LITTÉRATURE.....	125
TABLEAU 7.1 - INSPIRÉ DE VAN MANEN (1984, 1997).....	162
TABLEAU 12.1 - RÉCAPITULATIF DES THÈMES PAR PARTICIPANTE .....	302

## RÉSUMÉ

La présente recherche qualitative, ancrée dans le paradigme de la psychologie humaniste, s'intéresse au dialogue entre le théâtre et la psychologie clinique. Plus particulièrement, cette thèse est guidée par une volonté de mieux comprendre l'expérience de la sensibilité dans le jeu telle que vécue par les comédiennes dans le but d'informer les psychothérapeutes dans leur pratique. Suivant les principes d'une épistémologie constructiviste, le cadre théorique met en lumière deux phénomènes qui servent de sol commun au dialogue entre le monde du théâtre et celui de la psychothérapie, soit celui du jeu ainsi que celui de la sensibilité. L'explicitation de ces deux thèmes principaux permet de défricher plusieurs sous-thèmes qui servent à construire une grille d'entretien.

En adoptant la méthodologie d'analyse herméneutique interprétative, les entretiens exploratoires semi-dirigés réalisés auprès de comédiennes révèlent le rôle que jouent l'identité sensible, le seuil, la présence et l'écoute lorsqu'elles rencontrent l'autre sur scène. En filigrane de leur récit respectif, nous pouvons voir apparaître la centralité du corps comme médiateur des dimensions implicites de la rencontre.

Ultimement, notre processus d'interprétation des données permet d'aborder le jeu comme un monde extraquotidien où l'être peut vivre le plaisir d'élaborer autrement, en se permettant d'adopter une posture sensible qui a peu de place dans le monde de tous les jours. Nous comprenons aussi que le monde du jeu au théâtre est surtout un espace intersubjectif, dans le sens qu'il se coconstruit par la coprésence des identités sensibles qui se rencontrent. Nous terminons en éclairant le jeu de l'art psychothérapeutique à partir de cette perspective mise en évidence par les participantes à notre recherche.

Mots clés : Jeu, herméneutique, sensibilité, corps, présence, écoute, seuil, identité sensible, théâtre, psychothérapie.

## AVIS AUX LECTEURS

L'utilisation du pronom « nous » est favorisée dans la présente thèse afin de mettre à l'avant-plan la subjectivité de son auteure. Cette forme est priorisée sur le « je » car nous croyons que celle-ci donne un ton moins familier tout en restant proche du point de vue de la chercheuse qui se trouve derrière le travail. De plus, bien que le masculin soit priorisé afin d'alléger le texte, le féminin est privilégié lorsqu'il est question des participantes. En effet, bien que nous ayons rencontré un comédien homme, toutes les autres personnes ayant collaboré à notre projet sont des femmes. Par conséquent, afin de bien représenter le fait que les données d'entrevue proviennent en majorité de comédiennes, la présente thèse emploie le féminin dans les situations spécifiques où nous nous référons aux personnes rencontrées en entrevues.

## INTRODUCTION DE LA THÈSE

### PRÉSENTATION DES DIFFÉRENTS CHAPITRES

La présente thèse a comme premier objectif d'entretenir le dialogue entre les arts et la psychologie. Plus précisément, elle vise à explorer les liens qui unissent l'art du jeu dramatique à l'art du jeu psychothérapeutique tel que compris par l'approche humaniste de cette discipline. Dans cet ordre d'idée, nous débutons dans le prochain chapitre avec la mise en contexte de l'intuition qui prépare la question de recherche. Ainsi, la mise en parallèle de deux récits vécus par l'auteure de cette thèse, l'un provenant de son expérience passée en théâtre et l'autre faisant état de son apprentissage comme psychothérapeute débutante, permet de démontrer un possible rapprochement entre ces deux pratiques que sont le théâtre et la psychologie clinique. L'analyse de ces deux anecdotes, accompagnée d'un survol de ce que les dramathérapeutes nous disent sur la résonance entre le théâtre et la psychothérapie, rend possible l'identification de deux thèmes clés qui servent de fondation à la réalisation de notre recherche, c'est-à-dire le jeu ainsi que la sensibilité. L'identification de ces deux idées, qui sont les pierres d'assises des deux métiers, permet de poser la question à laquelle cette thèse tentera de répondre : mieux comprendre l'expérience sensible dans le jeu tel que vécu par les comédiens afin d'éclairer la pratique de la psychothérapie.

Les deux concepts susmentionnés (i.e., le jeu et la sensibilité), servent de fondation à la question de recherche et sont également les deux axes sur lesquels s'est construit la revue de la littérature que constitue les premiers chapitres (i.e., 1 à 6) de cette thèse. Plus spécifiquement, dans la première partie de celle-ci, nous définissons le jeu selon différents

auteurs, pour en venir à le comprendre sous l'angle de la pratique herméneutique telle qu'elle est décrite par Gadamer (1996). Par l'intermédiaire d'un travail d'associations théoriques, nous exposons dans cette section notre compréhension du jeu théâtral et du jeu psychothérapeutique sous l'angle de l'approche philosophique propre à l'herméneute. Nous exposons ensuite tous les éléments qui contribuent à former le jeu, en débutant par le fait que celui-ci implique une rencontre et une relation intersubjective. En poussant davantage l'arbre théorique du jeu, nous en arrivons à identifier trois autres sous-thèmes qui le définissent : la présence (comprise comme une coprésence), la spatialité et la temporalité. Enfin, nous démontrons comment la sensibilité du jeu implique une conscience de ces dimensions.

La deuxième partie de la revue de la littérature permet ensuite de décrire la sensibilité selon le point de vue de la psychologie humaniste, mais aussi selon celui du théâtre. Nous démontrons dans cette section du chapitre comment le corps est le sujet qui rencontre le monde dans le jeu que nous tentons de décrire. Nous y présentons également les auteurs qui parlent de cette jonction entre le corps vécu et le jeu sensible. Nous faisons appel à des psychologues du développement, des neuropsychologues, des philosophes de l'intersubjectivité du corps ainsi qu'à des maîtres du théâtre pour présenter la sensibilité comme l'expérience du corps vivant en relation avec le monde humain. Enfin, nous en venons à saisir l'expérience sensible comme une action, ou comme un geste empreint d'une intention dirigée vers l'autre.

La partie suivante de cette thèse est constituée de l'exposition de notre méthodologie de recherche (i.e., chapitre 7). Nous réfléchissons dans ce chapitre sur la complexité de traduire en mots le jeu et la sensibilité, deux phénomènes qui existent dans le monde invisible de l'implicite. Nous exposons la façon dont nous nous y prenons et défendons l'importance de faire appel à des participantes pour répondre à notre question de recherche. L'entrevue

d'élaboration ouverte guidée par certains thèmes de la littérature est ensuite décrite. Puis, nous présentons la méthodologie d'analyse retenue, soit la méthode herméneutique interprétative telle que pensée par Van Manen (1984, 2006). Afin d'appuyer ce choix, nous exposons les trois axes qui le justifient : la nécessité de rester proche de l'expérience des personnes qui collaborent à notre projet de recherche, la reconnaissance que nous avons une expérience personnelle en théâtre qui teinte l'analyse, ainsi que la nécessité de traduire les données par l'écriture afin de préserver la richesse et la complexité des phénomènes que sont la sensibilité et le jeu. En effet, l'inclusion de la méthode d'analyse par l'écriture semble adaptée à la dimension intangible de ces thèmes. Cette section expose également notre parcours réflexif qui valide plusieurs choix méthodologiques, comme le nombre de participantes rencontrées.

Une fois la méthodologie détaillée, nous poursuivons avec les analyses, séparées en cinq chapitres (i.e., 8 à 12). Les chapitres 8 à 11 font le récit des entrevues que nous avons réalisées avec trois comédiennes et un comédien que nous avons renommé Ophélie, Colombine, Masha et Claude, tandis que le chapitre 12, l'analyse transversale, permet de mettre en relief cinq thèmes communs qui émergent des analyses, soit le rôle de l'identité dans l'actualisation de la sensibilité, l'importance du seuil pour maintenir la frontière entre différentes postures, la compréhension commune de l'écoute, puis de la présence et, enfin, l'idée de l'émergence d'un sens élargit comme finalité du jeu sensible :

Dans un dernier temps, nous terminons par une discussion (i.e., chapitre 13) qui fait ressortir les grandes idées de la présente thèse en proposant un dialogue entre la revue de littérature, les analyses et notre propre compréhension subjective de ce que la thèse explore. Dans ce dernier chapitre, nous défendons l'importance du jeu comme espace où peut se déployer une façon différente de rencontrer l'autre qui laisse toute la place à la sensibilité. Nous terminons en nommant les implications que pourrait avoir notre recherche

pour la psychologie clinique humaniste. C'est également dans ce dernier chapitre que le dialogue que nous annonçons dans le titre se fait le plus sentir. Celui-ci s'actualise à travers l'auteure de cette thèse qui est elle-même une thérapeute ayant un passé en théâtre. Cette invitation à poursuivre l'échange entre ces deux mondes est portée par le témoignage des comédiennes et la double expérience de l'auteure. Cet échange, d'abord incarné par la chercheuse, se fait aussi avec le lecteur qui, peu importe son métier, pourra réfléchir sur le développement de ses compétences sensibles. Enfin une conclusion générale présente les limites et avantages de la recherche dont la thèse fait l'objet.

## CHAPITRE I

### CONTEXTUALISATION DE LA THÈSE

#### 1.1 UNE INTUITION GUIDÉE PAR DEUX ANECDOTES

Nous demandons au lecteur la permission de débiter en racontant une anecdote personnelle qui s'est déroulée un après-midi de mai, il y a de cela environ dix-huit années. Nous étions alors étudiante en théâtre et nous répétions une scène du répertoire classique, soit *Andromaque* de Racine. L'extrait travaillé n'était rien de moins que l'extrait final où Oreste vient annoncer à Hermione qu'il a ordonné la mort de Pyrrhus par amour pour cette dernière. Celle-ci, qui est passionnément amoureuse de Pyrrhus, réagit bien sûr très mal à cette annonce. Notre partenaire de jeu devait arriver plus tard, nous en avons donc profité pour répéter le monologue qui ouvre la scène. Nous nous rappelons que le local n'était pas climatisé et qu'il faisait très chaud. Nous avons dû travailler pendant une bonne heure avant l'arrivée de notre partenaire. Malgré ces conditions, le résultat était plutôt bon, mais il manquait encore quelque chose. Nous enchaînions les vers composés par Racine avec une certaine vigueur et une intelligence adéquate qui laissait transparaître un rigoureux travail d'analyse du texte, mais notre interprétation n'était pas encore habitée par une âme. Peut-être était-ce dû à la fatigue et à la chaleur ? Puis, notre partenaire est arrivée, un peu agitée par son retard, mais pleine d'énergie. C'était la première fois que nous avions l'occasion de jouer cette scène ensemble. Nous avons alors repris la scène avec elle en débutant par le monologue, mais cette fois-ci, nous sentions déjà quelque chose de différent en nous. En fait, on aurait dit que la simple présence de cette autre actrice dans l'espace scénique nous redonnait une motivation qui avait commencé à nous abandonner considérant les conditions difficiles de la répétition : nous ne jouions plus seule, mais en présence d'une autre personne. Nous aurions pu croire que cette énergie qui l'animait était contagieuse, car nous avons senti que notre jeu venait de s'élever d'un cran. En fait, le monologue qui ouvrait la scène apparaissait maintenant comme porté par une intentionnalité envers

*Hermione*, ce qui élevait la compréhension que nous avions de cet extrait. Dès lors, elle commençait à véritablement prendre vie. Au moment de prononcer les dernières lignes d'une longue tirade qui ouvre la scène, notre partenaire était située derrière nous. Un silence a alors envahi le local de répétition. Celui-ci avait quelque chose d'inquiétant. Des questions comme « Que se passe-t-il ? Pourquoi ne répond-elle pas ? » se bouscuaient dans notre esprit. Puis, notre attention s'est portée sur la présence silencieuse de notre partenaire qui était pourtant invisible à notre vue. Nous avons soudainement réalisé que se produisaient quelques variations subtiles dans la respiration de celle-ci. Nous nous sommes mis à écouter cette respiration chargée avec sensibilité, ce silence qui laissait transparaître une rage montante. Sans même la voir, nous avons senti dans notre dos un frisson et, d'une façon plus ou moins consciente, notre propre respiration se transformait à la mesure que nous prenions contact avec celle de notre partenaire. C'était un silence vivant dont le sens profond commençait à nous pénétrer. C'est alors qu'est venue une réplique d'à peine quelques mots, mais dont le ton, lui-même habité d'une puissante émotion, a résonné jusque dans notre colonne vertébrale : « *qu'ont-ils fait ?* » Sur cette courte réplique, notre corps s'est crispé et nous nous souvenons d'avoir réagi en tremblant, sans même chercher à le « jouer ». Pour la première fois, à travers ce silence aussi plein que rythmé, sans même la voir, notre partenaire venait de nous communiquer un niveau de compréhension que des heures de répétitions, d'apprentissage de techniques et d'analyse de textes ne nous avaient pas permis d'atteindre. Notre personnage prenait alors forme au contact d'Hermione par un simple ajustement, celui de deux corps sensibles qui se sont mis à s'écouter jusque dans la subtilité de leur respiration. La qualité de la présence de notre partenaire était ce qui manquait pour que la scène puisse prendre vie et pour éclairer l'interprétation de notre personnage.

Des histoires comme celle-ci, il y en a plusieurs en théâtre. La simple écoute de la présence corporelle et affective d'un ou d'une partenaire de jeu vient littéralement transformer notre expérience d'un personnage, et vice-versa. L'ajustement se fait au travers de deux

corporéités sensibles qui s'écourent et s'ajustent l'une à l'autre. Mais quel lien entre cette introduction qui fait le récit d'une anecdote de notre vie passée d'artiste et la rédaction d'une thèse de doctorat en psychologie humaniste ?

Pour répondre à cette question, avançons dans le temps au moment où nous entreprenons l'apprentissage d'un nouveau métier, celui de psychologue clinicienne. Cette deuxième anecdote se déroule durant notre premier stage il y a six ans, alors que nous devons rencontrer notre tout premier client. Pour cette grande occasion, nous étions armée de notre artillerie universitaire de théories et de techniques. Nous nous sentions bien sûr nerveuse, d'autant plus que l'homme qui venait consulter a débuté la séance en se disant craintif. Ce doute nommé d'emblée par ce dernier, nous l'avons senti résonner dans notre propre corps avant même qu'il ne le verbalise. Sa respiration saccadée était la seule chose qui semblait bouger alors que sa musculature paraissait rigide. Le rythme rapide de sa parole qui contrastait avec une apparence d'apathie semblait vouloir contenir une grande nervosité. Nous avons bien sûr tout oublié de nos années d'apprentissage de techniques et de théories, mais malgré cela, quelque chose en nous s'est ajusté naturellement à cet être dont la détresse semblait manifeste au travers de son expression corporelle. C'est alors qu'est venu un réflexe qui n'avait pourtant fait partie d'aucune formation durant mon parcours d'apprentie thérapeute : nous avons intuitivement mis notre corps au service d'un apaisement de cette personne fébrile qui se trouvait devant nous en ralentissant le rythme de notre propre respiration et du débit de nos questions. En fait, c'est comme si plus sa tension semblait s'emparer de notre corps, plus émergeait chez nous le besoin de tenter de la détendre par notre propre souffle. Nous avons senti quelque chose dans notre regard qui semblait vouloir exprimer à cet individu que le message qu'il tentait de livrer était important pour nous. Dès lors, le client a semblé se détendre et a tranquillement mis de côté la vigilance qui l'habitait. Et ce client, qui n'avait auparavant jamais tenu plus d'une séance avec un psychologue, est resté jusqu'au bout du processus.

Nous nous sommes longtemps questionnée ce que nous avons bien pu faire ou dire pour réussir à établir une relation de confiance avec cet homme, là où des psychologues plus expérimentés auraient pu échouer. Lorsque nous repensons à cette première rencontre comme psychothérapeute, qui a eu lieu il y a déjà plus de cinq ans, nous restons persuadée que l'explication de ce succès ne se trouve pas tant dans les mots, les connaissances ou les techniques que nous aurions utilisés, mais plutôt dans un savoir-être sensible qui nous a permis d'ajuster notre présence à partir de la sienne. C'est comme si nous avions puisé, à notre insu, dans ces expériences d'ajustements issues du théâtre. Voilà donc une prise de conscience qui allait donner forme au présent projet de recherche doctoral. Ceci nous permet de réaliser que notre expérience liée au jeu théâtral nous avait possiblement donné des outils comme thérapeute, outils que le cursus académique en psychologie met peu de l'avant. Reste à savoir ce qui, dans cette formation en théâtre, a pu être transféré dans l'espace thérapeutique ? À la lumière de cette question, il apparaît intéressant de s'interroger sur la sensibilité relationnelle que les comédiens mettent à profit, une dimension qui est peu abordée dans la formation des psychologues et qui semble pourtant un élément essentiel de leur pratique clinique.

## 1.2 PERTINENCE DE LA RECHERCHE POUR LA PSYCHOLOGIE CLINIQUE

La mise en parallèle de ces expériences ne nous est toutefois pas venue immédiatement et nous croyons qu'il est ici intéressant de présenter brièvement le récit qui a mené vers cet intérêt plus spécifique pour bien justifier la pertinence de la présente recherche. Lors de notre arrivée en psychologie, nous avions la croyance que notre parcours en art dramatique allait s'avérer être un mariage naturel avec ce domaine. Après tout, les artistes de tous les temps se sont interrogés sur la nature humaine, questionnement qu'ils ont tenté de représenter par l'intermédiaire de l'expression créative. Alors, quoi de plus naturel, lorsque

l'on porte cette curiosité, que d'aller vers la psychologie ? Pour être honnête, nous cherchions également à faire sens de notre propre parcours, car nous qui vivions le deuil d'une carrière artistique qui s'achevait trop tôt, il nous semblait important de sentir que toute cette partie de notre vie n'était pas vécue comme une coupure avec cette réorientation actuelle, mais plutôt comme une continuité. Or, nos premiers cours en psychologie se sont plutôt faits sous le signe d'une épistémologie positiviste où l'art semblait occuper peu de place. Des cours en méthodologie expérimentale, en biologie ainsi qu'un accent sur les données probantes semblaient nous envoyer le message que ce lien, que nous percevions entre l'art et la psychologie comme domaine, n'existait pas. Ce découragement a perduré jusqu'à ce que nous soyons mise en contact avec deux domaines, dont le premier fut l'art thérapie, plus spécialement la dramathérapie, qui utilise l'art théâtral comme médium d'intervention. Le deuxième domaine fut la psychologie humaniste, qui valide l'existence des origines artistiques et philosophiques de la psychothérapie. Ce fut la première lueur de l'existence, aussi timide qu'elle puisse être, d'un dialogue entre le théâtre et la psychologie.

En effet, l'esprit du temps en psychologie semble plutôt se dissocier du domaine artistique, comme en témoigne une lettre d'une psychologue adressée à son ordre et qui a beaucoup circulé au Québec (Gueydan, 2015). Dans celle-ci, l'auteure rappelle que notre domaine d'intervention repose sur de nombreux postulats qui dépassent largement les sciences probantes. Ce cri du cœur nomme surtout l'importance de ne pas perdre de vue cette dimension plus expérientielle, moins « formatée » par la méthode scientifique, qui constitue la richesse particulière de la psychologie clinique et qui lui permet de se distinguer du monde médical :

La compétence qu'elle requiert s'alimente à des savoirs variés, comme la lecture de romans, d'essais, de journaux, à du temps de recueillement, aux œuvres d'art, sans compter l'inlassable dévotion à son propre cheminement intérieur. Tout ce qu'on acquiert dans ces expériences contribue à ouvrir et à multiplier les canaux de

communication, bref à enrichir le processus de symbolisation partagée qu'est la psychothérapie (p.3).

La place centrale qu'occupe l'art en psychologie est également défendue par Jager (2010). En effet, selon ce dernier, le projet moderne visant à réduire notre monde à un univers matériel uniformisé tend à le rendre inhabitable et inhospitalier. Selon cette perspective, la création artistique est ce qui permet d'accéder à un cosmos plus humain où deux subjectivités peuvent cohabiter et mutuellement s'enrichir par leur différence : « une création artistique, un roman, un essai ou une pièce de théâtre forment une voie illuminée qui relie des domaines habités à des mondes qui existent ailleurs » (Jager, 2010, p.28, traduction libre<sup>1</sup>). Grâce à ses métaphores qui lui sont propres, l'auteur nous rappelle donc que de tenter de réduire au monde de la science expérimentale la rencontre humaine, incluant celle qui existe en psychothérapie, revient essentiellement à expurger de celle-ci son essence humaine. Ces auteurs rappellent pourquoi il paraît tout à fait pertinent d'entretenir ce dialogue entre le monde des arts et celui de la psychologie. La présente recherche propose donc comme premier objectif de poursuivre cet échange entre la psychologie clinique et le monde des arts, plus particulièrement celui du théâtre, puisqu'il s'agit de la forme avec laquelle, comme auteure de cette thèse, nous sommes la plus familière.

---

<sup>1</sup> A work of art, a novel, essay or play forms an illuminating pathway that link an inhabited domain to worlds beyond.

### 1.3 LES TRACES D'UN DIALOGUE ENTRE LE THÉÂTRE ET LA PSYCHOLOGIE CLINIQUE

« Le jeu a une fonction de guérison » (Pelletier, dans Féral, 2001, p.241).

Sachant que l'objectif initial qui a guidé de cette thèse était d'entretenir le dialogue entre le théâtre et la psychologie clinique, il convient maintenant de parvenir à cibler une question précise qui orientera l'exercice. Une recherche sur les écrits concernant le lien qui pourrait unir les deux domaines a surtout révélé des textes sur l'utilisation du jeu théâtral comme médium psychothérapeutique au travers la discipline qui est nommée la dramathérapie. Celle-ci est définie comme l'utilisation des processus dramatiques du théâtre dans le but de faciliter le changement et la croissance psychologique (Emunah, 1994). On retrouve donc ici l'idée de base voulant que les processus issus de l'art théâtral puissent être compris en fonction de leur potentiel thérapeutique. Ce lien semble très ancien puisque l'on retrouve dans les rituels chamanistiques des premières civilisations l'ébauche d'une mise en scène ayant pour objectif de guérir (Turner, 1982). Ceci va de pair avec le fait que le théâtre demeure « profondément lié aux rituels qui lui ont donné naissance » (Corvin, 1991, p.715). Le Chamane pouvait se parer d'un masque, danser, entrer en transe, tout cela pour servir de médiateur avec le monde spirituel afin de négocier la guérison de l'être possédé par de mauvais esprits. Par conséquent, on peut affirmer qu'il existe une longue tradition liant l'histoire des processus de guérison à ceux du théâtre (Jones, 2007).

L'histoire plus récente de la dramathérapie telle que relatée par Jones (2007) permet de préciser encore plus le lien qui unit théâtre et thérapie. En fait, le récit tracé par ce dernier démontre que l'utilisation de l'art théâtral pour les soins est passé de simples « occupation pour les malades » à la pleine reconnaissance du théâtre comme étant un processus thérapeutique en soi. En effet, dans les années 30, l'hôpital Julio de Mateos de Lisbonne au Portugal aurait introduit l'idée d'utiliser l'art dramatique comme forme de récréation.

L'objectif était de faire de l'asile un milieu de vie plus humain. Dès lors, on comprend que l'histoire contemporaine de l'utilisation du théâtre comme soin est marquée par l'idée de rendre l'établissement plus hospitalier. Il s'agit d'une sorte de reconnaissance que soigner la maladie mentale ne peut se concevoir dans la seule perspective scientifique. En effet, elle doit aussi s'inscrire dans l'accueil humain que permettent les arts. Toutefois, toujours selon Jones, dans les décennies qui ont suivi, trois théoriciens auraient tour à tour contribué à comprendre qu'examiner le jeu de l'acteur était susceptible de nous dévoiler le potentiel thérapeutique de cet art, en commençant par Eivrenov (selon Jones, 2007). Ce dernier aurait remarqué que les acteurs qui entrent sur scène le font souvent dans un état énergisé qui semble alléger la présence de troubles mentaux. Il aurait alors compris que l'engagement dans une action dramatique change la façon de s'engager dans la vie. Pour sa part, Illine (selon Jones, 2007) aurait remarqué que les techniques de réchauffement des acteurs, qui impliquent de l'improvisation, permettaient d'augmenter la créativité, l'expressivité et la sensibilité de ces derniers. Nous voyons ici apparaître l'idée que certains éléments de la formation de l'acteur, notamment au niveau d'un réchauffement psychocorporel, peuvent être utilisés dans le jeu, qu'il soit artistique ou thérapeutique. Enfin, toujours selon Jones (2007), le dernier des trois pionniers de cette discipline est Moreno qui aurait transféré le cadre du jeu dramatique à la thérapie. En effet, ce dernier aurait été celui qui aurait structuré la dramathérapie en s'inspirant des étapes de préparation que suivent les acteurs avant de se lancer sur scène. Dès lors, grâce à Moreno, nous retenons que l'art théâtral contient dans son cadre une série de processus et de rituels qui seraient susceptibles de favoriser le soin thérapeutique. Enfin, la dramathérapie aurait pour particularité de s'appuyer sur l'universalité du jeu ainsi que sur le registre plus corporel et sensible (Jones, 2007).

La première remarque qui émerge de cette histoire de la dramathérapie est que le théâtre, plus particulièrement les processus liés au jeu, contient un potentiel thérapeutique. Nous retenons aussi que d'observer les artistes de l'art dramatique peut nous donner plusieurs

informations sur des processus utiles en psychothérapie. Enfin, soulignons que les thérapies par le théâtre requièrent d'impliquer un registre plus incarné du jeu. En fait, le théâtre fait pleinement appel au corps.

La dramathérapie reste intéressante pour évoquer les liens qui existent entre la psychothérapie et le théâtre. Toutefois, nous pouvons nous demander si, de façon plus spécifique, le vécu expérientiel des comédiens aurait autre chose à apporter à la psychologie clinique que la thérapie par les arts, notamment pour le développement des psychothérapeutes. La question fait sens lorsque l'on réalise les points communs qui existent dans la formation théâtrale et dans la psychologie. Ces liens sont d'ailleurs bien mis en évidence par Blair (2008) qui démontre comment les théories issues de la psychologie comme discipline ont permis d'éclairer l'art de l'interprétation théâtrale. Par exemple, elle cite les développements réalisés en neurosciences qui permettent de mieux comprendre le rôle de la mémoire corporelle dans les émotions que tente de recréer l'acteur. Elle fait notamment une relecture de la mémoire affective explicitée au début du siècle par les grands maîtres du théâtre à partir des théories de Damasio (1999) pour qui le corps, l'esprit et l'émotion sont indissociables. Dès lors, elle confirme tout un courant de formation de l'acteur qui mise sur un travail qui réfute toute dualité entre la corporéité et l'expérience subjective consciente dans le jeu. Selon elle, en s'informant des théories modernes en neuroscience développementale, il devient possible de rendre la formation des acteurs encore plus efficace, notamment en orientant les exercices en fonction de ces connaissances.

Ainsi, peut-on se demander s'il est possible de faire le chemin inverse, ou du moins de poursuivre l'échange entre les deux arts de façon itérative, et de voir comment l'expérience de l'acteur peut nous informer sur la formation des psychothérapeutes ? En outre, si la dramathérapie peut être comprise comme un ensemble de processus dramatiques ayant

pour visée le soin psychothérapeutique, nous pouvons réfléchir à savoir si certains de ces mêmes processus propres au jeu théâtral peuvent être intégrés à l'art de la psychothérapie. En effet, alors que l'histoire du théâtre et celle de la psychothérapie révèlent des origines communes, celles des rituels chamanistiques anciens, il ferait sens de penser que la formation des comédiens pourrait avoir des lieux communs avec celle des futurs psychothérapeutes. Après tout, si comme le soulignent Jager et Bourgault (2004) le bureau du psychothérapeute peut être vu comme le lieu de la mise en scène d'une rencontre psychothérapeutique entre un analyste et son patient et que le théâtre est le lieu de la mise en scène entre les acteurs et un public, peut-on croire qu'entre les deux arts il puisse y avoir des processus en commun ?

La réponse à cette question commence à apparaître lorsque nous prenons conscience de certains processus communs qui se retrouvent dans les deux anecdotes racontées en introduction de ce texte. Ce que l'on observe de cette mise en parallèle, c'est l'idée qu'une forme d'ajustement sensible à l'expérience de l'autre apprise en théâtre aurait servi à l'auteure de cette thèse lors de ses premières expériences comme psychothérapeute. Par conséquent, se pourrait-il que l'expérience des personnes formées au jeu théâtral puisse apporter quelque chose aux formations des psychothérapeutes en ce qui a trait à l'apprentissage des processus d'ajustements relationnels à l'autre, surtout au niveau de la dimension affective ? Plus particulièrement, à la lumière des intuitions vécues qui ouvrent cette thèse, l'expérience des comédiens pourrait peut-être permettre de répondre à cette question évoquée par Bin (2007) : « dans la formation des thérapeutes il faut savoir comment l'*Einführung*<sup>2</sup> thérapeutique, ce rapport thérapeutique non verbalisable au fond de la vie du candidat, peut être transmis » (p.188).

---

<sup>2</sup> Ce thème philosophique d'origine germanique et souvent employé dans la perspective existentielle est difficile à traduire. Le plus proche serait « l'empathie », mais cette traduction intégrale ne saurait rendre justice à la complexité du thème. En fait, il s'agit d'une façon d'exister en fonction de notre lien sensible à autrui.

En effet, la mise en parallèle de nos deux expériences, celle d'apprentie comédienne et celle d'apprentie thérapeute, laisse transparaître de possibles liens, notamment au niveau d'une nécessité de développer une capacité d'ajustement intersubjectif à tout le contenu non verbal que transmet l'autre. Nous explorerons cette filiation entre les deux arts en comparant deux anecdotes relatées en introduction afin de mettre en relief des directions théoriques possibles qui pourront orienter la présente recherche.

#### 1.4 LES FONDEMENTS THÉORIQUES MENANT À LA QUESTION DE RECHERCHE

L'analyse des deux anecdotes servant d'introduction permet de voir apparaître une idée générale qui semble tourner autour d'une forme d'ajustement affectif à l'autre qui semble se réaliser au-delà des mots échangés. Plus précisément, nous avons identifié deux idées qui paraissent centrales et communes à ces deux récits, desquelles pourront émerger des sous-thèmes périphériques. La première est celle du jeu, c'est-à-dire une rencontre permettant un échange entre les personnes, qui nécessite un ajustement mutuel à l'intérieur d'un contexte particulier, et qui permet de créer un sens plus grand que la somme de ce qui est engagé. C'est cette touche de mystère que ressent la jeune comédienne de l'introduction au moment où elle sent que la scène atteint soudainement un autre niveau. C'est ce sentiment que l'expérience du client semble s'être transformée au contact de la thérapeute en formation. L'autre élément qui ressort est que cet ajustement entre les deux sujets qui se rencontrent dans le jeu semble se réaliser au-delà du contenu verbal, par la simple présence physique de l'autre. C'est ce que nous retrouvons derrière la mention du frisson qui parcourait l'échine de la jeune actrice qui joue lorsqu'elle sent la rage de sa partenaire monter même si cette dernière ne fait qu'écouter en silence, simplement par l'écoute de la respiration. C'est également en ressentant la tension physique qui se manifestait jusque dans la prosodie de son client que la jeune thérapeute a compris qu'elle devait prendre une posture plus apaisante. Nous retenons donc, comme deuxième idée, que l'ajustement

explicité dans les deux expériences de l'introduction s'est traduit par l'écoute mutuelle de l'expression corporelle de l'autre, au-delà des mots. Ce monde où se déroule cette communication implicite semble donc être celui où la sensibilité est prépondérante.

#### 1.4.1 Le jeu comme façon commune de comprendre la rencontre au théâtre comme en psychothérapie

La première dimension qui ressort des deux récits de l'introduction (celui de la jeune comédienne qui répète une scène d'Andromaque et celui de la nouvelle thérapeute qui s'ajuste naturellement au patient anxieux), fait donc référence à l'idée d'un échange qui porte un sens plus grand que la somme des partenaires en présence et qui pourrait se retrouver sous le qualificatif de « jeu ». Ce thème peut convenir autant au théâtre qu'en thérapie. Par exemple, nous retrouvons cette idée du jeu chez le psychanalyste Winnicott (1975) qui présente la thérapie comme la rencontre de deux aires de jeu. Par ailleurs, toujours selon cet auteur, le travail du thérapeute est de favoriser chez le patient la « capacité à jouer » (p.115), car il s'agirait d'un mode d'expérience universel. De plus, l'universalité du jeu est nommé par Jones (2007) comme l'un des fondements de l'union entre le théâtre et la thérapie dans la pratique de la dramathérapie. Nous retiendrons donc pour l'instant que certains théoriciens comprennent la psychothérapie comme un jeu.

Au théâtre, la notion de jeu a grandement évolué depuis les débuts de cet art. De façon générale, « c'est l'exercice même du théâtre qui peut être tenu pour un jeu » (Corvin, 1991). En art dramatique, la définition moderne du jeu renvoie à cette idée d'utiliser un espace, un temps et un ensemble de conventions pour que se développe une créativité qui n'est pas une simple représentation par imitation du monde réel. On retrouve donc dans cette définition l'idée d'une aire de rencontre permettant de créer un sens « autre », émergeant de celle-ci.

Toutefois, celui qui permet le mieux, à notre avis, de relier la notion de jeu au théâtre comme à la relation de soin, c'est Gadamer (1996, 1998). En effet, il est intéressant de voir comment il décrit sa vision de l'interprétation herméneutique, cette théorie de la création de sens qui émerge de la rencontre entre deux sujets, comme un jeu, et ce, autant dans la rencontre avec une œuvre dramatique dans *Vérité et Méthodes* (Gadamer, 1996) que dans la rencontre de soin dans *Philosophie de la Santé* (Gadamer, 1998). Plus précisément, il voit le processus d'élaboration du sens, c'est-à-dire l'élargissement de notre perspective, comme étant le résultat d'une rencontre dans laquelle les participants décident volontairement de s'investir comme s'il s'agissait d'un jeu. En outre, il précise que le jeu prend forme lorsque les sujets qui y participent commencent à s'ajuster l'un à l'autre, à harmoniser leurs subjectivités respectives ensemble.

L'auteur trace aussi plusieurs caractéristiques qui constituent le cadre de cette posture particulière qu'est l'interprétation. Ces dimensions constitutives du jeu qui prévalent autant pour le théâtre que pour la relation de soin impliquent l'idée d'une rencontre qui nécessite une présence, une spatialité et une temporalité particulières. Cette description de l'interprétation comme un jeu nous suggère donc qu'elle demande des personnes qui y entrent d'adopter consciemment une posture particulière qui se démarque de celle que l'on maintient au quotidien. Cette façon de comprendre le jeu rejoint également une partie de la définition que l'on retrouve dans le dictionnaire encyclopédique du théâtre de Corvin (1991), voulant que le jeu soit une activité volontaire qui implique aussi un lieu et un temps, mais qui requiert également « une conscience d'être autrement que dans la vie courante » (p.455).

Nous retenons surtout de cette introduction théorique l'idée qu'une rencontre demande de s'ajuster à l'autre par le dialogue et a pour objectif la création de quelque chose d'autre, d'un sens plus grand que l'apport individuel au jeu, qui résulte lui-même de la posture

particulière qu'adoptent les participants l'un face à l'autre. Cet ajustement, qui permet une création de sens plus grande que la somme des joueurs, nous le sentons dans l'anecdote qui a introduit cette thèse. En effet, la jeune actrice a senti l'importance de l'enjeu de la scène lorsque sa partenaire l'a communiqué par la façon dont elle l'a actualisé dans sa présence. Nous avons réagi à l'incarnation sensible de celle avec qui nous étions dans un lien de jeu et celle-ci a, par la suite, réagit à son tour. L'interaction s'est poursuivie de sorte à créer un nouvel horizon de sens pour le spectateur qui est, à son tour, transformé par le jeu.

#### 1.4.2 L'ajustement à l'autre dans le jeu au théâtre et en psychothérapie est un acte sensible

La dernière idée qui émerge de la mise en parallèle de l'anecdote théâtrale et de l'anecdote clinique présentées en introduction est de l'ordre de quelque chose d'intangible, qui touche la partenaire de scène ou le patient. Rappelons certains éléments de ces anecdotes. Dans le premier récit, l'actrice qui joue Oreste, durant son monologue final, s'appuie sur la présence silencieuse de l'actrice qui joue Hermione. La respiration, le regard, la distance physique ou encore la qualité des mouvements subtils d'Hermione transforment la présence physique et l'émotion d'Oreste. Dans le deuxième récit, c'est à la respiration nerveuse, la prosodie rapide et la posture tendue du corps qui font réagir la thérapeute, au-delà du contenu du discours du patient. Dans les deux cas, il y a un récit implicite difficilement verbalisable, mais non moins réel, dont le médium semble être la sensibilité des participants.

En outre, il semble aussi être question de ce « rapport thérapeutique non verbalisable » que Bin (2007) souhaite transmettre aux candidats thérapeutes. L'importance de cette dimension est bien mise en évidence par le neuropsychologue Schore (2012), pour qui l'ajustement relationnel est d'abord et avant tout une question de régulation intersubjective dans la communication affective de « cerveau droit à cerveau droit ». Ce chercheur

démontre que le récit invisible qui se construit dans le monde implicite du sensible existe bel et bien grâce aux outils modernes qui permettent de voir que le cerveau affectif est en action, et ce, même si le contenu verbal échangé est peu présent. En fait, selon Orange (2011b), cette dimension implicite des ajustements relationnels va de pair, et est indissociable, de la dimension explicite, c'est-à-dire du contenu verbalisé. En effet, cette auteure rejette tout dualisme qui séparerait la partie affective de la rencontre des mots qui sont utilisés pour élaborer le récit. Elle ajoute que : « notre mélange complexe de réponses émotionnelles, comprises par plusieurs comme séparables dans une forme implicite et déclarative, ne semble pas pour moi avoir besoin d'une telle vision » (p.202, traduction libre<sup>3</sup>). Nous retrouvons ici une autre dimension importante mise de l'avant par le maître du théâtre Stanislavki (1984), celle du « sous-texte », comprise comme l'ensemble des contenus implicites que l'acteur doit communiquer qui demeurent intangible. L'importance de la dimension qu'apportent les non-dits, et l'investissement affectif que l'acteur doit faire du texte seraient d'ailleurs, selon Stanislavki, ce qui différencie le théâtre d'un roman.

De plus, la sensibilité reste présente même dans le langage parlé, car, comme nous le rappelle Roussillon (2012) : « même la parole et le langage verbal ne se conçoivent bien qu'en fonction de la voix qui le porte, et la voix est corporelle, fondamentalement corporelle » (p.33). Nous retenons donc qu'il semble y avoir des éléments de l'échange qui se passent du contenu verbal, mais qui se transmettent bel et bien d'un sujet à l'autre, même lorsque des mots sont échangés.

Cette idée d'une communication invisible qui s'actualise dans la rencontre, on la retrouve bien explicitée au théâtre par la description métaphysique qu'en fait l'acteur et théoricien Artaud (1964). Ce dernier utilise une puissante métaphore, alors qu'il décrit cette

---

<sup>3</sup> Our own complex mix of emotional responses, understood by many as separable as implicit and declarative, does not seem to me to need such division.

communication affective comme une « peste qui se propage » chez les spectateurs. Il y a donc dans cette vision l'idée d'une contagion, comme si l'expression émotionnelle s'emparait de l'autre, telle une affection atteignant le public. Artaud utilise également la notion de « délire commun » afin de démontrer l'importance pour le comédien d'habiter son corps de sorte que sa simple présence puisse ébranler l'autre jusque dans les tréfonds de son être. Plus spécifiquement, l'invisible est porté par un jeu qui fait pleinement appel au corps, ce qui introduit l'idée de la sensibilité dans l'ajustement relationnel. Pour lui, les dimensions implicites du jeu, ancrées dans l'expression du corps, sont plus importantes que le texte. Il cherche en fait à développer un théâtre « métaphysique » qui a pour objectif de « provoquer les sens » avant d'interpeller l'esprit. Le langage développé pour la scène doit « nécessairement entraîner la pensée à prendre des attitudes profondes qui sont ce que l'on pourrait appeler de la métaphysique en activité » (p.66). Ce qu'il explique par la suite, c'est que cette « métaphysique » est un niveau de compréhension implicite qui va bien au-delà d'une compréhension rationnelle de la scène, quelque chose qui est avant tout ressenti tout en étant difficilement explicitable.

Dufour-Kowalska (1996) associe pour sa part l'idée de l'invisible de l'expression artistique au phénomène de la sensibilité. En fait, selon elle, la dimension invisible de l'ajustement relationnel dans la rencontre s'actualiserait au travers l'expérience sensible. Elle décrit la sensibilité comme un niveau de connaissance en soi qui dépasse les représentations mentales que l'on pourrait tenter d'en faire. Elle parle d'une façon de comprendre le monde qui se décrit difficilement et qui reste difficile à saisir rationnellement. Tenter de penser la sensibilité pour cette dernière, c'est déjà perdre son essence. Elle propose même, pour bien comprendre la notion du sensible, de réaliser une *epoché* de l'objectivité, c'est-à-dire de mettre entre parenthèses la dimension rationnelle et cognitive de l'explicitation du phénomène. La sensibilité en création artistique serait pour elle « une ontologie de l'art fondée sur l'affectivité » (p.185). Nous comprenons donc que derrière l'idée du sensible, il y a quelque chose d'affectif qui est porté d'un sujet vers l'autre dans le jeu même de la

relation. Cette auteure parle donc d'un niveau de connaissance, invisible et difficilement descriptible par les mots, mais qui trouve sens dans l'expressivité artistique. Elle avance que « la possibilité pour l'art de manifester l'invisible repose sur son essence, sur la vie invisible de la subjectivité et son affectivité constitutive » (p.192). Par conséquent, pour arriver à cette communication de l'invisible en thérapie, cet échange de « cerveau droit à cerveau droit », ne devrait-on pas justement s'inspirer davantage de la pratique artistique ? Une chose est certaine, nous conservons de cette auteure, en lien avec notre question de recherche, cette association qu'elle fait entre la dimension invisible du jeu relationnel et la sensibilité. Nous retenons également que la sensibilité reste un phénomène difficile à cerner, ce qui peut confirmer l'importance de la comprendre par la description expérientielle qu'en font les artistes qui la vivent. La métaphore de la peste qu'utilise Artaud pour expliciter sa façon de comprendre cette communication invisible est un bon exemple de description qui nous aide à mieux comprendre ce phénomène qui se traduit difficilement en concept.

### 1.5 LA QUESTION DE RECHERCHE QUI ÉMERGE

Deux dimensions de l'intuition, révélées par les anecdotes de l'introduction, celle impliquant une jeune comédienne et celle décrivant une thérapeute débutante, ont été mises en relief tout au long de cette introduction théorique. En premier lieu, il y a l'idée du jeu comme façon de comprendre la création de sens qui émerge d'une rencontre entre des sujets, ce jeu s'actualisant par l'ajustement mutuel des participants dans un contexte donné. En deuxième, nous retenons que cet ajustement relationnel qu'implique le jeu fait appel à une dimension invisible et implicite qui existe dans le monde du sensible.

À la lumière de cette analyse, nous proposons donc cette question comme guide principal de la recherche :

- *Mieux comprendre l'expérience de la sensibilité telle que vécue par les comédiens dans le monde du jeu, et cela afin d'informer les psychothérapeutes.*

Nous croyons en effet que la psychologie aurait beaucoup à gagner d'aller chercher la parole de ces artistes. Cette question de recherche servira de guide principal, mais comme il s'agit de dimensions qui occupent peu de place en psychologie présentement, nous visons aussi les objectifs secondaires suivant :

- *Poursuivre ce dialogue entre le monde du théâtre et le monde la psychologie humaniste afin de permettre un éclairage mutuel de ces deux arts.*
- *Identifier des sous-thèmes qui permettrons de définir le jeu et la sensibilité du point de vue du théâtre et de la psychologie humaniste.*

La revue de la documentation sur laquelle s'appuie cette thèse permet d'identifier certains sous-thèmes qui sont devenus partie intégrante de la grille d'entrevue utilisée durant les entretiens. Nous proposons donc, dans les prochains chapitres, de mieux définir la complexité des concepts que sont le jeu et la sensibilité.

## PARTIE I – CADRE CONCEPTUEL

### INTRODUCTION À LA REVUE DE LA LITTÉRATURE

Les prochains chapitres proposent de faire un tour d'horizon des différents écrits qui concernent les deux axes de la question de recherche, soit le jeu et la sensibilité. Ces deux thèmes peuvent mener à des associations plutôt vastes, c'est pourquoi nous proposons de mettre l'accent sur la littérature humaniste et intersubjective. Nous empruntons, lorsque pertinents, à d'autres modèles, comme celui de la psychanalyse, mais nous nous limitons dans ces cas à l'essentiel du phénomène sans entrer dans tout l'univers théorique de ces approches. Nous regardons aussi du côté des principaux maîtres du théâtre qui ont grandement influencé cet art, surtout au 20<sup>ème</sup> siècle.

Dans la première partie de cette revue, nous décrivons les composantes associées à la notion de jeu. Nous y constatons que celui-ci est associé à plusieurs phénomènes, notamment ceux de la rencontre et de l'intersubjectivité. En fait, pour qu'il y ait jeu, deux sujets doivent se retrouver en présence l'un de l'autre. Enfin, nous terminons en explicitant la temporalité et la spatialité qui enveloppent les êtres sensibles impliqués dans la rencontre. La deuxième partie est consacrée au thème de la sensibilité lui-même. Nous décrivons celle-ci selon la perspective du corps vécu, mais aussi celle du corps actif qui se meut dans le monde des choses. Nous terminons en présentant les aspects développementaux de la sensibilité.

## CHAPITRE II

### LE JEU COMME PROCESSUS

#### 2.1 INTRODUCTION AU CHAPITRE

« Un acteur existe d'abord par l'essai d'un jeu qui cherche à se définir et dont les règles sont à inventer et à éprouver. Il est d'abord dans un état de recherche » (Marleau dans Féral, 2001, p.226).

Nous avons vu dans l'introduction théorique que, selon le dictionnaire encyclopédique du théâtre (Corvin, 1991), le théâtre est associé à la notion de jeu. D'ailleurs, la revue québécoise qui relate l'actualité théâtrale se nomme « Jeu », ce qui montre bien combien cet art est indissociable de cette idée et combien c'est à l'intérieur de celui-ci que l'acteur déploie sa sensibilité. La prochaine section vise à développer davantage cette idée de processus relationnels compris comme une forme de jeu.

#### 2.2 DÉFINITIONS GÉNÉRALES DU JEU

Le dictionnaire en ligne Larousse (2018) nous offre plusieurs définitions du mot jeu ce qui témoigne de la polysémie de ce thème. Ce mot s'applique autant pour définir l'idée d'une compétition qui se réalise à l'intérieur de règles établies que pour celle de s'investir dans une activité non imposée dans le but de se divertir. La définition est également employée pour définir des mouvements, comme en témoigne l'exemple donné dans la référence du « jeu de pistons », ou même à quelque chose de transactionnel, comme un « jeu de

négociation ». L'une des définitions données par le dictionnaire fait aussi référence aux limites d'un espace dans lequel on joue et qui est l'objet d'une convention, en évoquant par exemple l'idée d'une « balle sortie du jeu », ce qui montre que le jeu peut-être un lieu physique, mais aussi psychique. Nous en comprenons donc que de tenter de réduire ce mot à un seul phénomène reste difficile. Nous retenons toutefois dans ces définitions qu'il peut être solitaire ou relationnel, mais aussi qu'il peut être associé aux délimitations d'un espace ou encore à un mouvement.

Caillois (1967) nous offre l'une des premières études sociologiques du jeu qui resterait, à ce jour, parmi les plus complètes. Il ratisse large, du jeu ludique au jeu de hasard, afin de laisser émerger quelques éléments essentiels de ce phénomène, en commençant par les qualités formelles du jeu. En fait, pour ce sociologue, le jeu comporte généralement un cadre, souvent sous forme de règles ou de conventions que les participants doivent respecter. Parallèlement, celui-ci doit être « libre », c'est-à-dire que les joueurs ne doivent pas être forcés de l'intégrer et doivent volontairement consentir à ce cadre. Il doit également être séparé, donc circonscrit dans un espace et un temps précis. Il doit y avoir aussi une certaine incertitude dans l'issue de celui-ci. Finalement, le jeu doit être fictif, dans le sens que les joueurs doivent demeurer conscients du fait qu'il s'actualise dans une réalité autre que celle de la vie courante.

En outre, cet auteur rappelle le caractère universel et intemporel du jeu : pour lui, il y a toujours eu en tout temps et partout des gens qui jouent. Toutefois, il ajoute que le jeu reste intimement lié à une culture. Par conséquent, nous comprenons qu'il reste indissociable d'un contexte et que nous entrons dans cette activité avec un bagage qui est déjà là, préexistant à l'acte de jouer. Caillois décrit ensuite quatre attitudes psychologiques associées au jeu au travers l'histoire et les cultures : l'*Agôn*, qui est lié à la compétition, l'*Alea* qui est liée à la chance, le *mimicry* qui représente les jeux de simulacre, et l'*Ilinx* qui

est le vertige. Celle qui nous intéresse pour le théâtre est la *mimicry*, c'est-à-dire les jeux de l'imitation auxquelles le théâtre est associé.

Cette attitude, il en retrace les origines dans le Sacré, rappelant les rites archaïques de fabrication de masques. L'objectif de ces jeux primitifs était de faire peur aux dieux qui eux-mêmes terrorisaient les individus. Il y a donc quelque chose dans cette évocation des origines qui semble être de l'ordre d'une capacité à exorciser une anxiété de l'inconnu, comme si le jeu avait pour but de faire sens de ce qui fait peur. Selon le sociologue, on retrouverait aussi cette tradition dans les jeux sociaux, notamment par le costume des policiers, ou encore dans le masque du loup qui soutient le jeu de la séduction. Une autre caractéristique du jeu du comédien auquel s'attarde un peu l'auteur, c'est le fait que ce simulacre a une fin, qu'il s'arrête à un moment, lorsque le rideau tombe :

Le rôle de l'acteur est fortement délimité par l'étendue de la scène et par la durée du spectacle. L'espace magique une fois quitté, la fantasmagorie terminée, l'histriion le plus vaniteux, l'interprète le plus fervent sont brutalement contraints par les conditions mêmes du théâtre de passer par le vestiaire et d'y reprendre leur personnalité. Les applaudissements marquent la fin de l'illusion et du jeu. De même, le bal masqué se termine à l'aube et n'a qu'un temps (...). La précision des limites empêche l'aliénation (p.112).

Selon lui, la séparation est absolue et protège l'acteur d'une aliénation où la réalité et le simulacre se confondraient. Il doit empêcher la contamination du réel par le jeu, et donc conserver celui-ci dans un espace-temps délimité. Sans cela, il y aurait un danger de corruption trop grand.

Selon Viens (2012), l'acteur qui joue est également susceptible de se détruire par le jeu s'il s'engage dans celui-ci sous le mode de l'obsession et de la compulsion. En fait, cet auteur propose un parallèle entre le jeu de hasard devenu pathologique et l'artiste qui entretient

une relation malsaine au jeu dramatique. Selon lui, l'acteur détruit par le jeu serait quelqu'un dont la présence serait contaminée par une obsession pour la sensation que procure le jeu. Viens, qui est à la fois comédien et psychologue, nous informe donc de l'importance de développer une qualité de présence dans le jeu qui préserve de cette aliénation et de cette contamination. Cette qualité serait définie par une capacité de maintenir une certaine distance avec le jeu. En fait, le joueur pathologique, celui qui n'est pas présent, aurait tendance « à s'engluer dans une stase à la recherche continue du sentiment d'être avec l'autre » (Viens, 2012, p.83), comme si celui qui fusionne trop avec la jouissance que procure le contact avec autrui en venait à oublier le fondement conventionnel de celui-ci. Le chercheur nous prévient donc d'un danger lié au jeu, celui de se perdre dans une « jouissance hallucinatoire » provoquée par la recherche d'un lien absolu avec l'autre. De plus, toujours selon Viens, l'acteur qui joue dans le mode obsessionnel plutôt qu'en étant présent n'aurait pas conscience de la temporalité du jeu : « ainsi, au lieu de faire jaillir le temps (l'instant) et donc, de faire entrer la présence, le jeu excessif abolit le temps qui la délimite » (p.91). L'acteur pathologique tenterait de « se fondre à l'objet dans une répétition de l'identique » (p.91) au point de ne pas être en réel contact avec ce qui se produit dans l'immédiateté du jeu. La qualité de présence à laquelle fait référence cet auteur et qui prévient la contamination du jeu semble donc nécessiter une certaine distance face au jeu qui permet la réflexivité. Ce chercheur semble donc souligner l'idée générale d'un danger qui guette les joueurs lorsque ceux-ci oublient la convention du jeu, lorsqu'ils fusionnent de façon obsessionnelle au point d'en oublier les limites temporelles de celui-ci, cela afin de répondre à quelque chose qui serait davantage de l'ordre de la libération personnelle.

En somme, de cette sociologie anthropologique du jeu, nous retenons plusieurs thèmes. Tout d'abord, que le jeu est universel, mais en même temps imprégné par une culture et un contexte. Nous retenons aussi les qualités formelles qui visent à créer un cadre au jeu afin d'en délimiter les frontières. Celles-ci deviennent d'autant plus importantes lorsque le jeu se

vit dans une optique de *mimicry* propre au théâtre, et ceci afin que le simulacre ne contamine pas la réalité. Par contre, le joueur amène toujours une partie de son monde quotidien dans le jeu. Enfin, nous comprenons que pour éviter les dérives du jeu compulsif, l'acteur doit s'investir dans celui-ci avec une qualité particulière de présence.

### 2.3 L'HERMÉNEUTIQUE COMPRISE COMME UN JEU

La définition du jeu qui nous intéresse le plus considérant la perspective humaniste de la présente recherche est celle que formule Gadamer (1996) lorsqu'il parle d'interprétation sur le mode herméneutique. Selon lui, l'herméneutique serait un jeu qui prend forme lorsque deux êtres se rencontrent. Ces derniers peuvent être constitués d'individus ou même d'une personne qui rencontre une œuvre d'art. Pour ce philosophe qui a inspiré la psychologie humaniste, face à autrui, ou à la création artistique, par exemple une pièce de théâtre vivante, nous sommes transformés par l'expérience d'une rencontre avec l'altérité. De plus, cette rencontre nous interpelle d'une façon unique et particulière et l'œuvre, ou le sujet autre avec lequel nous sommes en contact, permet à notre perspective de s'amplifier (Grondin, 2011). De la même manière, l'herméneutique gadamérienne est caractérisée par la capacité de se laisser saisir par un événement, mais aussi de se laisser être transformé par celui-ci, permettant de comprendre de façon plus authentique un phénomène. L'acte de se comprendre est conçu alors comme un jeu participatif entre l'individu et l'œuvre. Par la suite, cette nouvelle compréhension, qui devient une expérience de « vérité », change notre être. Bien sûr, nous approchons la chose avec des préjugés lorsque nous approchons l'autre, quelque chose qui nous appartient déjà et qui est nécessaire, car il faut savoir d'où l'on part, mais cette chose en nous qui préexiste au contact avec autrui va se modifier en présence de l'œuvre ou de la personne. En fait, ces préjugés sont le sol commun qui sert de condition préalable à la rencontre.

En outre, Gadamer décrit cette expérience comme un jeu, car l'être qui s'abandonne à cette rencontre s'oublie comme l'enfant qui se laisse aller à jouer. De surcroît, ce jeu est continu, car il ne s'arrête pas à un seul échange, ce qui permet de comprendre le jeu comme un cercle sans début ni fin, toujours en perpétuelle transformation. Dès lors, le soi qui s'ouvre à l'altérité se métamorphose devant autrui, mais cet autrui peut également se transformer, créant une nouvelle forme pouvant de nouveau modifier le premier joueur. Il s'agit ainsi d'un jeu de va-et-vient perpétuel à l'intérieur duquel se forme un sens tiers issu de la rencontre et qui influence tous les joueurs. Par conséquent, nous entrons dans *un* « jeu qui s'empare de celui qui joue » et une situation où « joué c'est être joué » (Gadamer, 1996, p.125). Ainsi, comme dans une partie de tennis, les actions des spectateurs et des acteurs qui représentent sur scène s'entremêlent et coopèrent pour transformer les êtres impliqués. Au théâtre, cet enchevêtrement des sujets est complexe, car il commence par celui qui implique un texte et les nombreux interprètes impliqués dans le jeu théâtral : metteur en scène, les acteurs, les scénographes, etc.

Ainsi, nous ne sommes jamais passifs dans le jeu, même dans ses moments d'écoute, l'acteur joue ne serait-ce que par sa présence. Même dans la pénombre de la salle, le spectateur participe au jeu, car ce dernier ne fait sens que s'il se réalise en présence d'une autre personne.

### 2.3.1 Le jeu au théâtre

« Le jeu dramatique ne demande pas à être compris comme la satisfaction d'un besoin de jouer, mais comme l'entrée dans l'existence (*Dasein*) » (Gadamer, 1996, p.134).

Dans sa thèse, Gadamer élabore d'abord la compréhension herméneutique à partir de notre rapport à l'art, incluant le théâtre. Le jeu dramatique permet l'élaboration de sens au travers de la représentation. Une pièce de théâtre n'atteint sa plénitude qu'une fois jouée, c'est-à-dire lorsqu'elle est mise en relation par la rencontre avec des artistes qui vont l'interpréter, puis avec des spectateurs qui vont y assister. Pour lui, c'est par la présence de l'autre que le jeu dramatique acquiert sa « totalité de sens », ou encore « son être véritable » pour reprendre les mots du philosophe. La particularité du théâtre se trouve dans les nombreuses couches d'interprétations qui se superposent : l'auteur livre une proposition, reprise par un metteur en scène, puis par des comédiens à l'intérieur d'un espace créé par des scénographes, pour enfin être représenté devant les spectateurs, ce qui fait dire à Gadamer que le théâtre est tout le contraire de la simple imitation (*mimesis*) que prônait Aristote (1990). De surcroît, ces niveaux d'interprétation se font dans le cadre d'un héritage historique, de quelque chose qui est déjà là, d'une tradition du théâtre qui s'actualise dans une compréhension moderne. Par conséquent, la justesse et la vérité n'est pas rendue adéquatement par une simple imitation du réel, mais plutôt par le lien unique qui relie chaque interprète à l'œuvre : « interpréter c'est bien, en un certain sens, recréer, cependant cette recréation ne se règle pas sur un acte créateur antérieur, mais sur la figure de l'œuvre créée, que l'interprète devra représenter selon le sens qu'il y trouve » (Gadamer, 1996, p.137). En d'autres mots, nous ne jouons pas le Caligula ou l'Andromaque de l'histoire réelle, mais la représentation que Camus ou Aristote en font, réinterprétée par la rencontre avec les artistes contemporains qui en font l'adaptation, puis par le public qui la reçoit avec un univers qui lui est propre, car l'interprète ajoute du sens à quelque chose qui est déjà là, en lui et dans le monde. Nous soulignons donc ici l'idée d'une contemporanéité qui

« constitue l'essence de la présence à » (p.145). Le jeu théâtral nous parvient, est présent à nous, parce qu'il est réactualisé à chaque fois.

En outre, ce philosophe herméneute ne distingue pas l'esthétique du contenu dans ce processus de co-création de sens. Une scène représente quelque chose même dans le théâtre le plus réaliste. D'ailleurs, même pour les plus réalistes des théoriciens du théâtre, comme par exemple Stanislavski (1984), le jeu théâtral est et sera toujours représentation. En effet, si pour ce dernier l'acteur doit réapprendre à bouger sur scène, c'est qu'il a conscience qu'il n'est pas dans le réel, mais dans un espace-temps différent du réel, et ce même si la pièce se veut « réaliste ». Pour revenir à Gadamer (1996), c'est par l'esthétique que l'œuvre d'art se présente aux spectateurs dans le jeu. En fait, selon lui, l'esthétique est la forme particulière que prend l'œuvre pour nous. Ceci nous renvoie également à une autre idée essentielle, soit que l'œuvre n'est achevée que lorsqu'elle est jouée, lue et écoutée. Elle continue de se créer à chaque écoute et a besoin du dialogue avec le public pour exister. l'esthétique est donc quelque chose qui est transformé par la personne qui reçoit.

### 2.3.2 Le jeu en psychothérapie

L'élaboration de l'interprétation herméneutique que fait Gadamer (1996) pour les arts, il la transpose par la suite à la relation d'aide, ce qui donne à comprendre l'herméneutique comme étant un processus qui prend autant forme dans la rencontre avec l'art que dans la rencontre de soin (Gadamer, 1998). Pour Quintin (2005), le processus herméneutique en psychothérapie est similaire à celui qui est décrit en art. En fait, il s'agit pour ce dernier d'un processus par lequel on accède à nos schémas et préconceptions pour les modifier dans la rencontre, amenant ainsi une expérience renouvelée de soi. Donc au contact de l'autre, nous remettons en jeu le sens que nous accordons à notre être et une nouvelle gestalt existentielle peut alors se former. Ainsi, « l'herméneutique n'est pas tant une méthode

qu'une expérience. Elle est l'expérience de soi, de notre être qui interprète » (Quintin, 2005, p.23). Il s'agit d'une « expérience créatrice » où nous cherchons une « altérité de sens » par l'intermédiaire d'une rencontre active. Par conséquent, via un jeu intersubjectif qui implique tous les sens et qui s'accomplit au travers un mouvement continu, les êtres impliqués, le thérapeute et son client, l'acteur et ses collègues et ensuite l'acteur et les spectateurs, se transforment.

En outre, cette transformation herméneutique en thérapie se fait dans un mouvement vivant : « lorsque le thérapeute rencontre un patient, il n'est pas devant une situation dont il pourrait tirer un savoir objectif, mais dans une situation » (Quintin, 2005, p.49). C'est pourquoi les sujets qui participent à la thérapie doivent entrer dans ce jeu et y être sensibles, voir même se laisser prendre par celui-ci.

Une autre caractéristique du jeu d'un point de vue herméneutique mise en évidence par Hamel (2012) est que celui-ci, de par sa nature, reproduit le mode prétendu, c'est-à-dire en dehors de la réalité, qui est propre à l'enfant. Le mode prétendu trouve ses origines au moment où l'enfant apprend à mentaliser ses expériences à un stade développemental où il est « hautement vulnérable ». En effet, c'est au travers de ce mode que l'enfant va apprendre à intégrer de nouvelles compétences qu'il pourra ramener dans le monde réel. Lorsque nous sommes petits, nous tentons de comprendre le monde humain et ses règles, ce qui n'est pas toujours évident. L'enfant utilise donc le jeu pour réussir à l'appivoiser en se créant un espace imaginaire en dehors du monde quotidien afin de pouvoir l'explorer et le comprendre. L'herméneutique en psychologie humaniste est donc associée au jeu de l'enfant compris comme façon de s'adapter à ce monde dans lequel il tente d'entrer. La mentalisation fait ici référence à capacité de comprendre notre expérience affective en relation avec les autres. Ainsi, en mentalisant dans un espace et un temps précis encadré par des conventions, l'espace thérapeutique est compris comme un mode « prétendu », un lieu sécuritaire où l'on peut approfondir notre façon de rencontrer le monde humain. Nous

retrouvons donc ici la fonction du jeu comme simulacre élaborée plus tôt par Caillois (1967) et qui est normalement propre au théâtre. Toujours selon Hamel, à travers le dialogue herméneutique qui se joue dans ce « mode prétendu », le patient peut mieux entrer en contact avec son expérience en faisant « comme si ».

Cette idée du « si » est d'ailleurs le fondement de la pensée de Stanislavki (1986), l'un des grands maîtres penseurs du jeu de l'acteur moderne. En effet, pour ce dernier, au travers des capacités d'imaginer une autre façon d'être, de faire « comme si », l'acteur peut entrer en contact avec une nouvelle expérience affective. Bien entendu, celle-ci est une co-construction entre la personne qui joue, ce qui est déjà là préexistant le jeu, et le contexte du jeu (le personnage, la scène, le texte, les autres acteurs).

Pour terminer sur le jeu du point de vue de l'herméneutique, nous nommerons ce que nous retenons d'essentiel. Ce mode d'interprétation repose sur une rencontre entre deux altérités d'où émerge un sens nouveau. Celui-ci implique un contexte spatial et temporel, c'est-à-dire que l'interprète herméneute comprend toujours l'autre en fonction d'un lieu et d'un moment donné. L'herméneutique étant un échange, il évolue dans le temps. L'espace thérapeutique, comme le théâtre, est un lieu où on fait « comme si », un mode prétendu qui permet d'expérimenter en toute sécurité.

## 2.4 LE JEU TEL QUE COMPRIS PAR LA PSYCHANALYSE

Bien que la présente thèse soit rédigée dans un cadre davantage humaniste et herméneutique, il ne serait pas possible de parler des liens qui unissent le jeu et la psychologie clinique sans au moins parler un peu de psychanalyse, en commençant par Freud (2013). Rappelons le scénario qui a inspiré à ce dernier sa théorie du jeu : alors qu'il observe un enfant, il remarque que celui-ci répète un jeu de sa propre création consistant à lancer un bout de fil en prononçant le mot « *fort* » (loin), puis à le ramener vers lui en prononçant le mot « *da* » (voilà). Freud associe par la suite ce jeu au traumatisme qu'aurait vécu l'enfant dont le père était disparu à la guerre, comme si ce jeune être humain qui ne maîtrisait pas encore l'usage des mots tentait de reproduire la douleur de son traumatisme dans le but de le maîtriser, de retrouver son « plaisir » de retrouver un objet perdu de façon traumatique dans la « réalité ». Il donne ensuite l'exemple des enfants qui, revenant de chez le docteur, rejouent la scène avec d'autres enfants, cherchant à faire subir à ces derniers ce qu'ils viennent de vivre, de nouveau dans l'idée de maîtriser la douleur qui vient faire obstacle à leur plaisir.

Nous n'élaborerons pas au complet cette théorie complexe qui vient avec plusieurs nuances, mais nous retenons surtout qu'il s'agit là de l'une des premières mises en lumière des capacités thérapeutiques du jeu. Nous retenons aussi que le jeu n'engage pas que la parole alors que l'enfant qui a inspiré cette théorie à Freud ne parlait pas, se contentant d'accompagner un geste répétitif d'un simple bruit.

Les liens entre le jeu et la psychanalyse ont par la suite été réfléchis par plusieurs psychanalystes après Freud. Toutefois, l'auteur dont la théorie nous intéresse le plus est Winnicott (1975). En fait, selon Bailly (2001), la particularité de ce dernier est qu'il ne voyait

pas le jeu comme un simple outil thérapeutique pour l'enfant, mais bien comme la thérapie elle-même : « il ne faut jamais oublier que jouer est une thérapie en soi » (Winnicott, 1975, p.102). Selon ce théoricien, c'est l'aspect universel du jeu qui se retrouve en chaque personne favorisant la croissance et la santé qui explique ce phénomène. Par conséquent, selon lui, la psychanalyse est en soi une forme de jeu spécialisé plus sophistiqué l'amenant même jusqu'à affirmer que tout thérapeute qui ne sait pas jouer n'a pas sa place en psychothérapie devant un patient, ce qui va dans le sens de notre perspective où devenir psychologue clinicien nécessite d'apprendre à jouer au même titre que l'acteur doit le faire. Ainsi, pour ce psychanalyste, la rencontre thérapeutique est en soi comprise comme un jeu. En outre, bien que ce psychanalyste s'occupait de son vivant davantage des enfants, il mentionne de façon explicite que le jeu concerne aussi l'adulte. Effectivement, selon lui, les arts et la culture utilisent les mêmes fondations universelles que celle du jeu chez l'enfant.

D'autre part, le jeu implique chez Winnicott une dimension relationnelle. En effet, d'après ce clinicien, « la psychothérapie s'effectue là où deux aires de jeu se chevauchent, celle du patient et celle du thérapeute » (p.109), un peu comme chez l'acteur pour qui le jeu consiste à accorder son interprétation à celle de ses collègues ou au public. Si pour l'enfant le jeu se fait d'abord en mode solitaire, c'est lorsque l'enfant apprend à jouer en présence de l'autre qu'il commence à découvrir les potentialités créatrices de son exploration identitaire. Toutefois, pour arriver à cela, l'auteur spécifie l'importance de la notion de confiance en l'autre qui demeure un préalable essentiel à l'utilisation du jeu de façon thérapeutique. Nous retrouvons donc le thème de la présence, mais qui émane la confiance. Tout ce cheminement a pour but d'amener les joueurs à pouvoir co-créeer au travers l'introduction réciproque des aires de jeu respectives. Ainsi, « la voie est-elle toute tracée pour qu'un jeu un commun s'instaure au sein d'une relation ».

De plus, Winnicott ajoute que la personne qui cherche à changer aurait besoin « d'une nouvelle expérience particulière bien plus qu'il n'a besoin de mots » (p.111). Nous

retrouvons donc ici la thèse que ce n'est pas nécessairement par le langage parlé que le jeu thérapeutique s'accomplit, mais par l'engagement dans l'expérience sensible des sujets qui entrent dans ce jeu. C'est ce qui fait dire à ce psychanalyste que le jeu n'est ni quelque chose qui est fondamentalement « intérieur » ou « extérieur », mais dans un entre-deux où le monde psychique rencontre le monde matériel. Selon lui, l'être, enfant ou adulte, joue dans le monde en investissant dans le monde physique « un échantillon de rêve potentiel » (p.105).

Enfin, nous devons aussi nommer du même auteur le concept central « d'aire transitionnelle » et « d'espace potentiel ». Selon lui, si le jeu est universel et en soi une thérapie, c'est que l'enfant apprend à jouer lorsqu'il se retrouve séparé de sa mère. Cette expérience fondatrice l'amène à considérer la distance et le seuil qui se forme d'avec l'autre comme un espace où il peut mettre en jeu pour explorer son identité en devenir. Cet espace est constitué d'une culture commune, mais aussi de particularités individuelles qui sont déposées dans cette aire de transition, car la personne qui entre dans un espace de jeu le fait en étant habitée d'un contexte culturel et de ses expériences de la vie. Il y a ainsi un aller-retour entre une originalité qui constitue l'unicité du sujet et une tradition qui provient d'un héritage partagé entre les personnes qui intègrent l'espace de jeu. Enfin, le jeu décrit par Winnicott nécessite la création d'un espace, mais aussi d'une temporalité, car jouer demande du temps.

En définitive, nous retrouvons de nombreux concepts chez Winnicott qui sont essentiels, notamment le jeu comme thérapie en soi. Au surplus, il met en lumière de nombreuses dimensions propres au jeu : relationnelle, corporelle, expérientielle, identitaire, spatiale et temporelle. Il s'agit d'une expérience plaisante qui se fait en présence d'une altérité, mais qui nécessite une confiance en l'autre pour que puisse s'élaborer cet espace-temps transitionnel.

## 2.5 LES MÉDIATIONS THÉRAPEUTIQUES COMME FAÇON DE COMPRENDRE LE JEU EN PSYCHOTHÉRAPIE

Une approche qui peut nous aider à éclairer l'idée du jeu en psychothérapie et qui est également issue des postulats psychodynamiques est celle des médiations thérapeutiques. Roussillon (2010 ; 2012) décrit les thérapies par médiations comme l'utilisation d'un médium artistique nommé *objeu* dans le but de faciliter l'appropriation symbolique dans le processus thérapeutique. Selon lui, la relation thérapeutique peut parfois provoquer des résistances par le fait que le contact est trop direct et c'est là que l'utilisation d'un médium servant de tiers peut intervenir. Dans cette optique, le jeu est compris comme quelque chose qui apaise une angoisse créée par l'intimité de la relation thérapeutique ou ce qu'elle suscite dans le contact avec soi-même. L'*objeu* se caractérise aussi par le fait qu'il s'agit d'un matériel physique qui fait appel au registre sensible et corporel dans la thérapie. Roussillon fait le parallèle avec la mère qui par ses ajustements rythmiques, la qualité tonale de sa voix ou encore le choix du geste qu'elle pose, introduit cette dimension chez le nouveau-né, celle-ci demeurant tout au long de notre existence. Selon la perspective psychanalytique, le patient transfère dans cet *objeu* son vécu psychique difficile, mais d'une façon qui lui est inconsciemment familière, celle qui est actualisée par la sensibilité et la motricité. De plus, le rôle du psychothérapeute est de devenir un « médium malléable », c'est-à-dire que comme la bonne mère, il doit être capable de se prêter, dans son entièreté psychologique et physique, au jeu. En fait, c'est comme s'il nous disait qu'il devait apprendre à jouer en investissant tout son appareil sensorimoteur, comme le comédien le fait, pour servir l'autre dans son processus de soin.

L'approche des médiations thérapeutiques est également appliquée au théâtre (Attigui, 2011). Cette psychanalyste voit dans le dispositif théâtral un cadre de jeu permettant au patient de se déposer et de se structurer de façon sécuritaire. Le jeu théâtral devient ici un

objet visant à contenir des angoisses et permet de nommer ce qui serait autrement innommable. En fait, c'est l'exigence esthétique et la conscience du jeu qui seraient selon cette auteure rassurantes pour le patient. Le théâtre est compris comme un vecteur où il devient possible d'imager ce qui resterait autrement hors de la portée de la conscience, une sorte de « d'appareil à rêver » qui permet d'explorer des émotions avec l'appui du jeu comme dispositif médiateur. Attigui nomme également la dimension sensorimotrice du théâtre qui serait particulièrement appropriée à ce travail où le patient tente d'halluciner tout en demeurant conscient qu'il est dans un espace de jeu. En réalité, c'est le fait que le jeu théâtral s'inscrit dans un espace et un temps déterminés en fonction de conventions particulières qui permettrait cette sécurité malgré l'investissement demandé ou effectué.

Nous retiendrons donc que le jeu théâtral permet une symbolisation qui ne serait pas possible autrement. En outre, bien que la description que fait Attigui soit celle du théâtre comme dispositif thérapeutique, donc compris comme une sorte d'outil au service de la thérapie, nous restons avec l'idée du jeu théâtral comme processus thérapeutique.

## 2.6 L'AMBIGUÏTÉ COMME FAÇON DE COMPRENDRE LE PLAISIR DU JEU

Bataille (2005) nous offre une compréhension intéressante du jeu qu'il associe à la notion de plaisir, en prenant toutefois bien soin de différencier sa vision de celle de Freud. En fait, là où Freud voit dans le plaisir du jeu la résolution d'une pulsion inachevée, lui y voit plutôt l'abandon dans l'ambiguïté et l'improbable. Plus précisément, Bataille oppose le monde du jeu à celui du travail, dans lequel se trouverait la science, où tout est ordonné et calculé : « le jeu nous élève à l'inaccessible, détruisant un instant jusqu'au bout de ces limites régulières qui ordonnent le travail » (Bataille, 2005, p.21). L'essence du jeu se retrouve pour lui dans la poésie, l'art, le sacré et l'érotisme non pas parce que ceux-ci cherchent à soulager une tension psychique intérieure, mais bien parce que ces activités nous amènent à un

abandon dans une expérience ludique qui ne cherche pas à actualiser un résultat particulier, ni à calculer dans le but d'arriver vers celui-ci. Et l'ultime preuve selon lui de cette caractéristique est que le jeu se définit difficilement, il est inconscient dans le sens où on ne peut saisir son être qu'en le vivant. Tenter d'opérationnaliser le jeu sur le mode scientifique revient à mettre en œuvre ce qui n'est pas le jeu, c'est-à-dire tenter de le réduire en quelque chose de quantifiable. L'être du jeu se trouve dans son caractère ambigu, il ne serait donc pas pertinent selon lui de tenter de le définir.

En outre, Bataille semble aussi nous dire que le monde du jeu et le monde du travail se complètent l'un et l'autre. Pour illustrer ce propos, il utilise l'image de la partition de musique. L'écriture de celle-ci relève du monde du travail, il s'agit d'un calcul qui oriente les musiciens dans une direction assez précise. Toutefois, lorsque cette partition est interprétée par les artistes, même si celle-ci ne semble pas laisser grande liberté, il restera toujours une partie d'improbable dans son exécution, et c'est cela qui serait le jeu. On pourrait ainsi transférer son allégorie au jeu théâtral où l'acteur est guidé par un texte, une scénographie et une mise en scène qui orientent le spectacle dans une direction précise, mais l'acteur qui interprète n'étant pas une machine qui peut répéter le même geste dramatique avec la précision d'un piston, il y aura toujours des variations dans son interprétation, aussi subtiles soient-elles. Selon Bataille, ce sont ces variations improbables qu'aucun metteur en scène ne peut contrôler qui seraient l'expérience du jeu.

En outre, le jeu est pour lui inconscient, non pas dans le sens qu'il est le résultat d'un déterminisme psychique qui tente de résoudre par la répétition jouée un besoin inachevé, mais dans le sens qu'il nous permet d'entrer en contact avec une dimension de l'être que notre société moderne tend à évacuer : *l'aléa*. Selon Bataille, le hasard qui reste l'élément essentiel du jeu demeure lié à un principe fondamental de notre existence, l'incapacité à prédire la mort : « la mort révèle l'improbable, il le révèle comme jeu » (p.27). Au final,

Bataille semble ouvrir la porte sur une compréhension sensible du jeu comme mode d'expérience qui échappe à toute réduction.

## 2.7 CONCLUSION : LE JEU COMME PROCESSUS AU THÉÂTRE COMME EN THÉRAPIE

Nous avons établi dans la section qui se conclut ici que le jeu est quelque chose d'universel et d'intemporel. Il a toujours été malgré les variances et fait partie du développement de chaque sujet. Du point de vue de certains théoriciens, le jeu est essentiel au développement des personnes. Cela est vrai pour le sociologue-anthropologue Caillois, pour les psychanalystes ou pour les dramathérapeutes. En outre, le jeu est compris comme un processus de création de sens qui va au-delà de la simple imitation. De l'utilisation des masques anciens pour conjurer les angoisses provoquées par des forces obscures à la cocréation dans le cercle herméneutique, en passant par l'utilisation d'un espace potentiel, le jeu facilite par l'expérience la création d'un monde intersubjectif propre.

Nous notons dans les processus du jeu plusieurs points communs entre le théâtre et la psychothérapie. Tout d'abord l'idée d'un cadre préexistant sur lequel le jeu s'appuie. De plus, nous retenons l'idée de l'espace et du temps qui revient souvent comme conditions de déploiement du jeu. La sensibilité au jeu semble donc impliquer une sensibilité spatiale et temporelle, deux thèmes que nous allons explorer dans cette revue de littérature. Nous retenons aussi l'idée d'une présence esthétique et humaine qui permet d'actualiser le processus de recherche de sens. Dans le jeu, nous sommes en présence d'une altérité, et ce autant au théâtre qu'en psychothérapie. Ces liens entre théâtre et psychothérapie se retrouvent pleinement actualisés dans la dramathérapie et ont en commun le jeu comme processus thérapeutique.

Les prochaines sections visent à présenter une littérature qui permettra d'élaborer certains éléments de ces processus, soit l'espace, le temps, ainsi que la présence dans le jeu, autant celui du théâtre que celui de la thérapie. Mais tout d'abord, nous notons que pour le jeu fasse sens, il faut qu'il y ait une rencontre entre deux sujets, et cette rencontre est le résultat d'un ajustement intersubjectif entre ceux-ci. Voici ce que nous proposons d'explicitier en premier.

## CHAPITRE III

### LA RENCONTRE COMME CONDITION AU JEU

#### 3.1 INTRODUCTION AU CHAPITRE

L'art n'est pas une source de science. C'est une expérience que nous prenons sur nous lorsque nous nous ouvrons aux autres par la rencontre, lorsque nous nous confrontons, pour nous comprendre nous-mêmes - pas dans le sens scientifique de recréer le contexte de l'époque dans l'histoire, mais dans un sens élémentaire et humain (Grotowski, 1991, p.59, traduction libre<sup>4</sup>).

Dans son ouvrage principal, le maître de théâtre Grotowski (1991) affirme que « le cœur du théâtre est une rencontre » (p.56, traduction libre<sup>5</sup>). La première rencontre est celle que l'acteur fait avec lui-même, car, selon lui, le dévoilement exige d'abord d'établir un contact avec soi. Puis, le théâtre devient une rencontre entre gens créatifs qui se dévoilent les uns aux autres : « le dévoilement des acteurs me donne une révélation de moi-même » (p.56, traduction libre<sup>6</sup>). Le théâtre est aussi, la plupart du temps, une rencontre avec un texte, du moins une œuvre, et de celle-ci émerge une représentation qui n'a pas d'équivalent. En fait, comme le souligne Grotowski, il n'existe pas de Hamlet objectif, car chaque représentation du prince tourmenté du Danemark reste un être subjectif issu d'une rencontre entre un acteur qui y implique son expérience personnelle, une vision unique du metteur en scène et ce personnage historique comme sujet déjà là, avec ce qu'il représente dans le contexte

---

<sup>4</sup> Art is not a source of science. It is the experience which we take upon ourselves with them in order to understand ourselves - not in the scientific sense of re-creating the context of a epoch in history, but in an elementary and human sense.

<sup>5</sup> The core of the theater is an encounter.

<sup>6</sup> The self-revelation of the actor gives me a revelation of myself.

historique. Ainsi, la rencontre au théâtre entre les artistes est multiple et se déroule autour de ce point commun qu'est l'œuvre, un texte ou un canevas, qui sert d'ancrage commun au jeu, un peu comme nos ancêtres qui se rencontraient autour d'un feu partagé pour entendre le chamane leur parler du monde des esprits.

En outre, nous pouvons ajouter que le théâtre est aussi une rencontre avec un public. En réalité, il convient de souligner que cet art est fait pour être joué devant d'autres sujets comme le rappelle sa définition étymologique. En effet, du verbe *theaomai* qui signifie « être spectateur », le théâtre est dès le début placé dans la perspective de la rencontre : « l'accent à l'origine est donc mis sur les spectateurs d'abord, le lieu ensuite. Le théâtre est défini par ceux qui regardent, dans un certain lieu : il n'y a pas de théâtre sans spectateurs » (Sallé, 1990, p.6). Conséquemment, le théâtre est un espace physique, mais cet espace n'a de sens que parce qu'il permet la mise en relation entre deux mondes, celui de la scène et celui de ceux qui regardent.

Nous retrouvons donc chez ce théoricien du théâtre qu'est Grotowski et dans la l'origine étymologique du théâtre l'ébauche du jeu en art dramatique, soit que la création artistique est le fruit de rencontres entre des êtres subjectifs qui permet à un sens unique d'émerger. Dans l'anecdote qui sert d'entrée à cette thèse de cette thèse, si la jeune comédienne en apprentissage qui répétait seule une scène d'Andromaque avait eu une autre partenaire, son expérience aurait été différente. C'est pour cela que l'on rejoue à l'infini les classiques, que d'Iphigénie au Misanthrope les pièces sont constamment reprises. On rejoue parce que chaque représentation est le travail d'une série de rencontres uniques. Le jeu est donc un espace de répétition, mais aussi de nouveauté, car de chaque nouvelle rencontre émerge un sens nouveau. Grotowski (1991) dit à ce sujet que « la force des grandes œuvres consiste surtout dans leur effet catalysant : elles ouvrent des portes pour nous, mettent en marche

la machinerie de notre conscience de soi » (p.57, traduction libre<sup>7</sup>). La rencontre dans le jeu permet d'ouvrir et d'élargir les horizons de sens, elle offre une possibilité d'expansion de l'être en devenir que nous sommes. Nous retenons ici qu'au théâtre, pour Grotowski, le jeu est une rencontre, et la rencontre est le jeu.

Grotowski nous informe également sur la nature de ces rencontres qui selon lui sont composées de confrontations et de similitudes : il y a de l'altérité, donc des différences, mais aussi du similaire, une humanité partagée. Cela crée selon lui une tension entre la différence et la ressemblance qui doit se réconcilier dans la rencontre théâtrale. Afin d'illustrer cette idée, il donne comme exemple l'Iliade qu'il a travaillé comme metteur en scène. Lorsqu'il a débuté son travail sur cette œuvre, il explique qu'il a dû d'abord retrouver ce classique et qu'il a travaillé avec une certaine obligation de respecter l'identité propre de celle-ci, de son histoire. Toutefois, parallèlement, il ajoute qu'il ne pouvait y avoir de représentation sans que l'œuvre soit actualisée au moment présent. Il différencie ainsi l'art de la science affirmant que la reconstitution des faits est davantage le travail des scientifiques que celui des artistes. L'objectif de l'art n'est donc pas la reconstitution, mais l'actualisation par la rencontre : celle du metteur en scène contemporain avec une création qui date parfois de plusieurs centaines d'années, comme lorsque l'on présente l'Odyssée d'Homère. C'est dans ce sens que Grotowski affirme que « l'œuvre est toujours vivante » (p.59, traduction libre<sup>8</sup>). Enfin, il précise aussi que cette rencontre engage tous les niveaux d'existence de l'être, autant physiques que spirituels. Cette idée sera abordée plus tard, mais soulignons pour l'instant que pour Grotowski, on ne se contente pas d'aller vers l'autre dans le jeu théâtral avec des idées, mais aussi avec son corps et son âme.

---

<sup>7</sup> The strength of great works really consists in their catalytic effect : they open doors for us, set in motion the machinery of our self-awareness.

<sup>8</sup> The work is always alive.

Brooke (1977), grand metteur en scène anglais souvent cité dans les ouvrages sur le théâtre, abonde aussi dans le sens de la rencontre comme étant l'un des éléments essentiels au jeu. Pour ce dernier, « dès que l'acteur prend la parole, il change de condition d'existence et pénètre dans le domaine qu'il partage avec le spectateur » (p.34). Pour cet homme de théâtre, le jeu artistique se nourrit à la base des rencontres, qu'elles soient avec les autres comédiens, l'équipe de scénographie ou les spectateurs. La centralité de la rencontre est telle pour lui qu'il a conçu un théâtre dépouillé, avec un décor minimaliste, ce qu'il appelle « l'espace vide » qui est pourtant « plein » au niveau d'une certaine densité affective et d'un sens qui sont tous deux invisibles à l'œil nu. L'idée principale est que c'est la rencontre des humains qui va permettre l'émergence d'une atmosphère qui va toucher les spectateurs. Le partage qui émerge de chaque rencontre devient donc, chez Brooke, l'essence même du jeu dramatique.

### 3.2 LA RENCONTRE DANS LE JEU

L'idée de la rencontre se retrouve également au centre de la description que fait Gadamer (1996) du jeu que nous avons abordé plus tôt. Effectivement, si un dialogue de jeu peut s'établir, c'est par le phénomène de la rencontre : « quand deux hommes se rencontrent et ont un échange, ce sont toujours en quelque sorte deux mondes, deux regards sur le monde et deux images du monde, qui s'avancent l'une en face de l'autre » (Gadamer et Gens, 1995, p.172). Plus précisément, cette rencontre s'actualise autour de quelque chose de commun. Nous constatons certains liens avec la description qu'en fait Grotowski pour qui la rencontre dans le jeu est une sorte d'accordage entre une différence qui ouvre les sujets vers quelque chose de nouveau et une ressemblance qui, en même temps, les unit. Au théâtre, ce dialogue s'accomplit souvent à travers le texte et la scénographie que partagent les comédiens, mais aussi à travers d'une humanité partagée. Pour Gadamer (1996), c'est une vérité commune qui lie le spectateur à l'artiste. Il donne comme exemple la tradition, celle

qui fait que le spectateur a des attentes lorsqu'il se prête au jeu de la représentation. Par exemple, il sait que lorsque les lumières se ferment, la tradition implique du spectateur qu'il devienne silencieux. Même si nous ne nous rencontrons plus autour du feu, de nouvelles traditions se sont créées pour servir d'appui à ces nécessaires rassemblements.

Enfin, Gadamer rappelle également que la rencontre avec l'autre est aussi, en même temps, une rencontre avec soi. En fait, savoir comment on se positionne face à l'autre permettrait de mieux comprendre qui l'on est, mais aussi de mettre en relief nos préconceptions sur le monde. Ici, nous pouvons établir un lien avec une réflexion portée par Sédât (2008) pour qui la rencontre en psychothérapie est à la fois une trouvaille, dans l'optique que nous sommes en contact avec quelque chose de nouveau au travers autrui, et des retrouvailles, dans l'idée que l'on recontacte quelque chose en soi qui est familier. Ceci nous conduit à réfléchir sur l'idée de la rencontre en contexte de clinique psychologique.

### 3.3 LA RENCONTRE TELLE QUE DÉCRITE PAR LA PSYCHOLOGIE CLINIQUE

En retraçant l'étymologie du mot rencontre, Sédât (2008) en arrive à la conclusion que ce phénomène a pris trois sens principaux dans son histoire, soit celui de la répétition, celui de la nécessité et celui du hasard. En adoptant une perspective psychanalytique, il explique que Freud a bâti son modèle notamment sur la première rencontre que le nouveau-né a avec ses parents, particulièrement avec le sein de sa mère. Selon cette perspective, c'est cet événement que le sujet tenterait de reproduire tout au long de sa vie via la répétition des contacts avec les autres. Ainsi, au-delà de la théorie psychanalytique qui la sous-tend et que nous n'élaborerons pas, nous retenons du point de vue phénoménologique cette idée principale qu'aller vers l'autre est un phénomène que nous reconnaissons, qu'il y a quelque chose de familier et de souhaité dans la rencontre. Toutefois, cet auteur ajoute que le mot rencontre possède plusieurs racines étymologiques grecques dont *tugkàno*, qui évoque

l'idée du hasard. Selon lui, ceci rappelle que la rencontre originelle de l'enfant avec ses parents est unique parce qu'elle est le fruit du hasard, des parents qui se sont choisis parmi de nombreux candidats jusqu'au spermatozoïde parmi des milliers qui féconde l'ovule. Ainsi, si notre génétique personnelle est le fruit d'une rencontre fortuite, c'est aussi le hasard qui fait que le contact avec l'altérité permet d'adopter de nouvelles perspectives. En effet, lorsque le patient rencontre un thérapeute, ou toute autre personne, il choisit une personne parmi plusieurs autres, et de ce hasard découle une conjoncture unique qui permet à la personne de découvrir quelque chose de nouveau. C'est pourquoi l'auteur nous parle de « retrouvailles » et de « trouvaille » chez le sujet qui va rencontrer l'altérité : il y a quelque chose de familier dans l'idée de retourner vers une présence autre, mais aussi une nouveauté dans l'unicité du lien qui se crée. Enfin, Sédad souligne également une autre racine étymologique du mot rencontre qui se rapproche davantage aujourd'hui du mot « symbole », *sumbolè*, et qui représentait à l'époque un morceau de poterie coupé en deux suite à une rencontre où chaque personne impliquée en gardait une moitié. Selon lui, cette origine du mot rappelle l'idée d'une hospitalité réciproque des sujets qui se sont rencontrés. En effet, cette idée de la séparation d'un bien fait référence à l'idée de l'accueil de l'autre et du partage. Lorsqu'il y a rencontre, chaque sujet amène avec lui une partie de ce qui a émergé de celle-ci.

Au-delà des interprétations psychanalytiques du phénomène de la rencontre, ce qui nous intéresse c'est l'idée qu'il soit possible qu'une rencontre en psychothérapie puisse permettre d'intégrer à la fois une partie de soi que l'on retrouve dans ce jeu, mais aussi quelque chose qui appartient à l'autre. Nous retenons aussi l'idée du hasard, car il est rare que nous sachions à l'avance qui va entrer dans notre cabinet. Bien entendu, dans certains milieux institutionnels, il demeure possible de consulter le dossier d'un patient qui nous présente les grandes lignes, ou encore que le patient se soit informé et désire consulter avec nous parce que nous lui avons été recommandé, mais même dans ces moments qui préexistent au premier contact, nous sommes déjà dans la rencontre. En effet, être en

contact avec un dossier, ou encore lire une critique sur une pièce de théâtre avant d'aller la voir, c'est déjà en quelque sorte une amorce de mouvement de rencontre vers l'autre. De la même manière, l'acteur ne sait jamais quel sera le public qui rentrera dans la salle. Conséquemment, l'altérité qui se manifeste de façon fortuite semble, pour Sédad, nécessaire à la rencontre. Que se passerait-il si les acteurs jouaient toujours devant le même public ? Est-ce que cela pourrait être aussi qualifié de rencontre ? Et que dire du fait qu'en thérapie, on revoit chaque semaine le même patient ? L'auteur ne répond pas à ces questions, mais nous pouvons imaginer qu'entre chaque représentation théâtrale, ou entre chaque séance de thérapie, les sujets vivent des expériences qui les changent, qui les transforment. Ainsi, lorsqu'un individu s'offre le plaisir de revoir une pièce pour une deuxième fois, ou lorsque le patient revient, il est changé. Dès lors, peut-on conclure que la rencontre se renouvelle à chaque fois ?

### 3.4 LA RENCONTRE CLINIQUE COMPRISE COMME UN ART

Dans une perspective plus proche de nos postulats phénoménologiques, Leroy-Viémon (2008) croit que la rencontre demeure un préalable « absolument nécessaire » (p.206) à toute relation de soin. Pour elle, la psychothérapie peut-être définie comme un art de la rencontre :

Et « l'art » psychothérapeutique consisterait en ce mouvement de l'un vers l'autre et retour qui s'auto-engendrerait d'échange en échange, chargé, entretenu par le plaisir mutuel retiré de chaque instant de la rencontre alors vécue comme unique, magnifique, vitale. Une rencontre qui se présente comme une promesse de devenir sujet (p.214).

Nous retrouvons dans cette définition plusieurs idées déjà élaborées par Gadamer (1996) : le mouvement de va-et-vient entre les joueurs, la transformation des sujets qui s'opèrent par le jeu, etc. Nous devons préciser que l'objectif principal de cette auteure réside dans

une tentative de décrire la dimension artistique de la rencontre en psychothérapie, car pour elle il s'agit bel et bien d'un art. En fait, Leroy-Viémon souligne que cette dimension se retrouve surtout dans ce qu'elle appelle la « métarencontre » que nous pourrions vulgariser comme tout ce qui fait partie de la dimension sensible de celle-ci dans le jeu psychothérapeutique. Plus précisément, elle croit que la dimension artistique de la psychothérapie consiste à s'appuyer sur une « connaissance du sentir ». En fait, selon cette phénoménologie, « l'expérience de la rencontre est fondamentalement une expérience originaire : un éprouvé, une expérience intérieure et sensible » (p.217). Elle définit ainsi cet « éprouvé » en s'inspirant de la pensée de Binswanger, comme « un mode de contact particulier qui est plus proche du processus créateur de l'artiste que de la science » (p.217). Par conséquent, elle nous aide à comprendre la rencontre comme un mode de contact sensible et particulier qui est plus proche de la création artistique que de l'analyse probante.

La description que fait Leroy-Viémon de cette « métarencontre » qui compose la dimension artistique de la psychothérapie la conduit à décrire plusieurs points communs avec le théâtre. Ainsi, elle fait référence au concept grec de *kairos*, concept grec qui fait référence au temps. Plus précisément, elle parle de l'idée d'un *timing* et d'un rythme qui sont propres à la psychothérapie. En outre, elle explique « qu'éprouvé » peut faire référence à une capacité de se tenir dans l'instant présent avec l'autre, mais aussi une capacité de persévérer dans ce lien. L'auteure emprunte également à Binswanger pour faire référence à l'idée d'un « espace thymique », c'est-à-dire d'une spatialité éprouvée dans le monde sensible et affectif de la rencontre. De plus, elle ajoute l'idée de la « présence », ou plus précisément d'une « coprésence » entre les protagonistes de la rencontre psychothérapeutiques. Nous soulignons ici dans la description que fait Leroy-Viémon de l'idée de la métarencontre l'émergence de trois thèmes qui nous apparaissent importants et majeurs pour comprendre le jeu et que l'on retrouve également dans le monde du théâtre : la temporalité du jeu, la spatialité du jeu ainsi que la présence. Nous reviendrons sur ces trois concepts importants en les décrivant, mais nous invitons le lecteur pour l'instant à

surtout retenir qu'une sensibilité à ces dimensions reste nécessaire pour que le psychothérapeute puisse maîtriser « l'art » de la rencontre dans le jeu de la psychothérapie, ou ce qu'elle nomme la métarencontre. Pour Leroy-Viémon, la dimension *éprouvable* par le sentir de toute rencontre est donc ce qui compose l'art de la psychothérapie. C'est dans cet espace affectif et sensible que l'être peut se déployer au-delà des techniques utilisées ou encore des interprétations théoriques rattachées à la pratique d'une relation de soin. Nous pourrions aussi comme auteure de cette thèse interpréter la métarencontre, cette dimension sensible ancrée dans une temporalité, une spatialité et une présence, comme la « mise en scène » de la psychothérapie pour faire une référence à l'art théâtral.

Un autre auteur qui traite de la rencontre d'un point de vue phénoménologique est Rojas-Urrego (1991). Cet auteur retrace les différentes étymologies et définitions du phénomène de la rencontre, mais en élargissant son exploration à plusieurs langues. Il nomme quelques éléments essentiels à toute rencontre : la participation, la proximité, l'idée du mouvement, la notion d'opposition ainsi que l'idée du hasard. Nous retenons également de sa recherche le fait qu'il souligne la signification du préfixe « re », renvoyant celui-ci à l'idée d'une action renouvelée et d'une réciprocité. Nous pouvons donc comprendre la rencontre comme un mouvement actif qui nous rapproche de l'autre et qui est susceptible de nous confronter. Nous tenons aussi à souligner que Rojas-Urrego rappelle également qu'il y a dans toutes les définitions l'idée d'un espace et d'un temps de la rencontre, c'est-à-dire que celle-ci ne peut s'actualiser que dans un lieu et un moment communs.

Toutefois, ce qui nous intéresse surtout de cet auteur, c'est la définition phénoménologique qu'il fait de la rencontre qu'il lie à l'intersubjectivité. En fait, ce psychiatre fait état de plusieurs idées centrales et constitutives de la rencontre comprise selon le point de vue phénoménologique. Dans un premier temps, il la relie aux thèmes de la solitude et de la présence. Il rappelle que même seuls, nous sommes toujours imbriqués dans le monde

humain. Pour lui, « c'est la rencontre du sujet et du monde » qui est à l'origine du sens que nous donnons à notre existence. Par conséquent, nous comprenons que notre expérience subjective est toujours le fruit d'une rencontre avec cet univers humain dans lequel nous existons et que même seuls nous sommes toujours habités par la présence des autres, présence qui existe au-delà du monde physique. La création de sens se fait et se refait donc par l'intermédiaire de chaque rencontre entre des altérités en présence l'une de l'autre. Ensuite, inspiré par Scheler, Rojas-Urrego élabore l'idée d'une participation affective qui s'actualiserait par la sympathie dans la rencontre. Cette théorie part de l'idée que le sujet a une capacité intérieure de comprendre directement les sentiments éprouvés par les autres, ce qui semble renvoyer à la description du jeu comme mouvement sensible que nous tentons d'élaborer dans cette thèse. Il s'agit d'une capacité de ressentir qui n'est pas interprété et qui nécessite de la part des personnes impliquées une distance, c'est-à-dire une capacité de savoir que ce qui est ressenti est lié à l'expérience de l'autre.

En fait, pour bien comprendre la vision de ce dernier de la rencontre en psychiatrie, nous avons retracé cette définition qui semble réunir tous les éléments essentiels de ce phénomène :

La rencontre en psychiatrie est le fait pour deux personnes, malades et soignants, de se trouver chacune en présence de l'autre, en un même temps et un lieu définis. Elle peut s'inscrire à l'intérieur d'une relation d'asymétrie et de réciprocité qui se répète dans le temps. La rencontre met en jeu des identifications profondes des partenaires et se partage plus dans le silence qu'avec les mots. Elle exige du thérapeute à la fois d'accueillir l'autre au plus profond de soi et qu'il puisse prendre ensuite une certaine distance. La rencontre joue un rôle constituant et participe à l'élaboration d'une histoire (Rojas-Urrego, 1991, p.86).

### 3.5 CONCLUSION SUR LA RENCONTRE COMME FONDEMENT DU JEU

L'idée de la rencontre s'inscrit comme l'une des conditions préalables au jeu. La section que nous venons de compléter décrit différents phénomènes qui existent dans la rencontre. Tout d'abord, nous avons vu avec Grotowski que les rencontres constituent le cœur du théâtre et que celles-ci y sont nombreuses. Cet artiste nous rappelle également qu'il y a à la fois confrontation et rassemblement dans la rencontre théâtrale, une sorte de complémentarité entre la différence et la ressemblance face à l'autre. Nous avons aussi constaté une résonance avec la pensée de Gadamer qui sous-entend que la rencontre ait lieu simultanément avec une altérité et avec soi.

En outre, il y a cette idée de la rencontre comme « mise en jeu » des présences évoquée par Rojas-Urrego. D'un point de vue phénoménologique, nous avons aussi pu constater avec Leroy-Viémon qu'il y a, en parallèle à la rencontre, une métarencontre c'est-à-dire un cadre qui l'organise et auquel les participants se doivent d'être attentifs. Celui-ci est composé de l'espace de la rencontre, mais aussi d'un rythme et de la justesse d'un certain *timing*. Rojas-Urrego fait référence aux mêmes éléments, soit le temps, l'espace et l'intersubjectivité de la rencontre, mais ajoute l'idée de la coprésence. Nous résumerons donc de cette façon les liens qui unissent les idées évoquées par la revue de littérature ainsi : le jeu débute par une rencontre. La rencontre et le jeu sont tous deux constitués par un ajustement intersubjectif, une spatialité, une temporalité ainsi qu'une coprésence qui leur sont propres. Nous irions même jusqu'à dire que le jeu et la rencontre ne sont pas juste qualifiés de spatial ou temporel, comme quelque chose d'extérieurs. Ils sont un temps et un espace particuliers en eux-mêmes. Dans les prochaines sections, nous allons regarder de plus près ces éléments en débutant par les thèmes de l'ajustement relationnel et de l'intersubjectivité.

## CHAPITRE IV

### LE JEU S'ACTUALISE PAR L'AJUSTEMENT RELATIONNEL

#### 4.1 INTRODUCTION AU CHAPITRE

Si le jeu implique une rencontre entre des sujets différents, caractérisés par le fait qu'ils sont des altérités l'un pour l'autre, celui-ci prend véritablement forme lorsqu'il y a un ajustement entre les partenaires impliqués dans celui-ci. Nous avons déjà donné l'exemple du tennis avec la nuance que les joueurs en interprétation herméneutique ne sont pas en compétition, mais collaborent à la création de sens.

#### 4.2 LE THÉÂTRE EST UN ART QUI EXISTE À TRAVERS LA RELATION

L'importance de la relation à autrui au théâtre fait sens lorsque l'on sait que l'origine grecque du mot fait référence à l'idée « d'assister à quelque chose, d'être spectateur » (Sallé, 1990). Le théâtre n'est pas un art qui se fait seul, pour soi, mais bien au contact d'un autre, d'une altérité. Pour Aristote (1990), le théâtre est une expression poétique qui est d'abord adressée aux spectateurs. Pour ce dernier, la finalité de la représentation théâtrale est de provoquer un changement chez ceux qui assistent à la représentation. L'ajustement entre les comédiens est peu abordé chez Aristote, sinon pour signifier que le récit est construit par la rencontre de caractères entre eux, les personnages, commentés par le coryphée (celui qui dirige le chœur). En effet, le théâtre grec de l'époque était caractérisé

par le fait que le récit principal, l'histoire dramatique, était accompagné d'un chœur qui s'adressait directement au public et aux divinités (Sallé, 1990). Le chœur était là pour rythmer la pièce, et le personnage du coryphée, à la tête, posait les questions à la pièce pour le public. Le théâtre contient donc dans ses origines cette idée d'une relation entre différents sujets : acteurs, chœur, coryphée, public.

Plus près de nous, l'idée de cette relation à autrui est abordée par Stanislavski (1986) dans plusieurs sections de son ouvrage, notamment lorsqu'il touche à l'idée du contact. Dans cette section, ce professeur de théâtre souligne que l'acteur doit pouvoir appuyer son jeu sur un contact avec son environnement matériel et humain. Ceci fait écho à Grotowski pour qui le théâtre est relation, car le jeu d'un acteur met en relief la proposition de l'autre, et vice-versa. Stanislavski parle également de relation lorsqu'il aborde l'importance de la concentration. En effet, il rappelle dans ce chapitre qu'un écueil qui guette l'acteur est que son attention peut être portée vers la salle et ainsi prendre conscience du public. Lorsque ceci arrive, le danger pour l'acteur est de performer pour celui-ci plutôt que de se concentrer sur la réalité de son jeu, ce qui l'amène à élaborer sur la nécessité de se connecter aux éléments du jeu. Derrière cette description, il y a l'idée d'une conscience de tous les sujets et objets impliqués dans le jeu, incluant les spectateurs qui peuvent attirer notre attention. Pour bien jouer, il faut être conscient des autres pour orienter l'attention vers ce qui nourrit le jeu. Enfin, il est également question de relation lorsqu'il traite de la notion d'adaptation : l'acteur doit être assez flexible pour s'adapter à ce qui se produit, que cela provienne de l'environnement, de ses propres idées qui surgissent de façon inconsciente, ou des propositions des partenaires. Il rappelle que même si le théâtre est répété avec précision, qu'il comporte tout de même beaucoup d'éléments imprévus auxquels l'acteur doit pouvoir s'adapter. Ajoutons que pour Stanislavski, l'adaptation est autant consciente qu'intuitive, et que pour y parvenir, il faut développer une flexibilité par l'entraînement, notamment corporelle et vocale.

Checkhov (1980) pour sa part pousse plus loin cette idée de l'adaptation aux autres en proposant des exercices d'improvisation. La finalité de ces exercices est de permettre le développement d'une capacité d'ajustement relationnel dans le jeu. Enfin, Savarese et Barba (2008) soulignent également l'importance de l'ajustement relationnel avec l'emphase sur la capacité à travailler avec le déséquilibre que produisent les imprévus dans le jeu.

#### 4.3 L'AJUSTEMENT RELATIONNEL EST CENTRAL EN PSYCHOLOGIE CLINIQUE

L'idée de la nécessité d'un processus favorisant l'ajustement relationnel fait également partie des questions qui se posent en psychologie, surtout celle influencée par les postulats humanistes et psychanalytiques. Par exemple, on retrouve dans l'origine même de la psychanalyse la théorie du transfert et du contre-transfert (Freud et Berman, 1953). Ici, le transfert fait référence à l'idée que le patient rencontre l'analyste en jouant des enjeux issus de son histoire relationnelle. Le contre-transfert quant à lui peut être compris comme la réponse inconsciente de l'analyste à ce que l'analysé projette dans la relation thérapeutique. En fait, le concept du contre-transfert établit qu'il y a une réaction à quelque chose qui est reçu par le thérapeute et qui origine de la personne qui consulte. Le modèle qui a servi de précurseur à la psychothérapie moderne est donc éminemment ancré dans cette idée d'un nécessaire ajustement relationnel.

Plus près des postulats de la psychologie humaniste sur lequel repose cette thèse, nous retrouvons plusieurs penseurs qui établissent comme centrale à la psychothérapie cette idée de l'ajustement relationnel à l'autre. En fait, les tenants de cette approche considèrent l'ajustement relationnel comme l'élément le plus important de tout processus thérapeutique (Wheeler et Axelsson, 2015). En outre, selon Kunh (2007), même en médecine où l'évaluation se fait plus souvent avec des outils empiriques soutenus par une technologie moderne, l'idée de l'*Einfühlung*, c'est-à-dire la capacité de sentir avec l'autre,

serait une nécessité à toute relation d'aide. Certains vont même jusqu'à dire que « la relation est la thérapie » (Delisle, 1992).

Aujourd'hui encore, l'importance du développement des compétences relationnelles se retrouve mise à l'avant-plan dans un article s'interrogeant sur les psychothérapeutes efficaces (Lecomte *et al*, 2004). Nous retenons donc que de ses origines en psychanalyse à aujourd'hui, en passant par de nombreuses écoles de pensée comme la Gestalt, il y a toujours eu un fort courant qui impliquait l'importance de l'ajustement relationnel pour la thérapie, mais aussi comme fondement de l'expérience humaine en général.

#### 4.3.1 La mise en jeu de la rencontre est intersubjective

L'émotion au théâtre n'advient que dans cette relation de l'acteur avec le spectateur. Et cela va dans les deux sens, l'émotion étant aussi un travail du spectateur. Du spectateur disponible pour recevoir ce qu'éprouve l'acteur au moment où celui-ci parvient, sans effort apparent, à réunir sa propre pensée, celle du texte, dans l'expression juste et intime de son corps. Ce moment indicible où la pensée se fait immédiatement sensible. (Marleau dans Féral, 2001, p.227).

L'une des caractéristiques qui ressort de la description que nous venons de faire de l'ajustement relationnel dans le jeu est le fait que celui-ci est éminemment intersubjectif. Lorsqu'il y a une rencontre, c'est entre deux êtres subjectifs qu'elle a lieu. C'est un peu ce que semble évoquer Marleau pour introduire la présente section. En fait, ce qu'il nous dit, c'est que le spectateur n'est pas un être passif, mais quelqu'un qui reçoit activement l'expression de l'acteur. Nous pourrions ajouter également que les comédiens sur scènes s'alimentent aussi de ceux qui regardent. La communication dans le jeu théâtral n'est pas quelque chose d'unidirectionnel qui va se déposer dans un vide, mais elle est plutôt l'expression d'une subjectivité qui va à la rencontre d'une autre. Par ailleurs, l'intersubjectivité est au cœur de la pratique psychothérapeutique humaniste que nous

utilisons comme référence pour la présente thèse. La section qui suit s'emploiera donc à présenter les réflexions entourant ce phénomène.

#### 4.3.2 L'interprétation théâtrale est une expérience intersubjective

La littérature sur l'art théâtral ne décrit pas celui-ci d'emblée en employant le vocabulaire de la philosophie ou de la psychologie intersubjective. Nous pouvons trouver certaines références à l'intersubjectivité dans les arts, comme le fait Merleau-Ponty (2006) avec les arts visuels, mais nous ne retrouvons pas chez les grands maîtres du théâtre ce phénomène de l'intersubjectivité explicité en fonction de cette approche. Toutefois, lorsque nous extirpons l'essence du phénomène intersubjectif, c'est-à-dire l'idée que la subjectivité est à la fois une expérience intime et liée au monde, nous pouvons constater que certains grands maîtres du théâtre parvenaient à expliciter l'expérience de l'intersubjectivité que plusieurs théories semblent chercher à nous faire comprendre. Bien entendu, nous devons faire preuve de prudence pour ne pas faire d'amalgames entre les concepts, mais au-delà de différences qui existent bel et bien, nous pouvons constater que les artistes du théâtre parviennent à représenter avec sensibilité ce que les théoriciens de l'intersubjectivité tentent de nous expliquer, renforçant l'idée que les artistes ont un savoir expérientiel de grande valeur pour la psychologie.

Nous avons déjà nommé qu'Aristote qui (1990) décrivait quelque chose de l'ordre d'une interaction active entre les spectateurs et les acteurs, mais chez ce même philosophe, nous retrouvons aussi l'idée de l'intersubjectivité, soit que ce que les acteurs expriment est accueilli par les spectateurs parce que ces derniers ont une identité propre. Plus près de nous, vers la fin du 19<sup>ème</sup> siècle, Stanislavski (1986) écrivait l'un des ouvrages références les plus importantes pour l'art de l'interprétation théâtrale contemporaine. Ce dernier présente son système sous la forme d'un récit qui met en scène la relation entre un jeune comédien

en devenir et son maître, ce qui lui permet d'expliciter de façon vivante son système. Nous sentons donc chez Stanislavki dans sa façon de transmettre ses réflexions une expressivité sensible qui communique beaucoup plus par la construction d'un récit que par la description de concepts théoriques. Plus précisément, il met en scène plusieurs personnages dont les principaux, Kostia et le professeur, mais au travers ceux-ci, il représente les différentes parties de sa réflexion : l'étudiant, c'est lui à ses débuts, et le professeur, c'est lui qui élabore le système. Il nous semble donc très intéressant de souligner que même pour un exercice solitaire de réflexion, le théoricien représente celui-ci comme une mise en relation de ses différentes subjectivités. De nouveau, nous y voyons une indication que les artistes du théâtre parviennent à expliciter ce que les intersubjectivistes tentent de nous faire comprendre.

Malgré cette façon d'expliciter son système, l'idée de parler de Stanislavki pour démontrer comment s'actualise l'intersubjectivité au théâtre peut paraître, pour certains, un drôle de choix. En effet, ce dernier est réputé être à l'origine de la conception dite « psychologisante » de l'interprétation théâtrale, c'est-à-dire qu'on lui attribue de travailler surtout sur les facteurs intrapsychiques du développement d'un personnage. Certains voient donc dans son système une description de techniques plutôt solipsistes. Nous retenons notamment l'idée de la mémoire affective comme moteur de l'imaginaire créatif chez l'acteur. Ce concept y est décrit comme une capacité de replonger dans des souvenirs afin d'éveiller des affects chez l'acteur. Par exemple, il demande à Kostia, le jeune acteur qui lui sert de protagoniste, de décrire le chemin qu'il a parcouru pour venir au cours le matin dans le but de revivre son vécu lié à cette expérience. L'étudiant qui s'exécute explicite avec, une précision guidée par le professeur, le décor observé sur son chemin dans le but de prendre contact avec des sensations précises. Or, à la compréhension solipsiste de cette technique, nous pouvons opposer une compréhension davantage intersubjective du jeu de l'acteur. En effet, par cet exemple, nous pouvons comprendre que le jeune acteur Kostia porte en lui le monde qu'il a rencontré avant le cours, et que c'est cette rencontre avec le

monde que le professeur tente de faire renaître. La subjectivité du jeune apprenti que l'on croit « intrapsychique » est donc plutôt formée de l'intériorisation qu'a fait le sujet du monde sensible, car c'est bien vers l'évocation d'images susceptibles d'éveiller la dimension affective de l'expérience, et non d'idées ou de concepts, que le professeur guide Kostia. Par ailleurs, il explique comment les éléments qui nous entourent permettent à cette mémoire affective de s'éveiller ainsi :

Tout comme la mémoire visuelle peut reconstruire des images mentales à partir de choses visibles, la mémoire affective peut ressusciter des sentiments que l'on croyait oubliés jusqu'au jour où, par hasard, une pensée ou un objet les fait soudain resurgir avec plus ou moins d'intensité ou d'acuité (Stanislavski, 1986, p.155).

Il invite alors ses étudiants à se servir du décor ou des accessoires pour faciliter l'émergence de cette mémoire affective. De nouveau, Stanislavski semble nous dire que cette psychologie « intérieure » au personnage s'éveille lorsque l'acteur parvient à porter son attention sur les objets et sujets du monde qui l'entoure.

Cette qualité d'attention, l'auteur en parle au travers l'idée du contact. Pour illustrer celle-ci à ses jeunes comédiens, le professeur imaginé par le théoricien plonge la salle de répétition dans la pénombre pour ensuite éclairer aléatoirement des éléments du décor : une chaise, un partenaire de jeu, un siège de spectateur. Ce dernier cherche ainsi à illustrer comment l'attention de l'acteur se porte sur différents éléments du monde qui l'entoure, ce qui est susceptible de nourrir, ou de nuire à son jeu. Pour développer sa qualité de contact, l'acteur doit apprendre ce qu'il appelle une « force d'accrochage », soit une capacité à se connecter à ce que l'autre exprime, notamment par son regard. En fait, le personnage du professeur explicite ainsi l'idée du contact : « J'aimerais que, tout en écoutant votre partenaire et en suivant de manière consciente la discussion et l'échange de vos pensées, vous essayiez de capter le courant intérieur qui passe de l'un à l'autre au travers votre regard » (p.190). L'objectif de cet exercice est de créer un « fleuve souterrain qui coulerait

indéfiniment sous la surface des paroles et des silences, créant un lien invisible entre le sujet et l'objet » (p.190-191). Dans cet extrait, bien que Stanislavki utilise le mot « objet », c'est bien le lien entre deux acteurs en action qu'il invite à créer. Il invite aussi les étudiants à ne pas exagérer ce courant invisible, ce qui introduit chez cet auteur l'idée de quelque chose qui se communique dans le monde du sensible. Puis, il demande aux jeunes acteurs de laisser monter les sentiments que provoquent ce contact avec l'autre pour laisser émerger le rôle. Ainsi, par un apprentissage de contact soutenu interactif où l'acteur doit apprendre à sentir et à exprimer de façon subtile, notamment par le regard, mais sans « s'éclater les veines du front » pour reprendre les mots de l'auteur, les sujets se nourrissent mutuellement dans le jeu : « il faut toujours qu'il y ait un échange mutuel » (p.196) nous dit en conclusion son personnage de professeur à Kostia l'étudiant.

Enfin, Stanislavki nous rappelle également que l'acteur doit aussi prendre en considération le contexte de la pièce, incluant les objectifs identifiés par l'auteur et le metteur en scène. La subjectivité de l'acteur est ainsi en lien avec un monde subjectif, celui créé par d'autres artistes, qu'il doit chercher à rencontrer. L'intersubjectivité de tous les artistes, mais aussi des spectateurs comme le souligne Aristote, est donc impliquée dans la rencontre qui advient lors d'une mise en œuvre d'une pièce de théâtre. Tout ce travail de contact avec le monde sert à nourrir ce qu'elle appelle « la vie psychique » du personnage qui est bel et bien la subjectivité du personnage, mais comme nous venons de le voir, contrairement à ce que plusieurs interprètent comme une vision de l'interprétation où l'acteur est confiné à son monde intérieur, c'est bel et bien grâce au monde qu'il porte en lui que l'acteur réussit à créer cet état intérieur. Nous pouvons donc résumer la position que nous interprétons comme intersubjective de Stanislavski en empruntant les mots de son personnage de professeur. Dans cet extrait, il vient de sermonner Kostia qui affirmait qu'il était paresseux de se servir de ce qui est « préparé par les autres » pour construire le jeu. Indigné, le professeur lui répond ceci :

Nous faisons vivre ce qui est caché derrière les mots, nous faisons passer nos propres rapports avec les personnages de la pièce. Tous les matériaux que nous recevons de l'auteur et du metteur en scène se trouvent filtrés à travers notre personnalité et complétés par notre imagination. Cette matière de base finit par faire partie de nous, spirituellement et même physiquement ; nos émotions sont sincères et il s'ensuit une véritable activité créatrice (p.58).

Nous nous sommes surtout attardés à la pensée de Stanislavski, car il représente l'idéal de ce que certains considèrent comme le modèle de formation solipsiste de l'acteur, ou cette idée que le comédien alimente son jeu à partir d'un travail individuel, comme coupé du monde. Le fait de porter attention au discours de ce grand maître nous permet de confronter cette perception et de plutôt placer sa pensée dans une perspective intersubjective du jeu de la rencontre théâtrale. Stanislavski nous rappelle que l'acteur évolue dans un monde humain, qu'il définit sa subjectivité à l'intérieur de celui-ci, et que son expression dans le jeu reste indissociable de cette relation au monde. Toutefois, plusieurs autres penseurs de l'interprétation dramatique semblent abonder dans ce sens.

Chekhov (1980) a par exemple popularisé une série d'exercices d'improvisation collective qui visait à développer cette attention à l'expérience subjective des autres dans le but de nourrir le jeu. À titre d'exemple d'exercice que nous retrouvons dans son ouvrage théorique, nous pouvons citer un extrait où l'apprenti acteur devait faire de légers gestes, pouvant être aussi subtils qu'une variation de la respiration, auxquels les partenaires devaient répondre. Ou encore, un autre moment où l'élève devait décrire ce qu'il avait intériorisé de la qualité de présence de son partenaire. Ainsi, ce successeur de Stanislavski semble avoir développé une pratique qui met l'accent sur la dimension intersubjective du jeu chez les comédiens.

Nous pouvons également rappeler la description que fait Grotowski (1991) de l'idée de la rencontre au théâtre pour qui le jeu « est engendré par les réactions humaines, les

impulsions et le contact entre les gens ». Nous retrouvons ici l'idée d'une expérience qui est à la fois individuelle, qui appartient au sujet, mais en même temps lié au contact avec autrui. Pour sa part, Barba (2004) affirme que l'acteur est un individu qui apprend à devenir à la fois un être transcendant, c'est-à-dire capable de créer un sens supérieur du récit auquel il participe, et que pour y arriver, il doit développer une capacité d'envoyer un écho de son expérience à d'autres personnes. Pour lui, « le but ultime du travail du comédien est de bâtir une relation vivante avec le spectateur » (p.107). Ici, une relation vivante est une relation interactive où l'acteur est sensible à l'effet qu'il provoque chez autrui. Enfin, Lecoq (1997) semble aussi ancrer le jeu dans une perspective intersubjective lorsqu'il affirme que « le jeu ne peut s'établir qu'en réaction à l'autre. Réagir, c'est mettre en relief la proposition du monde du dehors. Le monde du dedans se révèle par réaction aux provocations du monde du dehors » (p.42). Nous soulignons donc ici qu'il y a une interaction entre un sujet qui utilise intentionnellement le monde qu'il porte en lui pour exprimer un sens. En fait, c'est parce qu'il est un être qui évolue dans un monde subjectif que sa propre subjectivité se dévoile. Enfin, nous pouvons nous référer également à l'exploration anthropologique que font Barba et Savarese (2008) pour nommer que cette capacité d'entrer en relation serait partagée par toutes les cultures de formation de l'acteur, autant en orient qu'en occident. Nous serions donc en présence d'un principe universel du jeu de l'acteur, à savoir que celui-ci est un art du contact intersubjectif.

#### 4.3.3 L'intersubjectivité comme façon de comprendre le développement humain

L'intersubjectivité en psychologie est une posture qui affirme que nous sommes d'abord et avant tout des êtres subjectifs, mais aussi que notre identité est en relation avec le monde qui nous entoure du début à la fin de notre existence (Buirski et Haglund, 2010). Cette vision s'oppose à ce que Stolorow et Atwood (1992) nomment « le mythe de l'esprit isolé<sup>9</sup> ». Ce mythe que tentent de défaire ces deux auteurs souscrit à l'idée que l'individu pourrait

---

<sup>9</sup> Traduction libre du concept *The myth of the isolated mind*.

exister comme entité séparée du monde et de l'engagement avec l'autre. Selon eux, l'esprit, et nous le verrons plus loin le corps aussi, existe toujours comme une chose parmi les choses du monde. Par conséquent, selon le postulat intersubjectif, au plan ontologique, l'expérience subjective personnelle émerge à l'intérieur d'un contexte dynamique et fluide de subjectivités entremêlées. Plus précisément, ce modèle part de l'idée que nous nous développons comme personnes à partir des expériences de relation avec le donneur de soin de notre enfance et non au travers de pulsions (Buirki et Hanglund, 2010). S'il y a des expériences biologiques ou psychiques individuelles, celles-ci ne font sens que dans la façon dont elles s'actualisent dans la rencontre avec les autres subjectivités. En fait, « dans cette vision, l'écart entre le domaine intrapsychique et le domaine interpersonnel est fermé et, effectivement, la vieille dichotomie rendue obsolète<sup>10</sup> » (Stolorow et Atwood, 1992, p.18, traduction libre). Le monde interne ainsi que le monde relationnel ne forment qu'un et demeurent indissociables. Ainsi, même lorsque nous sommes seuls, même lorsque nous réfléchissons en solitaire, nous portons nous redécouvrons que le monde est toujours « en nous » comme le souligne le philosophe Merleau-Ponty (1945). Il y a toujours un autrui que l'on perçoit et qui permet de mettre en relief notre expérience subjective du monde. Ce dernier auteur développe également la dimension sensible de cette intersubjectivité sur laquelle nous reviendrons dans une section subséquente. Par contre, il convient de noter qu'aucun de ces auteurs ne défend l'idée d'une fusion entre les êtres, car pour qu'il y ait intersubjectivité, il doit y avoir présence d'une frontière entre les sujets qui sont en relation, ou entre le sujet et le monde. Cet « entremêlement » auquel font référence Buirski et Hanglund ci-haut n'est donc pas une confluence absolue.

La compréhension développementale intersubjective est reprise en psychothérapie et forme une approche à part entière. En fait, selon celle-ci, le psychologue clinicien n'est pas un élément neutre et distant, mais demeure toujours un sujet humain avec un vécu qui lui

---

<sup>10</sup> In this vision, the gap between the intrapsychic and interpersonal realms is closed and, indeed, the old dichotomy rendered obsolete.

est propre et qui s'entremêle à celui de l'autre devant soi. Elle est également décrite par Buirski et Haglund (2010) pour qui la sensibilité aux éléments intersubjectifs de la rencontre est l'élément le plus important du jeu psychothérapeutique. Le psychothérapeute influencé par l'approche intersubjective s'intéresse à ce que la rencontre de sa subjectivité et de celle du patient créé comme sens. Il s'agit d'une posture sensible qui porte son attention à l'expérience subjective de toutes les personnes qui participent à la rencontre thérapeutique (Orange, 2009). Stolorow et Atwood (1992) présentent ces rencontres entre le sujet et le monde comme des « systèmes intersubjectifs » auxquels contribue chaque personne qui y participe. Nous entrons dans chaque situation avec des principes établis développés à travers de notre histoire relationnelle et ceux-ci vont évoluer en fonction du contexte dans lequel existe ce système intersubjectif. Nous comprenons à la lumière de cette description l'intersubjectivité comme nécessaire à l'herméneutique, l'entremêlement de nos subjectivités avec le monde rendant possible l'existence du jeu créateur de sens.

En outre, les émotions vécues font partie intégrante de ce « système intersubjectif » comme le souligne Orange (2008). En effet, selon Orange, une émotion puissante va être exprimée au thérapeute d'une façon ou d'une autre et éveiller chez ce dernier une expérience subjective. À titre d'exemple, elle illustre ce phénomène par un patient qui serait très critique du thérapeute dans le but de se protéger d'une possibilité d'être humilié. Le clinicien va alors recevoir la honte sous la forme de cette critique et cela va activer quelque chose chez lui auquel il répondra en fonction de ses propres expériences comme sujet dans le monde. Ce choix de vignette nous informe donc de la subtilité du processus qui est souvent vécu dans le non-dit affectif, c'est-à-dire dans le monde sensible. Par conséquent, la sensibilité intersubjective consiste à pouvoir porter attention sur tout ce qui se joue dans l'interaction. D'ailleurs, Orange utilise un mot anglais qui n'a pas d'équivalent exact pour décrire ce phénomène, « *interplay* », qui fait référence à la fois à l'idée de l'interaction et du jeu, de sorte que nous pourrions décrire l'expérience intersubjective en thérapie comme une forme « *d'interjeu* ».

En somme, si nous comprenons la psychothérapie comme un jeu, c'est qu'elle met en scène deux subjectivités à l'intérieur d'un « système intersubjectif » partagé par les participants. L'intersubjectivité nous rappelle donc que chaque sujet entre dans ce jeu avec une expérience propre, elle-même coconstruite grâce aux interactions avec le monde humain. L'idée essentielle à retenir est qu'il n'existe pas de séparation entre la subjectivité individuelle, ce qui appartient à chaque sujet, et l'expérience de relation entre le monde, car les deux coexistent. Nous retenons aussi l'idée d'une sensibilité intersubjective qui sera développée plus loin lorsque nous aborderons le thème du sensible.

#### 4.4 CONCLUSION SUR L'AJUSTEMENT RELATIONNEL ET L'INTERSUBJECTIVITÉ DANS LA RENCONTRE

Le jeu existe, car il y a une rencontre, mais aussi parce qu'il y a un ajustement relationnel entre les participants. Au théâtre, il ne peut y avoir de représentation sans relation. En psychologie clinique, l'ajustement relationnel est vu pour plusieurs comme le cœur de la thérapie. L'approche qui semble le mieux décrire cet ajustement relationnel est celle de l'intersubjectivité. Nous avons décrit l'intersubjectivité comme école théorique de compréhension du développement humain et de la psychothérapie dans le monde de la psychologie humaniste. Selon les auteurs cités, la « sensibilité intersubjective » demeure essentielle à la rencontre dans le jeu psychothérapeutique. Rappelons d'ailleurs que pour Rojas-Urrego (1991), l'intersubjectivité est un des éléments préalables à l'idée de la rencontre en psychiatrie.

Cette série de postulats nous informe que la subjectivité est formée par nos expériences de rencontre avec le monde qui nous entoure. Nous pouvons former des principes

organiseurs en fonction de ces rencontres, mais ceux-ci sont toujours lié à ce contact de l'être avec son environnement physique et humain. Selon cette approche, nous pouvons vivre des « pulsions » ou être en partie déterminés par une dimension biologique, mais ultimement, ces parts de l'être ne font sens qu'en lien avec le monde. Pour paraphraser Stolorow et Atwood (1991), il n'existe pas de nouveau-né isolé qui a faim. Le ventre creux du nourrisson n'a de sens que parce qu'il entre en relation avec sa mère pour combler son besoin. Le sujet existe par le relief que lui procure le contact avec le monde, contact que nous comprendrons plus loin comme éminemment sensible.

Enfin, nous l'avons vu avec Stanislavski l'explicitation du jeu de l'acteur que fait ce grand maître du théâtre fait écho à cette idée de l'intersubjectivité. Plutôt que la vision psychologique individualiste que nous proposent généralement les lecteurs de son approche, nous croyons que son système met plutôt en évidence la nécessité de l'autre pour que le sujet, le personnage joué par un acteur, prenne forme. Nous avons aussi vu que plusieurs de ses successeurs au 20<sup>ème</sup> siècle mettent de l'avant l'idée de l'ajustement intersubjectif comme fondement du jeu de l'acteur. Nous croyons donc avoir suffisamment établi l'idée que si le jeu débute par une rencontre, il existe aussi par la relation qu'entretiennent les sujets qui jouent avec le monde. Toutefois, il reste à décrire certains processus qui encadrent cet ajustement relationnel qui existe dans le monde du jeu, ce que nous ferons dans la section qui suit.

## CHAPITRE V

### LA RENCONTRE DANS LE JEU EST CONSTITUÉE DE TROIS ÉLÉMENTS ESSENTIELS : LA PRÉSENCE, LE TEMPS ET L'ESPACE.

#### 5.1 INTRODUCTION AU CHAPITRE

Rappelons la question de recherche qui guide le présent exercice : mieux comprendre l'expérience de la sensibilité telle que vécue par les comédiens dans le monde du jeu, et cela afin d'éclairer en retour la pratique du clinicien. Nous avons compris que le jeu est le résultat d'une rencontre qui par la suite prend la forme d'un constant ajustement relationnel à l'autre. Ensuite, nous avons pu constater que, pour plusieurs auteurs, le jeu dans lequel s'actualise cette rencontre se réalise en fonction d'un cadre qui lui est propre, ce que Leroy-Viémon (2008) a nommé la « métarencontre ». Grâce à ces auteurs, nous avons compris qu'être sensible dans le monde du jeu, c'est être attentif à tous les éléments qui le constituent et qui permettent cette rencontre avec autrui. La prochaine section se propose donc d'élaborer les éléments qui sont présentés par la littérature comme étant constitutifs du jeu.

Nous débuterons par l'idée de la présence, ou plutôt, pour reprendre les mots de Rojas-Urrego (1991), de la « coprésence » des sujets qui se rencontrent dans le jeu. Nous savons en effet que la présence est un thème important autant en théâtre qu'en psychothérapie. Ensuite, nous allons parler de la spatialité et de la temporalité mise en jeu autant en psychothérapie qu'en théâtre. En effet, comme nous le rappelle Leroy-Viémon (2008), une sensibilité à ces éléments est essentielle pour maîtriser la métarencontre en

psychothérapie. Nous pourrions par la suite réfléchir sur l'importance que prennent l'espace et le temps comme éléments qui forment le cadre du jeu.

## 5.2 L'ÉTAT DE PRÉSENCE COMME SAVOIR-ÊTRE INDISPENSABLE À LA RENCONTRE DANS LE JEU

Le spectateur ne se tient pas dans la distance de la conscience esthétique qui savoure l'art de la représentation, mais dans la communion de la présence (Gadamer, 1996, p.150).

Au théâtre, l'état de présence apparaît comme primordial. En fait, elle est pour certains au cœur du jeu de l'acteur : « l'art représentatif de l'acteur est un art présent » (Viens, 1995, p.1). Le mot est omniprésent chez les acteurs lorsqu'ils font référence à l'art de jouer. En psychothérapie, « la présence a été décrite comme étant l'un des cadeaux le plus thérapeutiques qu'un thérapeute puisse offrir à un client » (Geller et Greenberg, 2005, p.46). En fait, selon ces derniers auteurs, ce mot est souvent nommé comme qualité essentielle pour tout psychothérapeute. La présence est aussi nommée par Rojas-Urrego (1991) comme un des éléments qui actualisent la rencontre en psychiatrie. Elle est aussi évoquée chez Gadamer (1996) pour qui, comme l'indique la citation précédente, le jeu du théâtre n'a de sens que dans la présence sensible à l'altérité. Même chose chez Winnicott (1975) qui explique que l'enfant peut commencer à jouer avec autrui lorsqu'il est en présence d'une personne disponible et ressentie comme réfléchissante.

Ainsi, autant au théâtre qu'en psychologie humaniste, la présence est souvent nommée comme une qualité nécessaire à la rencontre sensible, mais, étonnamment, nous retrouvons peu de définitions concrètes de celle-ci. Par exemple, dans un recueil d'entrevues menées auprès de plusieurs grands comédiens et metteurs en scène de théâtre, Féral (2001), qui tente de mieux comprendre le jeu de l'acteur, pose systématiquement une question sur la présence à chaque participant rencontré, et ceux-ci répondent comme si la

question résonnait profondément pour eux. En outre, en lisant les témoignages recueillis par cette chercheuse sur l'expérience du jeu au théâtre, on sent que chaque artiste porte une représentation qui lui est propre de ce qu'est la présence. Il semble donc que le phénomène de la présence puisse être compris de différentes façons.

Le même constat est fait par Geller et Greenberg (2005) pour la psychologie clinique. En effet, ceux-ci observent qu'il s'agit d'un concept souvent nommé, mais que « pourtant il n'existe que des définitions et explications théoriques globales des implications de la présence » (p.46). En d'autres mots, ses effets bénéfiques sont souvent discutés, mais le vécu de la présence demeure peu explicité. L'idée de la présence reste donc omniprésente autant dans le jeu théâtral que pour le jeu de la psychothérapie, mais le manque de définition de celle-ci semble nous informer qu'il s'agit d'une dimension abstraite et peu saisissable. Il s'agit donc d'un thème qui reste au cœur de l'idée de la rencontre dans le jeu et qui gagne à être davantage élaboré. Malgré le manque de définition claire, nous allons tenter de faire un tour d'horizon de certaines idées qui entourent la présence, mais nous retenons qu'il s'agit d'un état qui est pour l'instant surtout possible d'explicitier par la description de son expérience vécue.

### 5.2.1 La présence au théâtre est une posture extraquotidienne

Selon Barba (2004), la présence au théâtre serait ce qui agit sur le spectateur, c'est-à-dire sur ce qui le touche. La question de la présence de l'acteur est notamment abordée à travers le regard anthropologique de Barba et Savarese (2008) dans un ouvrage qui fait état de l'expérience qu'en font les artistes de différentes cultures. L'élément principal qui ressort de leur recherche est que la présence théâtrale nécessiterait l'adoption d'une « tension extraquotidienne ». Nous reviendrons plus tard sur la dimension de « tension » que développent également les auteurs, décrite par ceux-ci comme une amorce de mouvement

et une retenue, mais pour l'instant concentrons-nous sur l'idée de « l'extraquotidienneté » de la présence. Barba et Savarese parlent notamment d'un « geste extra-quotidien », qu'ils décrivent comme une façon de bouger et d'être en action sur scène qui est différente de celle que nous adoptons en dehors de l'espace scénique et qui serait une condition à l'état de présence. En fait, selon eux, le « corps est déconstruit et reconstruit pour la scène » (p.65).

Les observations de ces auteurs, qui associent la présence à une capacité de sortir d'une posture quotidienne, se retrouvent aussi chez plusieurs grands maîtres du théâtre. Par exemple, Stanislavski affirmait que l'un des premiers objectifs de tout acteur était de réapprendre à bouger sur scène. Rappelons ici le style qu'il a adopté pour communiquer son savoir expérientiel sur le jeu de l'acteur, le récit d'un jeune acteur qui reçoit des consignes d'un professeur de théâtre. Dans un des extraits, le professeur demande à Kostia, l'étudiant, de simplement reproduire un geste banal du quotidien, soit d'aller ouvrir une porte. Or, l'étudiant semble incapable de faire ce geste ordinaire, allant parfois vers l'exagération, d'autre fois escamotant trop le mouvement. Via cette illustration, Stanislavski explique que l'espace scénique éloigne l'acteur de sa présence en le ramenant dans sa tête, car la scène exige une adaptation du fait qu'elle est un lieu de représentation et non un lieu quotidien. Ce maître du théâtre introduit donc ici l'idée que l'état de présence est un engagement dans l'action, mais aussi du danger d'en sortir, car le jeu y est alors vu comme étant d'une autre nature que celle de la vie de tous les jours.

Checkhov (1980), étudiant de Stanislavski qui a poussé plus loin son enseignement, parle de la présence en distinguant le « moi quotidien » du « moi artiste non quotidien ». Le premier « moi » serait déformé par la vie de tous les jours qui nous éloignerait d'une harmonie idéale. Cette harmonie, il la définit comme un parfait équilibre entre le corps et l'esprit qui serait perturbé par le contexte social, notamment le stress qui nous amène à trop user de la

pensée. Le « moi-artiste » pour sa part, celui qui permettrait à la présence de se manifester, serait la posture que l'acteur prend pour retrouver cet équilibre. Cette posture se caractériserait en fait par une capacité d'abandon à ce qui se passe sur scène, mais aussi par une capacité à être inspiré qui ne se retrouverait pas au quotidien. En outre, ces deux « moi » seraient liés. En fait, le « moi artiste » prendrait « possession » du « moi quotidien » pour l'élever :

Le moi est indissociable de notre mode de vie, mais il se soulève lorsqu'inspiré. Vous vous sentirez puissant. Cette force qui émane de tout votre être se communique à tout ce qui vous entoure, envahit le plateau, et se répand jusque sur le public. Elle vous lie aux spectateurs en leur transmettant toutes vos intentions, vos pensées vos sentiments et jusqu'aux images qui passent dans votre esprit. Grâce à cette force, vous éprouvez intensément le sentiment d'être véritablement présent sur scène (p.125).

Checkhov nous dit ainsi que la présence est une capacité de s'abandonner dans une harmonie corps et esprit qui serait élevée par l'inspiration artistique. Les exercices qu'il propose pour parvenir à cet état tournent tous autour de l'idée du lâcher-prise sur le quotidien, notamment par le travail d'improvisation.

Grotowski (1991) abonde aussi dans le même sens alors qu'il propose l'idée que la présence scénique serait le résultat d'un dépouillement du corps de l'acteur de ce qui est superflu, en particulier des tensions quotidiennes, afin d'améliorer ses capacités expressives et réceptives. En fait, selon lui, l'acteur est présent lorsqu'il se défait de suffisamment de tension pour réussir à mieux accueillir ce qui se passe autour de lui, mais aussi à mieux transmettre ce qu'il cherche à communiquer. Sa méthode, qu'il nomme le *via negativa*, consiste d'ailleurs à dépouiller l'acteur de tout geste jugé inutile afin de retrouver l'essentiel d'une sensibilité de base. Selon cette approche, la vie nous apprend à supprimer nos émotions et à envelopper notre corps d'une armure pleine de tensions corporelles qui bloquent l'expression, et l'acteur doit s'entraîner pour apprendre à se libérer de celles-ci

(Waungh, 2000). En fait, il compare le travail de l'acteur à celui du sculpteur : sous la matière brute, se cache un être vrai où sont inscrites les expériences émotives que l'acteur doit tenter de contacter.

### 5.2.2 La posture extraquotidienne se caractérise par un déséquilibre

Barba et Savarese (2008) croient que la caractéristique principale de l'extraquotidien réside dans le fait de surtout pouvoir abandonner notre équilibre quotidien : « l'élément qui rapproche les images d'acteurs et de danseurs de différentes époques et de différentes cultures, c'est l'abandon d'un équilibre quotidien en faveur d'un équilibre extraquotidien » (p.81). En examinant photographies et peintures d'acteurs, ils concluent que le corps de l'acteur qui joue est toujours dans une tension qu'impose le déséquilibre. Au niveau corporel, les acteurs présents seraient donc ceux qui se permettent d'explorer d'autres postures que celle, bien centrée, de tous les jours. Au niveau psychique, les auteurs semblent plutôt faire référence à une disponibilité ainsi qu'à une capacité d'être déstabilisés. Ainsi, selon eux, la présence est une capacité à sortir d'une posture physique et mentale rigide, une capacité de se surprendre, mais aussi de ne pas savoir dans quelle direction on sera porté, comme le funambule qui doit composer avec les mouvements de sa corde. Le lien entre le déséquilibre et la présence est aussi évoqué chez Lecoq (1997) pour qui la présence est comprise comme une capacité de jouer avec les multiples nuances de l'équilibre et du déséquilibre. Stanislavski (1980) pour sa part parlait davantage « d'adaptation », expliquant que la présence exigeait de l'acteur de pouvoir réagir au contact des éléments vivants qui caractérisent la représentation théâtrale, par exemple un public qui serait moins réceptif, ou encore un collègue acteur qui joue différemment qu'à l'habitude.

### 5.2.3 La présence décrite comme une tension vers la mise en action

Barba et Savarese (2008) ne font pas que parler d'extraquotidienneté comme étant nécessaire à la présence de l'acteur, ils parlent aussi d'une « tension ». Cette caractéristique de la présence est bien décrite par Viens (1995) dans un mémoire qui cherche à comprendre l'état de présence. En fait, cet auteur la présente comme une capacité de l'acteur de toujours être dynamique, même lorsqu'il est en apparence immobile sur scène. L'acteur présent est un acteur qui est toujours prêt à amorcer un mouvement, et ce même s'il ne bouge pas. Viens décrit cet état comme de « petites décharges d'énergies » qui servent de transition entre différentes postures du corps. En fait, la présence serait un changement de tonicité dans le corps tout entier qui se caractériserait par un début de mouvement, mais aussi par une résistance à celui-ci. En outre, le chercheur précise que cette énergie en suspens devient présence lorsqu'elle est liée à une intention. Cette intention s'accompagne d'une attention soutenue de l'acteur et au mouvement qu'il va mettre en œuvre. Cette « énergie de l'intention » doit être contrôlée, c'est-à-dire qu'elle ne doit pas être agie sans retenue :

Dans l'instant qui précède l'action, quand toute la force nécessaire est déjà prête à se déployer dans l'espace, mais comme suspendue et encore tenue en bride, l'acteur éprouve son énergie sous forme de *sats*, autrement dit préparation dynamique. Le *sats* c'est le moment où l'action est pensée/agie par l'organisme tout entier qui, même dans l'immobilité, réagit par des tensions. C'est cet instant où l'on est décidé à faire. Il se produit alors un investissement musculaire, nerveux et mental tendu vers un objectif ; une tension et une concentration d'où jaillira l'action ; un ressort sur le point de se déclencher (Barba, cité par Viens, 1995, p.48).

Barba et Savarese relient d'ailleurs le concept à « quelque chose d'invisible : l'énergie ». (p.65). Ce concept, qui pour eux semble aussi à la fois évident pour les comédiens qu'il est abstrait et difficile à décrire, est cette idée d'une accumulation d'énergie qui provient du déséquilibre et des tensions. En fait, ils parlent d'une « polarité » entre une « énergie vigoureuse » qu'ils appellent l'*animus*, et une « énergie souple » qu'ils identifient au concept

« d'*anima* » (p.64<sup>11</sup>). Ils utilisent l'*anima* et l'*animus* comme métaphores en expliquant que ces termes font référence à un concept transculturel voulant que l'âme soit vue comme un vent : « ce souffle peut changer de visage tout en restant lui-même par un subtil changement de sa tension interne » (p.64). En outre, cette énergie qui contribue à construire l'état de présence, ne se manifeste pas que dans le débordement d'activité, mais « indique aussi quelque chose d'intime dont la pulsion est présente même dans l'immobilité et le silence, une force contenue qui s'écoule dans le temps sans se déployer dans l'espace » (p.65). La tension a lieu pour eux entre un souffle intime et un vent qui sort vers l'extérieur. Les auteurs font référence à l'idée d'une « préexpressivité », c'est-à-dire une intention qui précéderait l'action. Celle-ci, selon eux, nous habite avec que nous n'entamions notre mouvement, et c'est dans l'espace qui existe entre cette intention préexpressive et le mouvement que se formerait cette tension nécessaire à l'état de présence.

Tous ces concepts sont difficiles à saisir pour l'esprit, car ils renvoient à notre imaginaire proprioceptif, dans ce sens qu'ils semblent faire référence à un mouvement ressenti de l'intérieur, à une impression de vivre d'une façon particulière le déséquilibre et la tension entre l'entrée en action et la retenue, même lorsque la personne ne paraît pas bouger. Ces petites transitions seraient subtiles, composées de nombreuses petites décharges d'énergies qui modifient le cours de l'action et qui amèneraient ce déséquilibre extraquotidien propre à l'état de présence dans le jeu.

Cette idée de la tension dynamique entre un mouvement et une retenue dont on doit réguler l'expression dans le temps, on la retrouve aussi chez Dario Fo (selon Féral, 2001). Pour cet acteur, la présence est quelque chose de naturel au théâtre comme dans la vie et qui se caractérise par une capacité de laisser une impression, d'émaner quelque chose. En

---

<sup>11</sup> Les auteurs prennent ici soin de nommer qu'ils font référence au concept anthropologique de la polarité *anima-animus* qu'ils distinguent de la description qu'en fait Jung en psychanalyse.

outre, il affirme que c'est une qualité qui est donnée à quelques personnes naturellement et non à d'autres. Cela pose bien entendu la question sur la capacité d'enseigner et de développer la présence. Par contre, selon lui, même si la présence est quelque chose que les personnes dotées de ce talent font déjà au quotidien, il demeure nécessaire d'apprendre à bien la doser sur scène. En effet, selon lui, si plusieurs personnes peuvent être pourvues d'une capacité naturelle de présence au quotidien, c'est tout de même un état qui se manifeste de façon ponctuelle, qui part et qui revient. C'est pour cela que, selon lui, l'acteur doit apprendre la pudeur afin d'entretenir sur scène un certain mystère dans le dévoilement du récit. Ce mystère serait la part de ce qui est non révélé par l'acteur, laissant un espace à l'imaginaire du spectateur pour combler par sa subjectivité ce vide volontaire. L'acteur qui ne dose pas bien sa présence et qui cherche trop à la manifester en vient à écraser l'espace que le public doit occuper, et par le fait même, défait l'impact que cet état devrait avoir sur les spectateurs. La présence est donc quelque chose qui doit être dosé sur scène. Elle fait partie des talents naturels de l'humain qui se retrouvent au quotidien, mais il faut savoir quand l'utiliser devant le public. La véritable présence, soutenue durant tout un spectacle, est donc caractérisée par une capacité à maintenir l'engagement de l'autre, spectateur ou partenaire de scène, dans la relation de jeu, et ce en lui laissant suffisamment d'espace pour cela.

#### 5.2.4 L'état de présence comme élément essentiel de la psychothérapie

Geller et Greenberg (2005) demeurent parmi les rares chercheurs à s'être intéressés à l'état de présence en psychothérapie. Ceux-ci font état dans une brève revue de littérature de nombreux penseurs de la relation thérapeutique qui le nomme comme l'élément le plus important des processus relationnels en psychologie. Ils affirment que Rogers aurait nommé en fin de carrière la présence comme la quatrième condition essentielle au succès de toute thérapie.

Parmi les définitions que retracent Geller et Greenberg, nous avons retenu celle de Bugental pour qui celle-ci est constituée de trois composantes : « la disponibilité et l'ouverture à tous les aspects de l'expérience du client, l'ouverture à sa propre expérience, et la capacité à réagir au client à partir de cette expérience » (p.46, selon Geller et Greenberg, 2005). Nous notons quelques mots-clés intéressants à retenir, soit la disponibilité, l'ouverture, la réflexivité et l'expérience. Nous comprenons par cette définition que la présence implique quelque chose de l'ordre d'une attention portée à la fois vers l'expérience propre du sujet et vers celle de l'autre. Clarkson (selon Geller et Greenberg, 2005) ajoute pour sa part l'idée d'une mise entre parenthèses des présupposés pour être en mesure de mieux recevoir l'expérience subjective de l'autre. Enfin, les auteurs évoquent aussi les définitions qui font référence à une capacité du thérapeute de pleinement s'investir dans la relation avec tout son être. Nous retenons donc l'idée d'un plein engagement qui s'ajoute aux autres éléments précédemment cités.

Nous croyons aussi significatif de souligner le résumé que les auteurs font de la description que donne Buber de l'état de présence qui serait selon ce dernier un élément central de la relation « je-tu » :

Selon Buber, « toute vie réelle est rencontre », et la guérison émerge de la rencontre qui a lieu entre les deux personnes alors qu'elles deviennent pleinement présentes l'une à l'autre. Buber dit que, quand nous sommes présents, nous « rendons sacrée la vie quotidienne », ce qui crée l'espace qui permet à la dimension lumineuse et spirituelle d'émerger. La dimension spirituelle se réfère à la croyance que nous ne sommes pas isolés, mais plutôt que nous faisons partie d'une existence globale élargie (Geller et Greenberg, 2005, p.47).

Plusieurs éléments issus de cette définition retiennent notre attention. Tout d'abord le lien avec le monde spirituel, renvoyant de nouveau la présence à quelque chose qu'il est difficile de cerner. La définition précédente parle aussi d'expansion de l'existence, d'un élargissement de l'être. Enfin, nous soulignons dans sa définition l'idée d'un passage de la

vie quotidienne vers le sacré, comme s'il y avait quelque chose d'extraquotidien dans la présence pour cet auteur.

Ensuite, après avoir nommé ces éléments, Greenberg et Geller ont questionné, par l'intermédiaire d'une méthodologie qualitative visant à « condenser le contenu », quatre psychothérapeutes afin d'élaborer leur vécu respectif de l'état de présence. Nous résumerons quelques éléments de leurs résultats qui ont retenu notre attention. Tout d'abord, leur analyse met en évidence une certaine organisation de celle-ci qui est séparée en trois dimensions : la préparation, le processus et l'expérience.

La préparation fait référence à une attitude qui est privilégiée afin de favoriser l'émergence de l'état de présence. Principalement, les psychologues ayant participé à cette recherche auraient nommé l'importance de créer un espace intérieur, de respirer, et de s'octroyer un moment de contact avec soi avant de rencontrer autrui. Selon cette description, la présence impliquerait donc une attitude réflexive où l'attention est portée sur soi-même. Les auteurs nomment aussi l'importance de l'intention d'être présent durant cette préparation. Il y a donc une forme d'intentionnalité. Enfin, notons qu'en nommant la respiration, nous comprenons qu'une attention portée au corps semble aussi faire partie de cette étape.

La deuxième étape identifiée par les auteurs, le processus, fait référence à la façon dont la présence se met en œuvre dans la rencontre thérapeutique. Dans cette section, les participants font référence à l'idée d'un « troisième œil » comme métaphore d'une capacité à ressentir quelque chose d'invisible. Un autre parle d'une « perception extra-sensorielle », ce qui semble de nouveau nous renvoyer à l'idée de quelque chose d'invisible. Selon les témoignages rendus dans cet article, le psychothérapeute présent serait donc en mesure de capter quelque chose « d'extra » que ses sens ne voient pas de façon explicite. Les

participants feraient aussi référence à l'idée d'une alternance d'attention portée à soi et à l'autre. Nous retenons de nouveau l'idée de l'attention aux expériences des deux sujets rencontrés, mais aussi l'idée d'un mouvement de celle-ci entre les deux sujets. Nous retrouvons aussi le concept de congruence et d'authenticité, comme si l'état de présence nécessitait d'être en contact avec quelque chose de ressenti comme vrai en soi. Enfin, les auteurs disent aussi avoir identifié l'idée de se ramener dans l'instant présent comme processus d'actualisation de la présence.

La dernière dimension nommée par Geller et Greenberg, celle de l'expérience, semble faire référence à la description, souvent imagée, du vécu de la présence. Ou en d'autres mots, la manière dont les participants sentent l'effet de celle-ci. À ce sujet, Geller et Greenberg disent avoir relevé l'idée d'une immersion, celle d'une expansion, ainsi qu'un « *experiencing* d'émotions rehaussées ».

#### 5.2.5 Conclusion sur la présence

La présence est un concept omniprésent autant en théâtre qu'en psychologie clinique, mais qui reste difficile à définir. En fait, « *être présent* à est un fondement de la rencontre » (Rojas-Urrego, 1991, p.67). Nous avons vu que celle-ci est intimement liée au jeu qui est au cœur de notre question de recherche. Certains comme Geller et Greenberg (2005) ont tenté de la comprendre en interrogeant des psychothérapeutes. De ces entrevues, ils ont fait émerger des lignes générales qui constitueraient la façon de vivre cette présence en trois étapes. Au théâtre, la présence est davantage explicitée, mais elle reste difficile à définir de façon conceptuelle. Nous retenons toutefois quelques grands axes : le fait que l'état de présence naisse d'une posture extraquotidienne, mais aussi que cette posture se caractérise par un abandon du clivage entre le corps et l'esprit, par une recherche de déséquilibre qui amène une tension entre une intention de mouvement et une retenue. Nous retenons de la

littérature qu'autant au théâtre qu'en psychologie clinique, nous sommes dans le monde de l'expérience vécue lorsque nous parlons de présence, c'est-à-dire que l'on parle de quelque chose qui est subtilement ressenti et qui semble peu objectivable. La présence semble être un savoir-être qui exige d'être sensible à ce que nous sommes en train de vivre dans l'espace de jeu. À lumière de la description qu'en font les auteurs, on peut imaginer que pour le comédien, c'est de retenir une intention sans anticiper les répliques qui sont à venir. D'être toujours prêt à intervenir et être activé par une énergie.

Si nous revenons à la question de recherche visant à mieux comprendre l'expérience de la sensibilité dans le jeu, nous pouvons donc affirmer que la capacité de développer un état de présence fait partie de l'expérience du jeu, autant au théâtre qu'en psychologie clinique. De plus, le fait que cet état soit plutôt invisible et qu'il reste difficilement objectivable nous laisse croire qu'il existe grâce à la dimension sensible de la rencontre que nous aborderons plus loin. D'ailleurs, nous avons évoqué plus tôt que pour comprendre la description que font Barba et Savarese (2008) de l'état de présence, il fallait presque faire appel à notre imaginaire proprioceptif. Nous avons là une indication que ce thème pourrait être lié à celui de la sensibilité.

Maintenant que nous avons discuté de la présence, nous allons aborder la spatialité dans laquelle se réalise la rencontre.

### 5.3 LE JEU EXISTE DANS UN ESPACE THYMIQUE

Le partenaire de jeu de l'acteur, c'est l'espace. Cela amène à considérer l'acteur dans une architecture, dans un environnement, dans un espace. Les lignes, le sens des lignes deviennent paroles, deviennent signifiantes. L'espace entre les acteurs, même quand ces derniers ne bougent pas, signifie que chaque moment d'immobilité est voulu, calculé et pesé (Maheu dans Féral, 2001, p.204).

Nous avons vu que le mot théâtre, de par son étymologie, fait référence à l'idée de la représentation d'artistes devant des spectateurs. En fait, comme le rappelle Ortega Y Gasset (1975), le mot théâtre nous renvoie bien sûr à un lieu, celui où se déroule le jeu, mais aussi à une idée, celle du jeu théâtral. Tout d'abord, il rappelle que la configuration spatiale du théâtre est pensée dans le but de structurer une rencontre entre des comédiens qui représentent, et des spectateurs qui observent. Mais surtout, le théâtre est, pour Ortega Y Gasset, un lieu que l'on visite volontairement pour sortir du monde réel quotidien afin d'entrer dans l'irréel de la fantasmagorie théâtrale. Il nous dit que le théâtre nous libère de l'emprise de la réalité pour nous permettre de jouer. L'idée du théâtre, qui va au-delà de l'espace physique, est donc pour lui reliée au fait de pouvoir participer à ce monde imaginaire qui existe en dehors des conventions de la vie de tous les jours. Pour lui, autant l'acteur sur scène joue, autant le public dans la salle devient complice et compagnon de ce jeu, faisant du théâtre dans son ensemble un lieu où la création d'une « *ultravie*<sup>12</sup> » devient possible. En somme, selon Ortega Y Gasset, le lieu physique qu'est le théâtre rend possible l'idée plus abstraite du jeu théâtral. Selon lui, la sensibilité humaine a besoin d'espaces de jeu comme celui que permet le théâtre, mais il constate que ceux-ci se font plus rares qu'à une autre époque.

---

<sup>12</sup> Traduction libre du terme original « *ultralife* » utilisé par l'auteur.

Gadamer (1996) évoque aussi le fait que l'herméneutique du théâtre nécessite de prendre en considération le rapport à l'espace. Jouer se fait dans un espace délimité qui vient avec ses règles historiques. Par exemple, dans un théâtre traditionnel d'inspiration européenne, qu'il soit élisabéthain ou italien, on sait que le *proscénium* sépare le public des acteurs, permettant la distance nécessaire pour qu'il y ait représentation. Les gens qui entrent dans un théâtre savent qu'ils doivent respecter certaines règles, dont celle du silence, car ce lieu est associé à une histoire, une tradition. Pour Gadamer, le lieu permet donc au jeu d'exister. Bien entendu, les artistes de tous les temps ont exploré différentes façons de contourner les règles, comme dans le cas du théâtre de rue où les acteurs jouent au milieu des badauds qui circulent, mais lorsque les artistes brisent ces règles établies, c'est toujours en ayant comme référence cette organisation qui permet la rencontre entre artistes et la scène.

Nous avons aussi vu que l'idée de la spatialité est aussi intégrée à celle de la rencontre qui se réalise dans le jeu. Rojas-Urrego (1991) tout comme Leroy-Viémon (2008) soulignent l'importance de considérer le contexte spatial dans lequel se déroule celle-ci. Toutefois, le concept qui nous intéresse le plus est celui d'espace thymique de Binswanger que décrit ainsi Leroy-Viémon :

À côté de l'espace orienté, de l'espace géométrique et de l'espace physique, l'espace thymique désigne l'espace dans lequel séjourne la présence humaine. Cet espace, que la science spécialisée a longtemps méprisé, faute de catégorie scientifique pour en rendre compte, exprime la façon dont l'être s'accorde toujours à l'espace alentour par une « humeur », une *Stimmung*, une « tonalité affective de base » qui confère un ton et une couleur uniques à la continuité existentielle de l'être (p.215).

Cet espace mis en lumière par Binswanger est un espace investi par la subjectivité affective humaine. Leroy-Viémon (2012) explicite la particularité de l'espace thymique en utilisant l'image d'une personne qui cherche à se repérer dans un lieu inconnu. Cet individu pourrait se servir de l'espace orienté en tentant de repérer le nom des rues, ou encore d'identifier les points cardinaux afin de s'orienter sur une carte. La personne qui s'oriente davantage en

fonction d'un rapport thymique à l'espace irait plutôt « là où le cœur lui dit d'aller ». En fait, selon elle, il s'agit d'un « espace existentiel » investi par notre psychisme, notre subjectivité. La psychologue défend l'importance pour toute personne qui pratique l'art de la rencontre, ici dans le contexte psychothérapeutique, d'être sensible à cet espace thymique. Elle en fait la démonstration en explicitant le travail qu'elle a accompli auprès de personnes cérébro-lésées, mais aussi en se servant de l'expérience des danseurs. Par l'intermédiaire de l'explicitation de son travail, Leroy-Viémon nous aide à comprendre que cet espace thymique se construit par l'investissement que fait le sujet du corps vécu et de ses affects dans l'espace du jeu. Elle nous permet aussi de saisir que cet espace prend un sens particulier de par le fait qu'il est habité par plusieurs subjectivités qui se rencontrent à travers leur corporéité. Si nous revenons à notre question de recherche, nous comprenons qu'être sensible à l'autre dans la relation de jeu sensible nécessite aussi une sensibilité à cet espace thymique. Nous proposons donc de voir comment les théoriciens du théâtre conçoivent ce rapport à l'espace, pour ensuite revenir à l'idée que la psychologie s'en fait.

### 5.3.1 L'espace affectif au théâtre

Lorsque nous avons parlé d'intersubjectivité, nous avons élaboré autour de la notion de contact telle que comprise au théâtre par Stanislavki (1984). Rappelons que cette idée du contact implique les autres comédiens, mais aussi le monde dans lequel l'acteur évolue. En effet, nous avons donné l'exemple de Kostia qui revisitait son trajet jusqu'au théâtre pour éveiller sa mémoire affective, ou encore qui apprenait à s'appuyer sur les objets déployés par la scénographie pour nourrir son jeu. Nous croyons que cette utilisation de l'espace de jeu dans le travail de construction du personnage est un exemple de cet espace thymique dont il est question plus haut. En outre, Stanislavki trace également un lien entre l'imaginaire et l'espace scénique où l'acteur joue : l'artiste de théâtre s'inspire de l'espace scénographique, décors et costumes, pour alimenter son imaginaire ainsi que sa mémoire affective, et vice-versa, c'est-à-dire qu'il doit aussi projeter son imaginaire sur la scène.

Cette idée de se laisser toucher par l'environnement de jeu, l'élève de Stanislavski, Chekhov (1980) la reprend et la pousse plus loin, mais cette fois en parlant d'une sorte de sensibilité à l'atmosphère. En effet, selon lui, tout lieu, tout espace, que ce soit dans la rue, dans une église ou sur scène, comprend une qualité atmosphérique. Il affirme que l'objectif du comédien est de pouvoir laisser son jeu être touché par l'atmosphère d'une pièce, car celle-ci « exerce sur le jeu une influence extrêmement forte » (p.76). Celle-ci selon lui affecte les gestes, la voix, les pensées et les sentiments. L'acteur doit en fait être sensible à cette atmosphère, car par la suite il devient, en faisant partie de la représentation, lui-même un élément de la représentation atmosphérique qui va toucher les spectateurs. Chekhov nous informe alors du fait que cette sensibilité à l'environnement reste intersubjective :

Les acteurs, qui ont le sens et le goût de l'atmosphère dans un spectacle, savent bien quel genre de lien puissant celle-ci établit entre eux et le public. Le spectateur lui-même, saisi par cette atmosphère, se met à participer au jeu des acteurs. Il se crée un courant entre la salle et la scène qui donne au spectacle une qualité inhabituelle. Si les acteurs, le metteur en scène, l'auteur, le décorateur, et éventuellement les musiciens, réussissent à créer l'atmosphère qui convient à la pièce, le public ne pourra pas rester indifférent (p.74).

La clé de ce pouvoir de l'atmosphère réside selon lui dans ce qu'il appelle le « pouvoir dynamique » qui rencontre le « sentiment » humain. En effet, il observe que la qualité atmosphérique est porteuse d'une force qui inspirera des émotions aux personnes sensibles. En outre, il arrive, selon Chekhov, que différentes atmosphères se rencontrent de façon conflictuelle pour se transformer en quelque chose d'autre. Il donne comme exemple l'église paisible qui inspire calme et sérénité dans laquelle un groupe de touristes bruyant rentreraient : une ambiance est bouleversée par l'arrivée d'une autre. Dans cet exemple, il dit qu'autant les touristes peuvent être touchés par la paix du lieu que le lieu peut devenir autre par le simple brouhaha que provoquent ces gens. Ainsi, il explique comment les atmosphères ne sont pas figées et se transforment au contact d'autrui. Enfin, selon lui, tous les artistes de théâtre peuvent contribuer à cette atmosphère : le décorateur, le musicien,

etc. Toutefois, le rôle de l'acteur dans la création de celle-ci est plus subtil que celui de ceux qui construisent l'espace visuel et auditif. L'acteur le fait par son geste, son regard, bref sa façon de jouer elle-même imprégnée de l'espace thymique dans laquelle il joue. L'ambiance affective dont Chekhov parle est donc autant la création du jeu sensible des comédiens que des scénographes.

Brooke (1977) associe aussi l'espace de jeu à l'idée de l'atmosphère. En effet, selon lui, les metteurs en scène cherchent à créer une atmosphère humaine lorsqu'ils créent un spectacle. En fait, selon lui, c'est cette qualité atmosphérique qui se construit au fil des répétitions et qui est constituée des rapports humains entre les artistes qui se transmettra le plus aux spectateurs. Brooke travaille à alimenter cet espace affectif, mais aussi à faciliter l'accordage sensible de ses acteurs à celle-ci. Selon lui, c'est là l'essentiel de la créativité des comédiens : savoir être sensible à l'atmosphère affective qui se construit au travers des rencontres humaines. De plus, il faut savoir déchiffrer le langage de cette atmosphère qui, « comme la vie, se sert de mots, mais aussi de silences, de stimuli, de la parodie, du rire et de la tristesse, de l'activité et du repos, de la carté et du chaos » (p.105). Au fil des répétitions, il se construit un monde empreint d'expériences émotionnelles autant dans les échanges verbaux que dans les silences. Cette foi en l'atmosphère affective est si grande pour Peter Brooke que cet artiste incontournable du théâtre moderne est reconnu pour ses mises en scène dépouillées : quelques accessoires, presque aucun décor, mais surtout des acteurs qui investissent l'espace, voilà à quoi ressemblent les pièces produites par celui-ci. La spatialité de son théâtre est presque entièrement construite par l'imaginaire et par le jeu des comédiens.

D'ailleurs, Brooke confirme s'inspirer d'une longue tradition, faisant référence au théâtre élisabéthain de Marlowe et Shakespear qui était tout au autant minimaliste. En effet, à cette époque, chaque scène était simplement introduite par un acteur qui passait sur scène avec une affiche sur laquelle était inscrit le nom du lieu où se déroulait la scène. Cette façon de faire est encore plus évocatrice lorsque l'on pense que plusieurs spectateurs étaient analphabètes, donc probablement incapables de lire. Par conséquent, c'est le jeu des

comédiens, leur façon d'investir l'espace, mais aussi la rencontre avec les autres comédiens, qui était entièrement responsable de rendre compte de cette atmosphère.

Cette qualité atmosphérique, Lecoq (1997) y fait aussi référence, mais cette fois en précisant que c'est l'ajustement des corps des comédiens qui participent au spectacle qui contribue à le composer. En fait, selon lui, un spectacle « vivant » est celui où les comédiens réussissent à sentir et à se connecter au « corps collectif » du spectacle. Cet auteur nous indique donc que cette qualité atmosphérique qui constitue l'espace du jeu peut aussi se constituer à partir de la rencontre de corps vécus, ce qui n'est pas sans rappeler l'idée du chiasme de Merleau-Ponty (1945) dont il sera question un peu plus bas.

Barba et Savarese (2008) évoquent également cette atmosphère en présentant le travail du grand acteur japonais Kazuo Ohno. En effet, ce dernier croyait que l'acteur devait trouver son *Ma*, que l'on peut traduire comme « une dimension dans le sens d'espace, mais aussi de temps » (p.24). Nous reviendrons un peu plus loin sur la notion de temps, mais ce que ces anthropologues du théâtre décrivent, c'est comment, dans le théâtre japonais, les acteurs contribuent à créer des images fortes qui ont le pouvoir d'éveiller l'affect de ceux qui regardent en utilisant leur corps pour investir l'espace.

À la lumière des auteurs cités dans les paragraphes précédents, nous comprenons donc que l'espace théâtral est à la fois un lieu qui structure le jeu, mais aussi un espace thymique résultant de la qualité atmosphérique que permettent les rencontres humaines du théâtre. Cette spatialité dont nous parlent ces grands artistes du théâtre semble invisible à l'œil, mais peut tout de même être captée par la sensibilité des acteurs et des spectateurs qui sont impliqués dans le jeu. Le décor, la configuration de la scène par rapport aux spectateurs, les

costumes, l'interprétation des acteurs, l'état des spectateurs, tout cela se retrouve en un seul lieu afin de permettre la cocreation d'une atmosphère qui englobe le jeu.

### 5.3.2 La spatialité thymique selon la psychologie

Maintenant que nous avons questionné comment se construit l'espace thymique du jeu au théâtre, nous pouvons explorer cette même thèse, mais cette fois appliquée à la psychologie. Nous pouvons débiter par Jones (2007) qui observe qu'entrer « en jeu signifie entrer dans un état spécial et dans un espace » (p.168, traduction libre<sup>13</sup>). Cette affirmation fait écho à celle de Ortega Y Gasset (1975) discuté plus tôt voulant que le théâtre est un lieu physique qui permet l'idée du jeu théâtral. Avec ces deux auteurs, nous comprenons que « l'espace » et « l'état de jeu » sont intimement liés. En effet, le théâtre est un lieu physique, mais aussi associé dans notre imaginaire à un espace où il devient possible de s'extirper de la réalité quotidienne pour oser jouer. Jones, qui réfléchit à partir de la perspective de la dramathérapie, croit que pour que le jeu devienne thérapeutique, il faut au préalable quelques éléments, incluant un espace consacré au jeu. Selon lui, le fait de délimiter le jeu thérapeutique dans un local ou un bureau précis permet aux patients de se sentir davantage en sécurité pour se projeter dans celui-ci. L'espace de jeu est un espace potentiel qui permet de contenir la matière psychique qui y est déposée. En réalité, le fait que le patient sache qu'il sortira un jour de ce lieu lui confère la sécurité nécessaire pour s'abandonner davantage dans l'exploration herméneutique dont nous avons parlé plus tôt.

L'essence thymique de l'espace de thérapie telle que comprise par la psychologie humaniste est bien rendue par la description sensible que font Jager et Bourgault (2004) d'une photographie du cabinet de Freud. À partir de cette image qui évoque l'espace thérapeutique pionnier de la psychanalyse, les auteurs expliquent qu'au travers l'accumulation d'artefacts

---

<sup>13</sup> An entry into play means an entry into a specific special state and space.

archéologiques que faisait Freud se construit un monde humain qui facilite la rencontre. En fait, selon eux, dans ce contexte, le cabinet de thérapie est « compris comme la mise en scène d'une poétique et d'une conversation humanisante » (p.8). Toujours selon Jager et Bourgault, ces objets évoquant différents mythes rappellent la sagesse historique de l'humanité face à la souffrance. En outre, d'après ceux-ci, ces objets révèlent le monde de l'hôte, c'est-à-dire le psychothérapeute qui reçoit les patients, ici présentés comme des « invités ». L'espace thérapeutique devient ainsi un espace permettant les interprétations, donc la construction d'un sens qui dépasse ce qui est mesurable et observable. Nous sommes donc dans le monde du sensible et de l'invisible. Sans utiliser spécifiquement les mots « espace thymique », nous croyons que cette description que font les auteurs du cabinet de Freud représente bien cette idée d'une humanité créée par la rencontre d'un hôte et de ses invités. Le jeu de l'herméneute est nourri de l'atmosphère qu'offre Freud aux patients qui sont invités dans son cabinet, mais aussi à laquelle les patients contribuent par leur présence dans cet espace.

### 5.3.3 L'aida comme façon de comprendre l'espace affectif

Enfin, un concept qu'il peut être intéressant de nommer pour comprendre l'espace thymique est celui d'*aida* qu'élabore le psychiatre Bin (1992 ; 2000). Cette idée issue de la culture japonaise aurait selon lui peu d'équivalent dans les langues occidentales, mais pourrait être grossièrement traduite en français comme « l'entre ». En effet, pour ce dernier, il existe une qualité atmosphérique particulière qui naît de chaque rencontre intersubjective. Ainsi, si comme nous l'avons vu plus haut pour certains auteurs le jeu de la rencontre s'appuie sur un espace, pour Bin, la rencontre elle-même contribue à créer un monde sensible invisible à l'œil. Selon lui, cet entre-deux n'est pas une spatialité matérielle ou une simple addition de deux corps séparés qui se croisent, mais plutôt un espace affectif entre les êtres. Ainsi, d'après ce psychiatre, cette atmosphère est à la fois rencontres de subjectivités, corps et esprit, culture et nature, et est imagée sous forme « d'une énergie vitale et affective d'où surgissent les divers actes de conscience » (Stevens, 2005, p.119). Par conséquent, cet espace est vivant et

se veut davantage être une sorte d'amalgame sensible entre la représentation que l'on se fait de l'espace de la thérapie et la façon dont elle est subjectivement vécue. En fait, Bin décrit cet espace comme « l'âme » de la rencontre. Cette atmosphère intersubjective trouve ses racines « au fond de la vie », c'est-à-dire, selon lui, dans l'expérience des corps vécus qui se rencontrent. Ce lieu d'entre deux est habité et vivant, et le thérapeute doit être sensible à cette vie invisible qui circule dans la salle de thérapie et qui se présente comme un champ poétique rayonnant de sens selon MorinAka (2009).

Enfin, Bin (2000) ajoute que « *aida* n'est jamais une distance spatiale entre deux choses, il est un certain acte relié immédiatement à la vie, il est une action » (p.110). Cet espace se coconstruit donc au travers l'activité des protagonistes qui se mettent en action dans le jeu de la rencontre. Il explique que ce mouvement vers l'autre n'est pas toujours perceptible pour l'œil et existe dans le monde du sensible qui constitue le deuxième thème central de notre question de recherche que nous aborderons plus loin. L'espace qui se trouve entre le patient et son thérapeute n'est pas vide, mais plutôt rempli d'une qualité affective qui est captée par la sensibilité des personnes impliquées dans le jeu.

#### 5.3.4 Conclusion sur la spatialité affective du jeu

Nous avons déjà évoqué précédemment que le jeu et la rencontre avaient comme prérequis d'être délimités par un espace. Toutefois, comme le souligne Leroy-Viémon (2008 ; 2012), cet espace n'est pas tant physique que thymique, une atmosphère, qui provient de l'investissement affectif de toutes les personnes qui y participent. De cette rencontre entre les individus et l'espace naît une qualité atmosphérique bien décrite par les artistes de théâtre. Les auteurs cités nous disent tous que cet espace n'est pas tant saisi par le regard que par d'autres dimensions de la sensibilité. Ses limites sont invisibles, mais cette atmosphère enveloppe les personnes investies dans le jeu tout en les séparant du monde

réel. Nous retenons donc de ces auteurs l'idée de l'espace affectif et de l'atmosphère qui pourront servir à la construction de la grille d'entrevue. Ainsi, en lien avec la question de recherche principale sur l'expérience sensible du jeu, nous retenons que l'espace affectif et l'atmosphère qui enveloppe l'imaginaire des acteurs font partie des éléments auxquels la sensibilité doit s'ajuster. Nous gardons aussi à l'idée que non seulement l'espace est constituant du jeu, premier thème de notre question de recherche, mais qu'il est aussi créé par l'investissement sensible des sujets qui y participent, ce qui constitue le deuxième grand thème de notre thèse. Ainsi, nous comprenons que pour mieux comprendre l'expérience sensible dans le jeu, il faut questionner comment les participants utilisent leur sensibilité pour cocréer cette atmosphère qui constitue l'espace thymique de la rencontre.

#### 5.4 LE JEU SENSIBLE EXISTE PAR UNE TEMPORALITÉ QUI LUI EST PROPRE

« Qu'en un lieu, qu'en un jour, un seul fait accompli — Tienne jusqu'à la fin le théâtre rempli » (Boileau, 1903, ligne 222).

Le dernier élément qui est nommé par plusieurs auteurs comme étant un élément constitutif du jeu est celui de la temporalité. Notamment, nous pouvons rappeler que dans la définition que Callois (1967) fait du jeu de la *mimesis*, (l'imitation dont fait partie le théâtre), il y a l'idée d'un début et d'une fin : le comédien sait qu'il joue un rôle qu'à la fin du spectacle il redeviendra lui. Par ailleurs, rappelons que pour Gadamer (1996), le jeu du théâtre se déploie à l'intérieur d'un horizon temporel. Selon lui, l'œuvre théâtrale n'a de sens que si elle peut être représentée au complet. En fait, il explique que le jeu devient une figure complète lorsque le rideau se lève. Le philosophe donne comme exemple l'Œdipe de Sophocle qui n'a de sens que dans la révélation finale de l'intrigue. Comme l'avait observé Aristote (1990) durant l'Antiquité, ce n'est qu'une fois le personnage arrivé au bout de ses peines que le phénomène de la *catharsis*, purgation des émotions, peut s'activer. Rappelons

aussi qu'au début, la représentation théâtrale ne pouvait s'accomplir sans la présence d'un chœur qui avait plusieurs fonctions, dont celle de rythmer le spectacle (Sallé, 1990).

Gadamer en vient à nommer la temporalité comme étant un élément esthétique important des représentations théâtrales auquel l'herméneute se doit d'être sensible. Le temps fait partie du jeu, et plus précisément Gadamer nous rappelle que l'une des étymologies grecques du mot théâtre renvoie à l'idée d'un temps de la fête. En effet, il explique que *theoros* avait pour signification « celui qui participe à une délégation envoyée à la fête » (p.142). Ceci fait sens lorsque l'on sait que le berceau du théâtre se trouve notamment dans les grandes Dionysies, une « fête nationale à l'occasion de laquelle on commençait à donner des représentations » (Sallé, 1990, p.22). À l'origine du théâtre, un événement sacré obligatoire pour tous les citoyens libres et qui célébrait Dionysos, dieu du vin et de la fête. Le théâtre était donc selon les historiens un moment d'arrêt dans le temps, une occasion de mettre entre parenthèses les conflits politiques. La fête permet également de dépasser la simple répétition. Effectivement, il affirme que nous pouvons rejouer la même pièce plusieurs fois, mais que dans l'esprit de la fête, elle sera toujours différente, car vue selon l'angle du moment présent.

Enfin, Gadamer élabore également l'idée de l'occasionnel : « L'occasionnalité veut dire que la signification continue à se déterminer en son contenu à partir de l'occasion dans laquelle elle est envisagée, de sorte qu'elle contient plus qu'elle contiendrait indépendamment de cette occasion » (p.162). Par ce concept, le philosophe nous parle du contexte temporel dans lequel la pièce de théâtre est jouée, et celui-ci fait partie intégrale du sens qui est donné à l'œuvre. Dans ce sens, le travail du metteur en scène serait de révéler ce que la pièce contient, « ses capacités en sachant saisir l'occasion » (p.166). Il nous parle donc d'un certain sens du timing, ce qui rejoint l'idée du *Kairos* décrit par Leroy-Viémon. Ici, rappelons que cette notion fait référence à une sensibilité au moment et au temps de la rencontre,

*timing* des interventions qui forment le rythme de la rencontre. Cette notion de rythme est d'ailleurs centrale au théâtre.

#### 5.4.1 Le théâtre est un art qui nécessite une sensibilité au rythme

« Le rythme est la réponse à un élément vivant. Entrer dans le rythme, c'est entrer dans le grand moteur de la vie. Le rythme est au fond des choses, comme un mystère » (Lecoq, 1997, p.44).

Dans son ouvrage sur la formation du comédien, Stanislavski (1984) nous parle de « tempo-rythme » d'une pièce. Par ce terme, il entend une sorte de sensibilité que doit avoir le comédien à différentes temporalités qui composent la pièce et qui définissent le personnage. Selon ses observations, chaque personne est définie par une qualité rythmique qui lui est propre et l'acteur doit être à la fois sensible à celle de son personnage comme à celle de ses partenaires, et s'y ajuster. Il distingue également deux tempos-rythmes : un extérieur qui se manifeste de façon subtile par la vitesse des gestes ou la prosodie de la parole par exemple, et un encore plus subtil, le tempo-rythme intérieur qui bat en fonction de dimensions affectives vécues par le comédien. Stanislavski décrit aussi cette dimension du jeu comme étant complexe, dans ce sens que nous avons plusieurs tempos-rythmes différents qui peuvent se manifester, mais aussi que celui-ci est toujours vécu en fonction de ceux de la scène. D'autre part, il explique que le rythme intérieur reste intimement lié à l'état affectif : chercher le tempo-rythme à l'intérieur de soi-même permet de découvrir son état affectif.

Afin d'illustrer comment l'acteur peut être influencé facilement par des événements qui viennent bousculer sa technique rythmique, il donne l'exemple d'un comédien qui aurait eu une mauvaise nouvelle avant d'entrer sur scène et qui serait dans un état d'accélération, d'excitation. Il compare celui-ci à un comédien qui vient d'être victime d'un vol et qui serait

en état de désespoir, l'amenant dans un tempo-rythme lent. En réponse à ce danger, il renforce l'importance d'être attentif à notre rythme intérieur, mais avoue par le même fait que cela n'est pas facile. En effet, comme il le souligne, contrairement aux danseurs et musiciens qui ont des instruments pour mesurer la justesse temporelle de leur jeu, le comédien n'a pas accès à un métronome capable de maintenir une temporalité affective adéquate. Selon Stanislavki, « la meilleure méthode consiste à devenir capable de sentir le tempo-rythme comme le sentent les bons chefs d'orchestre » (p.245), autant le sien que celui de ses partenaires, ou encore celui qu'exige la scène, afin de toujours s'adapter à ces différents rythmes.

En outre, il affirme que cette sensibilité au rythme intérieur s'apprend. Les exercices qu'il propose pour arriver à cette fin ont surtout pour but d'amener les apprentis comédiens à se connecter à leur cadence affective en fonction de différentes situations vécues. Par l'imaginaire, il invite ses étudiants à développer un « sens du tempo-rythme » en éveillant leur curiosité pour leur propre vécu rythmique en fonction de leurs expériences affectives. Un exercice évocateur qu'il présente consiste à imaginer des situations chargées au niveau affectif, à observer ce tempo vécu intérieurement, et à le manifester sur un tambour en battant cette mesure intérieure. Puis il les invite à observer les manifestations extérieures des gens autour d'eux pour enrichir leur imaginaire rythmique. Par conséquent, pour ce maître, il s'agit d'une dimension sensible susceptible d'être apprise par le comédien. Barba et Savarese (2008) ont pour leur part fait une analyse anthropologique du rapport à la temporalité au théâtre tel qu'il est vécu dans plusieurs cultures théâtrales à travers le monde. Selon eux, que ce soit dans le théâtre américain, européen ou asiatique, « l'acteur et le danseur est celui qui sait sculpter le temps en lui donnant un rythme » (p.223). Ils débutent leur analyse par l'étymologie du mot rythme qui vient de *rythmos*, ce qui se traduit comme le flux, ou la manière de s'écouler dans le temps. Le rythme est, selon leurs observations interculturelles du théâtre, la façon dont l'acteur parvient à dilater sa présence dans le temps. D'après eux, l'une des caractéristiques universelles de cette « sculpture

temporelle » est qu'elle se caractérise par l'organisation dynamique des pauses, une façon de gérer intuitivement le moment et la durée des silences et de la parole, mais aussi des arrêts dans les gestes et des actions. Barba et Savarese remarquent que les acteurs de toutes les cultures ont pour tâche de développer une « sensation du rythme ». En fait, par son entraînement, « l'acteur est sensible et rend sensible à l'écoulement du temps » (p.225). En outre, toujours selon leurs recherches anthropologiques, cette sensibilité est liée à la cénesthésie, soit à la capacité de ressentir corporellement son rythme propre et celui des partenaires, car de subtils éléments du corps constituent les manifestations scéniques du rythme. Ils affirment que tous les acteurs apprennent à ressentir l'alternance entre la pause et l'action grâce à cette sensibilité cénesthésique, ce qui semble laisser sous-entendre que cette sculpture temporelle reste étroitement liée à une sensibilité au corps. D'ailleurs, ils ont également observé que les acteurs de toutes les cultures avaient aussi tendance à s'ancrer dans ce qu'ils nomment des « microrhythmes corporels » qu'ils décrivent comme les battements naturels de notre organisme. Notre rapport subjectif et affectif au rythme reste selon eux modelé sur nos fonctions de bases, comme le battement de notre cœur, ou la vitesse à laquelle on ressent la faim pour la combler. Enfin, ils observent aussi que le rythme reste lié à la présence dans le sens où il est composé de moments où l'acteur investit pleinement le moment présent qui s'harmonise à des moments d'anticipations des prochaines actions.

Barba et Savarese donnent quelques exemples d'entraînement qui proviennent de différentes cultures. Par exemple, l'acteur japonais Azuma propose un entraînement constitué de résistances, de tensions, entrecoupées d'abandon dans le mouvement. Un autre exemple cité par Barba et Savarese est celui de Meyerhold qui séparait toute action en trois temps : l'intention, constituée d'une assimilation intellectuelle de ce que l'acteur doit faire sur scène, la réalisation, soit l'action elle-même, et finalement la réaction, c'est-à-dire le contre mouvement d'arrêt. En jouant avec ces trois moments, parfois précipitant

l'action avant de l'arrêter, d'autre fois en la laissant se déployer davantage, l'acteur apprend à « sculpter le temps ».

Le rapport au temps sur scène est également extraquotidien, dans le sens qu'il n'est jamais la reproduction immédiate du temps de la réalité. Le théâtre contient parfois des ellipses, alors que d'autres moments exigent une certaine lenteur pour faire sens. Le spectateur a un rapport subjectif au temps lorsqu'il vient au théâtre qu'il n'a pas dans la vie de tous les jours, et cela lui permet de regarder les choses de façon différente.

En dernier lieu, nous pouvons aussi nommer Lecoq (1997) pour qui l'art du comédien consiste à savoir rythmer l'expression corporelle. Selon ce grand maître du mime, « toute organisation vivante procède du mouvement avec un rythme » (p.31), ou en d'autres mots, la vie, autant physiologique que psychique, est liée à une rythmicité. De plus, il ajoute qu'il y a une dimension mystérieuse au rythme, mais précise du même souffle qu'il est possible de développer une sensibilité à celui-ci grâce à une série d'exercices, mais aussi une capacité réflexive de son propre rapport au rythme. Et pour Lecoq, tout est rythme sur scène : attendre implique un rythme intérieur.

#### 5.4.2 Le temps poétique est aussi un temps affectif

Lesage (2009) qui explore les processus thérapeutiques issus d'un autre art, la danse, évoque l'idée d'une temporalité poétique qui serait empreinte d'affects. En fait, selon lui, le temps et le rythme sont des phénomènes qui demeurent hautement subjectifs, et ce malgré l'existence d'instruments modernes pour les mesurer, comme les métronomes ou les montres. Chaque sujet, chaque personnalité, a un rythme qui lui est propre et qui témoigne de son expérience émotionnelle interne. Il note, par exemple, que certains danseurs travaillent dans l'urgence, comme étant toujours opprimés par le temps, alors que d'autres,

à l'intérieur de la même mesure objective, ont plutôt l'air de s'y vautrer. C'est ce qui lui fait dire ceci : « le registre émotionnel peut s'analyser en termes de temporalité » (p.87). Selon lui, la joie et la colère possèdent des qualités temporelles différentes de la tendresse ou la tristesse. Cette qualité n'est pas non plus la même lorsque deux personnes sont dans la confiance que lorsque ces deux mêmes personnes viennent d'apprendre la victoire de leur équipe sportive favorite. Le temps traduit l'émotion, mais aussi inversement, l'émotion affecte notre rapport au temps.

Ce rapport affectif au temps fait aussi écho aux écrits de Bachelard (1965) pour qui l'instant constitue la matière du temps. Plus précisément, il distingue le temps des scientifiques du temps du « temps poétique ». Nous retrouvons dans le premier le temps qui est davantage mesuré dans le but d'être uniformisé. Nous parlons ici d'un instant qui est compris par des instruments mathématiques. Afin d'illustrer notre compréhension de ce type de temps dont nous parle Bachelard, nous pouvons imaginer l'exemple d'un manuel qui mesurerait le temps d'attention de l'humain pour indiquer aux metteurs en scène combien de temps devrait durer une scène, ou encore une étude qui tenterait de démontrer la durée optimale d'une séance de psychothérapie. Le deuxième, le « temps poétique », est davantage présenté comme un temps « vertical », c'est-à-dire une temporalité qui harmonise les différents moments, quelque chose qui est plus de l'ordre de l'intuitif. Ce temps vertical est composé de silences significatifs, de pauses imposées par les émotions, ou de phénomènes similaires. Le temps poétique en est donc un qui est fondamentalement humain, lié à notre expérience subjective et sensible du monde, et c'est de cette temporalité qu'il est question dans notre projet de recherche bien plus que du temps mesuré par la science. Ainsi, si la question de recherche consiste à connaître comment les comédiens vivent leur sensibilité dans le jeu, cela implique nécessairement, selon nous, de mieux comprendre comment ils utilisent leur sensibilité pour s'accorder au rythme poétique qui enveloppe le jeu de la rencontre.

#### 5.4.3 Aida comme temporalité partagée du jeu

Dans une section précédente traitant de l'espace du jeu, nous avons introduit le concept d'*aida* élaboré par Bin (2000). Traduit approximativement en français comme « l'entre », rappelons que ce concept renvoyait à l'idée d'une distance qui sépare et unit les êtres vivants. Bien plus qu'une simple séparation physique, cet espace est décrit comme étant imprégné d'une atmosphère affective qui rattache tout ce qui est vivant à quelque chose qu'ils partagent. Selon Bin, chaque être vivant est connecté à un rythme commun qui l'unit aux autres êtres vivants, ou ce qu'il appelle le rythme relié « au fond de la vie ». Par cette idée, il semble faire référence à quelque chose d'organique que peut reconnaître toute forme de vie, par exemple le battement du cœur. Ou encore, à un rapport au temps subjectif partagé par des cultures entières. Parallèlement, il ajoute que nous avons tous un rythme individuel qui fait partie de nous, de qui nous sommes comme sujet et c'est l'harmonisation entre ce temps subjectif qui nous est propre et celui qui est partagé par tout ce qui est vivant qui serait constitutive de l'*aida*.

L'exemple que ce psychiatre donne pour illustrer en image ce concept abstrait est celui du concert de musique. Chaque musicien possède sa partition qu'il doit exécuter et qu'il doit suivre, tout en étant à l'écoute des autres pour être en harmonie avec ceux-ci. L'*aida* prendrait forme dans ce petit espace subtil qui sépare les deux et dans l'accordage entre le rythme individuel et le rythme collectif imposé par le groupe. L'*aida* se retrouverait entre les deux, et c'est ici que le thème de la sensibilité au cœur de la présente recherche prendrait tout son sens, car ce subtil ajustement intersubjectif demande une écoute particulière.

En outre, en plus de la distance intersubjective, il y aurait une distance intrasubjective entre les différents moments temporels qui semble relier *aida* au concept de présence. Lorsque nous sommes pleinement présents dans le moment, nous sommes dans une connexion bien ajustée avec ce qui se passe dans le « ici et maintenant ». Par contre, comme Bin le

remarque, nous ne sommes jamais totalement et uniquement dans le présent, sauf lorsque nous souffrons de certaines pathologies comme la schizophrénie. Il y a toujours une petite part de nous qui anticipe le futur et une autre qui s'oriente en fonction du passé. Le musicien dans l'orchestre écoute aussi la musique qui vient d'être jouée, il est habité par une « trace » de celle-ci qui va le guider. Or, cette anticipation et cette écoute de la trace que le temps laisse sont selon lui également ce qui nous connecte aux autres intersubjectivement, car il nous faut justement anticiper le mouvement d'autrui pour mieux le comprendre. En même temps, cet écart qui fait que l'on ne fusionne pas avec le moment présent est aussi ce qui contribue à former notre individualité : « le sujet ne peut être lui-même que comme double structure qui renferme un décalage intrasubjectif qu'est la direction vers l'avenir. Ce décalage est partagé par les humains intersubjectivement comme rapport au fond de la vie » (p76).

Nous croyons qu'il est pertinent pour notre question de recherche de regarder du côté d'*aida* et de la culture japonaise de la psychologie comme le fait Barba pour le théâtre, car cette culture semble avoir intégré de façon plus intuitive des concepts qui semblent échapper à toute tentative de conceptualisation en occident. Ceci nous renvoie au fait que certains éléments de l'invisibilité de nos rapports au monde sont fortement liés à notre imaginaire commun, c'est-à-dire, à un aspect de la culture qui ne peut être saisi dans le jeu que par la sensibilité. Grâce à Bin, nous pouvons constater qu'il existe des définitions beaucoup plus sensibles de notre rapport au temps que celle que nous renvoie notre montre, ou encore l'horloge de notre cabinet de psychothérapie. Chaque moment de silence nous connecte aux autres, mais en même temps nous en sépare par notre rapport personnel au temps. C'est ce que semblent nous dire les artistes de théâtre nommés plus haut, mais c'est aussi ce que Bin nous dit au sujet des pauses dans les relations humaines et en psychothérapie. En outre, bien qu'abstraite, cette notion trouve des échos dans certaines études occidentales, notamment celles de Bebee, Jaffe et *al.* (2000) que nous allons maintenant développer.

#### 5.4.4 Le rapport au rythme selon la perspective neurodéveloppementale

Notre rapport subjectif et affectif au temps et au rythme se développe de façon intersubjective à travers différentes relations avec nos donneurs de soins (Beebe, Jaffe et *al.*, 2000). Dans une étude qui documentait 89 dyades, autant mère-enfant qu'adultes adultes en psychothérapie, Beebe, Jaffe et leurs collègues ont démontré que certaines façons de rythmer les interactions avec autrui étaient connectées à un style d'attachement particulier. Nous n'élaborerons pas la théorie de l'attachement, car cela dépasserait l'envergure de la présente thèse, mais nous pouvons conserver comme idée essentielle qu'il semble exister un lien entre notre expérience subjective du monde et la façon dont nous synchronisons nos échanges verbaux et non verbaux avec les gens qui nous entourent. Parallèlement, les chercheurs montrent qu'il est possible de sécuriser les patients en psychothérapie, ou les enfants troublés, simplement en ajustement le rythme et le timing de nos interactions. De plus, les mêmes chercheurs affirment que la rythmicité qui organise une relation contribue à créer une atmosphère affective, faisant ainsi écho à l'idée de la qualité atmosphérique de la temporalité défendue par Bin plus tôt.

En outre, selon eux, la coordination du rythme est une habileté que nous apprenons avant de développer la capacité de parler et d'utiliser des mots, ce qui fait d'elle une compétence relationnelle « présymbolique ». Par conséquent, la temporalité de l'interaction verbale et non verbale est quelque chose qui se situe souvent en dehors du champ de conscience et qu'il faut apprendre à transformer en y portant attention, en y étant « sensible ». Cette sensibilité doit être, selon les auteurs de la recherche double, c'est-à-dire qu'elle doit inclure une sensibilité à soi, notre propre rythme, et à celui de l'autre, ce qui permet d'ajuster nos comportements relationnels moment par moment. Une régulation du rythme et du timing des échanges peu présente et rigide témoignerait d'une pathologie sous forme d'attachement anxieux, qui peut être compris comme une insécurité relationnelle constante.

En somme, selon ces observations, la psychologie développementale nous informe qu'il y a des bases scientifiques pour appuyer les apprentissages que nous offrent les grands maîtres du théâtre concernant l'importance de l'ajustement rythmique dans le jeu. En lien avec la question de recherche, ces auteurs donnent aussi un appui neuropsychologique à l'idée d'un rapport au temps dans le jeu qui fait plutôt appel à la sensibilité intersubjective qu'à une mesure objective.

#### 5.4.5 Conclusion sur la temporalité du jeu

La temporalité est un élément important dans le jeu. Le théâtre a un début et une fin, il est cadré par le temps. En outre, le rythme et le timing restent fondamentalement liés à notre expérience affective relationnelle et être sensible dans le jeu relationnel implique une capacité à capter ce temps subjectif. Nous retenons donc ces éléments du cadre temporel et du rythme pour la grille d'entrevue, car ils font partie de l'expérience sensible du jeu théâtral.

## DU JEU À L'EXPÉRIENCE SENSIBLE

Avant d'enchaîner sur la sensibilité, qui se trouve à être le dernier élément de notre revue de littérature, nous allons récapituler les essentiels élaborés jusqu'ici afin de comprendre comment ceux-ci sont liés à la question qui guide la présente recherche. Tout d'abord, rappelons la question qui oriente cette thèse : mieux comprendre l'expérience de la sensibilité en relation telle que vécue par les comédiens dans le monde du jeu dans le but d'éclairer en retour les compétences du clinicien en psychothérapie.

En premier lieu, nous avons compris le théâtre, mais aussi la psychothérapie, comme un jeu, observant au passage que jouer est une expérience universelle qui se retrouve en tout temps et en toute culture. En adoptant la perspective de l'herméneutique selon Gadamer (1996), nous avons expliqué que l'art était un jeu parce qu'il était composé d'une série d'ajustements relationnels entre deux sujets différents. Ce jeu d'ajustement mutuel des personnes engagées dans ce processus permet un élargissement de sens ; il y a quelque chose qui se crée à travers lui qui permet d'ouvrir les êtres impliqués vers d'autres possibilités. Nous avons aussi exposé que, pour qu'il y ait jeu, il doit y avoir au préalable une rencontre, comprise comme la mise en relation de deux individus qui se retrouvent en présence l'un de l'autre, chacun arrivant avec ses aprioris, son monde subjectif. En fait, l'intersubjectivité en psychologie est cette conception voulant que nous développons notre identité subjective à travers les rencontres avec d'autres personnes, dont certaines sont plus significatives que d'autres. C'est aussi l'idée que nous sommes faits en partie d'autrui et que notre identité continue à se construire dans la relation à l'autre. À la limite, nous sommes un peu « autres » en fonction de ceux avec qui nous sommes. Le jeu est un espace-temps où la rencontre intersubjective a lieu. Les auteurs cités jusqu'ici mettent en lumière certains éléments qui semblent faire partie du jeu de la rencontre : la présence qui est le médium par lequel nous actualisons notre rencontre avec autrui, la spatialité qui peut être

physique, mais aussi affective, formée par une atmosphère coconstruite par les participants au jeu, ainsi que la temporalité, c'est-à-dire le fait que le jeu se déroule comme nous l'avons nommé ci-haut dans un temps particulier et composé d'ajustements rythmiques.

Nous retenons donc ici mots-clés qui pourront garnir la grille d'entrevue qui sera utilisée auprès des comédiens rencontrés en entrevue : la rencontre, l'ajustement relationnel, la présence, l'atmosphère, le rythme. Nous pourrions ainsi poser des questions comme « comment allez-vous à la rencontre de l'autre ? ». Ou encore « comment vivez-vous la relation », mais aussi « la présence », « l'atmosphère du jeu » ou « le rythme dans le jeu ? ». La grille d'entrevue est d'ailleurs incluse dans la présente thèse comme annexe (voir annexe A).

Nous avons donc défini le jeu, ce qui constitue la moitié de la question de recherche, mais il reste à élaborer sur la notion de sensibilité qui représente l'autre élément central de cette thèse qu'il reste à aborder dans cette revue de littérature. La sensibilité retrouve déjà en filigrane à travers les différents éléments nommés jusqu'ici. En effet, les auteurs jusqu'ici nous disent qu'autant la présence, l'atmosphère et le rythme, sont ressentis grâce à nos capacités sensibles. En particulier, nous retenons l'importance de la sensibilité aux éléments de la métarencontre auxquels fait référence Leroy-Viémon (2008). Nous retenons également, grâce aux exemples donnés par les différents auteurs cités jusqu'ici, que cette sensibilité semble faire appel au corps vécu. La dernière section visera donc à définir de façon plus pointue ce qu'est la sensibilité du point de vue de la littérature sur le sujet.

## CHAPITRE VI

### L'ESTHÉTIQUE COMME FORME DE CONNAISSANCE SENSIBLE

#### 6.1 INTRODUCTION AU CHAPITRE

« L'image est processus ontologique — en elle l'être vient à la manifestation sensible et sensée » (Gadamer, 1996, p.162).

Alors qu'il élabore sa théorie de l'art comprise comme un jeu, Gadamer (1996) évoque l'idée que l'esthétisme est porteur d'un sens autre que celui que nous propose les sciences, qui elles font plutôt appel aux connaissances rationnelles et logiques : « l'herméneutique absorbe nécessairement l'esthétique » (p.184) nous dit-il. En fait, ce philosophe croit que l'art renferme un savoir abstrait que les sciences de l'esprit peuvent difficilement traduire. Selon lui, « l'œuvre est capable de parler de son propre fonds » (p.168), c'est-à-dire qu'elle révèle à son observateur un sens qui n'est pas nécessairement lié au contexte objectif dans laquelle elle a été créée. Par l'effet du jeu, sa forme éveille quelque chose d'unique chez le spectateur.

Bien que Gadamer évoque la sensibilité à l'esthétisme comme mode de connaissance, il élabore peu sur la façon dont celle-ci est vécue concrètement. Il fait quelques références lorsqu'il transpose cette idée de la sensibilité à la relation de soin alors qu'il parle de l'importance de « palper le patient », autant avec le toucher qu'avec le dialogue, ou lorsqu'il nomme la valeur de « dissimuler un œil observateur derrière un regard protecteur » (Gadamer, 1998, p.110), mais en fin de compte, l'auteur ne dit pas grand-chose du

processus par lequel nous actualisons cette sensibilité à la présence de l'autre, qu'elle soit la manifestation d'une œuvre ou d'un individu.

## 6.2 L'EXPÉRIENCE SENSIBLE PERMET LA RENCONTRE AVEC L'ART

Afin de mieux définir la fonction du sensible comme médium de la rencontre avec l'altérité, nous nous tournons vers Dufour-Kowalska (1996) qui trace un bilan des réflexions concernant le rapport sensible à l'art. En fait, selon elle, la sensibilité, « loin de constituer un caractère contingent, représente l'essence même de l'art et la condition *sine qua non* de toute réflexion sur l'art » (p.11). Selon elle, notre rapport à l'art relègue en arrière-plan la connaissance plus intellectuelle du monde pour révéler l'ontologie de l'expérience sensible. L'auteure élabore tout au long de son ouvrage l'histoire de ce rapport entre l'expression artistique et la sensibilité pour mettre de l'avant deux choses qui semblent ressortir : le rapport sensible aux œuvres constitue un niveau de connaissance à part entière, et celui-ci semble se manifester à nous au travers de notre corps vécu. Selon les mots de l'auteure, nous sentons que nous sentons, et ce sentir, nous pouvons en devenir conscient, mais dès qu'il est traduit en mots, il perd de son authenticité. Tout au long de sa recherche, l'auteure critique également la dévaluation du niveau de connaissance incarnée que semble faire la philosophie. En effet, selon elle, dès que les philosophes s'intéressent à la sensibilité artistique, ils auraient tendance à la dénaturer en tentant de l'expliquer par les mots. Cette affirmation nous rappelle la difficulté de traiter des dimensions abstraites et invisibles de l'expérience du jeu, tout comme lorsqu'il a été question de la présence. D'ailleurs, si comme nous l'avons constaté plus tôt, la présence est difficile à décrire, c'est possiblement parce qu'elle se manifeste à nous justement grâce à sa dimension sensible. Dès lors, le phénomène devient difficile à élaborer, il s'agit comme le dit l'auteure, d'un concept dont l'élucidation contient une essence « inobjectivable ». Pour autant, Dufour-Kowalska, en

soulignant l'importance de l'incarnation de la sensibilité en art, nous offre au moins une direction à explorer : celle du corps vécu.

En fait, cette théoricienne de l'art met surtout de l'avant la pensée de Michel Henry, notamment lorsqu'il s'agit de comprendre l'expérience sensible comme étant une expérience vécue par notre corps affectif. Selon Henry (2001), le corps est l'ego lui-même qui interagit directement avec le monde. En d'autres mots, notre identité individuelle reste d'après lui intimement liée à nos expériences sensorielles et motrices.

En outre, ce corps qui se meut dans le monde humain n'est pas neutre, il est empreint d'une sensibilité affective. Dufour-Kowalska vulgarise ainsi cette pensée de Henry qui traite de l'affectivité de la sensibilité : « nous ne sentons jamais le monde extérieur purement et simplement, mais nous le ressentons, au moyen de nos sens animés par le sentiment » (p.160). Par cette affirmation, elle entend que non seulement les sens de notre corps captent avec sensibilité l'art, mais que cette captation, ou cette « donation » pour reprendre ses mots, est aussi liée à une résonance affective qui appartient au sujet qui reçoit. Ainsi, lorsque nous sommes en contact avec une présence artistique via notre corps, l'expérience du sensible va non seulement le recevoir matériellement, mais aussi faire naître en nous une émotion qui reste indissociable de l'expérience sensible. Le « matériel » sensible nous est donc présenté comme une fusion entre son effet concret, par exemple ce que provoque comme sensation physique le débit du comédien qui joue ses lignes, et la résonance affective, unique à chacun, que cette forme a pour nous : « car la sensation n'est plus seulement la capacité de recevoir les qualités sensibles des étants, mais celle de les vivre en les éprouvant à l'intérieur de nous-même » (p.161).

### 6.3 LA SENSIBILITÉ À L'ART EXISTE PAR LE CORPS INTERSUBJECTIF

Un roman, un poème, un tableau ou un morceau de musique, est un individu, c'est-à-dire un être où l'on ne peut distinguer l'expression de l'exprimé. C'est en ce sens qu'un corps est comparable à l'œuvre d'art. Il est un nœud de significations vivantes (Merleau-Ponty, 1945, p.188).

Un autre auteur qui positionne le rapport à l'art sur un autre niveau que celui de la pensée pure est Merleau-Ponty (2006). Selon ce philosophe, l'expérience subjective d'une rencontre avec l'art puise dans une « nappe de sens brut » (p.10) qui ne peut être captée adéquatement par la pensée opératoire, soit celle de la logique rationnelle. Ce sens brut, c'est celui qui est ressenti par le corps vivant. En fait, Merleau-Ponty ne fait aucune distinction entre le corps et la pensée, ou pour reprendre le titre de son ouvrage où il étale sa réflexion sur la sensibilité et l'art, entre « l'œil et l'esprit ». Par cette affirmation, il entend que toute expérience de contact sensible avec une œuvre se fait selon un mode subjectif qui implique, de façon indissociable, tout autant la corporéité du sujet que sa pensée. En fait, selon lui, l'esthétisme de toute création devient sensible par la résonance qu'elle a sur notre propre expérience corporelle : « qualité, lumière, couleur, profondeur, qui sont là-bas, devant nous, n'y sont que parce qu'elles éveillent un écho dans notre corps, parce qu'il leur fait accueil » (p.16). Nous devons noter ici qu'il élabore sa vision du phénomène du sensible en art en prenant comme référence la peinture, mais nous ne voyons rien dans ce qu'il écrit qui permettrait de croire que cela ne pourrait s'appliquer à l'art théâtral, ou même à l'art psychothérapeutique.

En outre, pour ce philosophe, si nous avons conscience de l'effet de l'expression artistique sur nous, c'est que notre propre corps a la capacité de se ressentir lui-même. En effet, lorsque l'œil voit les couleurs ou les formes, le corps lui-même devient sensible à ce que ce regard perçoit. Afin d'illustrer cette affirmation, Merleau-Ponty (1945) nous invite à toucher notre propre main, nous permettant de réaliser que la main qui touche est également

touchée. Par cette expérience, il laisse sous-entendre que le corps est à la fois vécu et source de connaissance de ce qui est vécu. Lorsque nous entrons dans les dimensions réflexives de notre sensibilité, nous ne pouvons faire abstraction du fait que cette réflexivité se fait aussi avec la subjectivité incarnée. Cette perspective rejoint celle de Henry (2001) pour qui « le monde du corps est un monde qui n'est originairement connu que par le corps, c'est-à-dire notre mouvement » (p.101).

### 6.3.1 Le corps sensible est un corps en action

Nous avons vu grâce aux philosophes de la sensibilité qui traitent de l'art et du corps que celui-ci n'est pas qu'un simple objet que l'on peut observer avec la distance des sciences, mais qu'il fait partie intégrante de notre subjectivité individuelle. Nous utilisons notre corps pour rencontrer l'autre et le monde, mais aussi pour les interpréter. Nous avons aussi vu que la sensibilité sensorielle et motrice est liée aux affects. Nous ajouterons maintenant que ces philosophes soulignent également que la sensibilité est aussi une action motrice du corps qui se meut dans le monde pour aller rencontrer d'autres sujets. Merleau-Ponty (1945) explique que nous touchons le monde, et que celui-ci nous touche, par nos gestes sensibles. Il parle ainsi d'une « signification motrice » qui se modifie constamment en fonction de notre perception sensible : « la perception et le mouvement forment un système qui se modifie comme un tout » (P.140). Nous sommes sensible parce que nous percevons en même temps le monde qui nous entoure que notre propre mouvement pour agir dans celui-ci. Merleau-Ponty donne comme exemple quelqu'un qui voudrait qu'une autre personne s'approche de lui en lui faisant signe. Il explique que cet individu fait un mouvement de la main parce qu'il a vu l'autre et veut qu'il se rapproche : il y a une intention qui est vécue par la motricité du corps et qui devient un signe pour l'autre. Pendant que l'individu fait ce geste, il est conscient de ce qu'il fait, il sent son mouvement de main. Puis l'auteur imagine que cet individu perde patience alors que cet autre refuse de s'approcher. Le geste se modifie, devient plus brusque, empreint d'un affect de colère, le mouvement devient un autre signe pour l'autre devant soi. L'individu perçoit alors

simultanément et de façon indissociable la totalité de l'expérience : l'autre qui n'avance pas vers lui, mais aussi la colère qu'il ressent dans son bras qui s'agite, car pour Merleau-Ponty « tout mouvement est indissolublement mouvement et conscience du mouvement » (p.141).

Merleau-Ponty élabore aussi cette idée de l'intersubjectivité du geste sensible dans notre rapport à l'art (2006). En effet, il explique que si un tableau nous touche, c'est qu'un artiste a fait le geste sensible de le créer. Il affirme que si l'œil est ému par un agencement de couleurs, c'est qu'un peintre a fait des mouvements sensibles sur une toile. Le tableau est ainsi présenté par Merleau-Ponty comme une trace sensible d'un autre corps-sujet qui s'est exprimé, il est la présence perceptible que laisse le dessinateur. Nous pouvons imaginer que le même parallèle peut être fait pour l'acteur qui joue, ou encore pour le professionnel de l'art psychothérapeutique.

Le lien qui unit l'action du corps en mouvement et la sensibilité est également bien expliquée par Henry (2001) pour qui la conscience du moi n'est pas une représentation, mais un acte. En fait, ce qu'il appelle le « moi-acte » est en fait le corps sensible de chaque individu qui est toujours en mouvement dans le monde. Ainsi, pour Henry, « l'être de l'ego n'est donc plus déterminé comme une pure pensée (...), il apparaît maintenant identifié avec l'action par laquelle je modifie incessamment le monde. (...). Il est l'élément même des mouvements » (p.72). Par conséquent, il semble nous dire que c'est à travers un mouvement actif de va-et-vient avec le monde, via un rapport de ce « moi-acte » avec les autres sujets, que nous élaborons notre expérience subjective du monde. C'est également ce que paraît dire Bin (1992) lorsqu'il affirme que « le moi-acte, ce moi de notre vivre-même, ne se saisit lui-même qu'en œuvre » (p.22). En d'autres mots, selon la perspective de ces auteurs, les rencontres qui forment la trame principale du jeu sont en fait un

enchaînement d'actions intersubjectives de notre corps sensible en mouvement, un corps qui agit et qui se ressent agir en même temps.

Enfin, nous pouvons noter qu'aucun des auteurs cités ne renie l'existence de la parole et des mots. En fait, ils la replacent tous en lien avec l'expérience sensible du corps vécu. Pour Merleau-Ponty (1945) par exemple, parler est aussi un geste moteur qui sera doublement perçu, par nous-même qui nous sentons et entendons parler, et par l'autre qui le reçoit. Pour Henry (2001), le langage parlé ne prend forme que parce qu'un vécu corporel l'a précédé.

### 6.3.2 Le corps sensible du théâtre reste inséparable de l'imaginaire

Au théâtre, le corps est considéré être intimement lié à l'idée du jeu. L'audience est en contact avec les expressions du corps par ses mouvements, ses sons et ses interactions avec les autres, à l'intérieur d'un espace et d'un temps du jeu (Jones, 2007). Pour Jones, le corps est également le centre à partir duquel le personnage se construit, laissant sous-entendre que la corporéité est liée à l'identité. En outre, ce « corps dramatique », défini par Jones comme l'expression incarnée du vécu relationnel d'un sujet dans l'espace de jeu, peut se transformer par l'intermédiaire du jeu, permettant ainsi à chacun d'explorer de nouvelles façons de vivre. C'est, selon Jones, ce que font les acteurs, mais aussi les patients en dramathérapie. La centralité du corps en relation est bien évoquée par Stanislavki (1986) de cette façon :

L'art théâtral exige de l'acteur une participation active de sa personne tout entière, et qu'il s'abandonne corps et esprit à son rôle. Il faut qu'il sente le besoin de répondre par l'action, tant physiquement qu'intellectuellement, car l'imagination peut affecter notre nature physique et la pousser à l'action (p.75).

L'utilisation du corps sensible et affectif par l'acteur se trouve donc bien résumée dans la citation qui précède. Rappelons que Stanislavki est souvent cité comme l'exemple des approches dites « psychologiques » en théâtre, c'est-à-dire basées sur une compréhension intellectuelle de la vie psychique des personnages, et pourtant, alors que le corps est omniprésent chez cet auteur. C'est par le rappel de sensation physique qu'il suggère d'activer la mémoire affective, suggérant ainsi aux acteurs que l'imaginaire, l'émotion et le corps vécu interagissent entre eux. En fait, selon la lecture que la théoricienne du théâtre Blair (2008) fait de l'enseignement stanislavkien, la mémoire affective qui est au cœur de son système se développe à partir d'un rapport affectif à la sensorialité, que celle-ci soit réelle ou même simplement imaginaire. Par exemple, Stanislavki suggère à un de ses étudiants d'imaginer le désespoir qui vient avec le fait d'avoir faim et froid pour une scène, l'amenant à développer la vie subjective de son personnage à travers l'imaginaire des sens. C'est aussi en développant la sensibilité auditive qu'il invite ses jeunes comédiens à développer le sens du « tempo-rythme ». Le corps est donc bien présent et central chez Stanislavki (Barba et Savarese, 2008). C'est en invitant les comédiens à regarder les différents éléments du décor et à se laisser toucher par eux qu'il explique l'entraînement au contact.

Stanislavki (1984) est aussi celui qui a mis de l'avant l'importance du sous-texte qu'il décrit comme l'ensemble des dimensions implicites du jeu de l'acteur sous-jacent au texte. L'intonation, la tonalité, les mouvements qui accompagnent la parole, tout cela est, pour lui, plus important que les paroles prononcées. C'est d'ailleurs ce que souligne Bernard (1976) lorsque celui-ci analyse le geste artistique des comédiens quand il affirme que l'imagination et le geste sont liés dans la création d'un signe. Le geste est décrit comme étant la présence sensible sur scène de l'imaginaire, qui se nourrit lui-même des mouvements que fait l'acteur.

Ce lien entre l'imaginaire, le corps et l'affect a été repris par au moins deux étudiants qui ont succédé à Stanislavski. Pour Checkhov (1980), l'esprit et le corps s'influencent mutuellement et constamment, c'est pourquoi il a conçu un ouvrage où il explicite de nombreux exercices qui visent à connecter le jeu affectif de l'acteur à son geste. Nous pouvons aussi citer Strasberg, fondateur de l'Actor's Studio, première école de jeu dramatique américaine, qui a popularisé un exercice qui active l'affect par les sens. Dans celui-ci, il demandait à ses élèves de se concentrer sur un objet pour d'abord apprécier ses qualités matérielles et physiques, puis il les invitait à tranquillement porter leur attention sur la représentation interne et la résonance affective que cet objet avait pour eux (Blair, 2008).

Pour sa part, Bernard (1976), s'inspirant des théories de Grotowski, met en évidence la question de la conjonction du corps et du récit verbal au théâtre. Plus précisément, il observe qu'au théâtre, le langage corporel reste tout de même plus « authentique et efficace » que le langage verbal, soulignant ainsi que « le corps *fait* ce que les mots sont impuissants à *dire* » (p.294). En fait, le récit devient verbe actif quand il est rendu par le comédien qui joue. Conséquemment, le théâtre ne peut avoir lieu que si l'acteur utilise son corps comme médium signifiant vivant pour agir le récit. L'implication du corps sensible permet de donner de la texture au récit, complexifiant les significations. De plus, Bernard rappelle que le corps est déjà signifiant en soi, car nous portons tous une représentation de ce qu'il signifie. C'est la raison pour laquelle, selon lui, que la technique proposée par Grotowski s'avère intéressante à étudier, car celui-ci élabore une formation où l'acteur apprend à lâcher prise sur ses habitudes quotidiennes. L'objectif est paradoxal : dépouiller le plus possible le corps de ses « oripeaux mensongers des convenances ou habitudes sociales » (p.299), dans le but de permettre à l'acteur d'entrer en contact avec quelque chose de pur au niveau des impulsions et tensions organiques. L'objectif est ici de permettre au corps d'être au service d'une expressivité qui ne reste pas collé sur les valeurs personnelles de l'acteur ou l'imaginaire social contemporain,. Pour arriver à cet objectif,

Bernard souligne que la technique grotowskienne exige un entraînement très rigoureux, observant ainsi que pour mieux exprimer le chaos organique complexe, il faut que le comédien soit très discipliné dans son art. La sensibilité dans le jeu est donc quelque chose qui s'entraîne et l'utilisation du corps serait tout aussi essentielle dans la construction intersubjective du récit dans le jeu que le texte. En lien avec notre question de recherche, nous comprenons donc que d'ajouter cette dimension au jeu permet d'enrichir la rencontre.

Au final, nous pouvons retenir que pour ces professeurs, surtout les héritiers de la tradition russe et américaine :

le sentiment suit et grandit à partir de quelque chose qui comporte une dimension sensorielle — un objet, interne ou externe, peu importe qu'il s'agisse d'une image de la mémoire, la sensation d'une tasse de café dans sa main, ou le regard d'un partenaire de jeu — et l'association que l'acteur a avec cela. Tous ces professeurs (de théâtre) travaillaient donc à faciliter l'engagement dynamique avec l'environnement en travaillant avec et au travers leur corps, leurs sens, à la source de l'imagination... (Blair, 2008, p.45, traduction libre<sup>14</sup>).

#### 6.4 L'ACTION COMME MODE DE JEU SENSIBLE AU THÉÂTRE

Nous venons de voir qu'au théâtre, le corps vécu joue un rôle primordial. La sensibilité, dont il est question dans ce projet de recherche, passe par la relation incarnée à l'autre.

Toutefois, certains auteurs ajoutent à cette idée de la sensibilité l'idée qu'un corps sensible est un corps en action, c'est-à-dire qu'il bouge et se meut dans l'espace et le temps selon

---

<sup>14</sup> For all of them, feeling follows and grows out of something with sensory dimensions - an object, internal or external, whether it is a image from a memory, the feeling of the coffee cup in the hand, or the look on a fellow actor's face - and the associations that the actor has with this. All of these teachers were about facilitating the actor's dynamic engagement with her environment through working with and through the body - the senses - as the source of imagination.

une intention qui est propre à l'acteur. Donc si nous étudions la sensibilité dans le jeu, il ne faut pas voir celle-ci comme étant quelque chose de purement passif, qui reçoit, mais aussi quelque chose qui est dynamique et qui agit et réagit à l'autre.

En fait, le théâtre est action, nous le savons depuis Aristote (1990) qui affirmait déjà dans l'Antiquité que l'art de jouer sur scène consistait à accomplir une action susceptible d'éveiller les sentiments des spectateurs. Déjà ce précurseur grec établissait un lien entre le mouvement des acteurs et un impact sur la sensibilité de ceux qui l'observent. En effet, pour lui, la représentation théâtrale est « une imitation faite par des personnages en action et non par le moyen d'une narration » (p.93). L'accent est donc ici mis non pas sur le contenu verbal, mais sur le mouvement dans le jeu. Dans les formations modernes des acteurs, la notion d'action demeure un élément essentiel (Blair, 2008).

Le terme « action » peut avoir plusieurs sens, mais celui qui semble lié au théâtre le présente comme une unité dramatique significative (Corvin, 1991), c'est-à-dire comme un ensemble de mouvements qui dévoile un sens. Donc, dans la perspective du jeu, on parle des gestes de chacun qui contribuent à coconstruire le récit et le sens de la rencontre. Dans cette définition, « sont actions les objets qui se transforment, s'enrichissant de colorations émotives et de significations. Sont également actions toutes les relations. Sont aussi actions celles qui agissent sur l'attention du spectateur, sur son émotivité, sur sa cénesthésie » (Barba et Savarese, 2008, p.54). Dès lors, il s'agit d'un mouvement ou d'un geste compris dans un espace-temps qui touche une dimension sensible chez le spectateur. Et l'action est faite de corps et d'esprit, car « il n'existe pas d'action vocale qui ne soit aussi action physique, de même il n'existe pas d'action physique qui ne soit aussi mentale » (Barba et Savarese, 2008, p.41). L'objectif est de toucher l'autre, mais de façon subtile. En fait, pour Barba (2004), l'action peut naître dans l'immobilité, car, dès qu'il y a une impulsion, un désir ressenti par le corps d'actualiser une intention, même dans le silence, il y a action :

Si je dois définir ce qu'est une action physique, je pense à un léger souffle de vent sur un épi. L'épi est l'attention du spectateur : il n'est pas secoué comme par une bourrasque, mais ce léger souffle suffit à ébranler quelque peu sa verticalité. Une action peut avoir lieu dans le silence et dans l'immobilité apparente (Barba et Savarese, 2008, p.110).

L'action physique cherche donc à provoquer délicatement une sensation corporelle chez le spectateur. En outre, Barba affirme aussi que toutes les actions sont interactives et se combinent pour former une « gestalt », une totalité, dont le sens s'altère à chaque instant. En d'autres mots, lorsque le corps sensible de l'acteur actif sur scène est en mouvement, le sens ne cesse de se transformer.

L'action physique et sensible est également relationnelle pour Lecoq (1997). Pour lui, un mouvement de l'acteur entraîne un autre, chez lui ou chez ces partenaires : « l'action engendre une réaction et crée l'action » (p.77). Ce qui s'est passé il y a un instant influence le sens de l'action présente et mon anticipation de l'action future. Dès lors, la combinaison d'actions de deux individus qui se croisent vient transformer le sens de la scène, mais aussi du jeu de chaque personne. De nouveau, si nous ramenons cela à notre question de recherche, nous comprenons donc que le jeu s'élabore alors que chacun réagit physiquement et avec sensibilité à la proposition physique de l'autre.

Au final, l'action éveille une sensibilité complexe, car elle on la vit en l'accomplissant, celle-ci nourrissant notre imaginaire et notre affect, mais aussi parce qu'elle touche l'autre. C'est ce que nous dit Artaud lorsqu'il mentionne que l'acteur se nourrit de son propre délire tout en le communiquant à la salle.

## 6.5 LE DÉVELOPPEMENT DE LA SENSIBILITÉ EST UNE EXPÉRIENCE INTERSUBJECTIVE

Le développement du Soi est intimement lié au développement du corps. La cohérence relative de l'identité humaine a ses fondations non pas à la limite de la peau, mais dans la cohérence d'un corps vécu qui est tissé au travers un chiasme avec les lieux, les gens et les choses de ce monde. L'individualité du soi est un champ de l'être, une matrice de relations interpersonnelles et de relations spatiales ayant le corps en son centre » (Simms, 2008, p.24, traduction libre<sup>15</sup>).

Nous avons déjà discuté dans une section précédente de l'intersubjectivité comme façon de comprendre le développement humain, toutefois, ce que Stolorow et Atwood (1992) nous rappellent, c'est que cette évolution implique aussi le corps. Selon leurs observations, l'harmonisation non verbale entre l'enfant et le donneur de soin est à la base de l'intégration d'un vécu affectif dans le développement de l'individu. D'après eux, l'ajustement relationnel de l'enfant avec le monde, mais aussi plus tard du sujet devenu adulte, s'accomplit également par le corps. Ceci distingue pour eux le modèle humaniste de l'intersubjectivité du modèle développemental plus traditionnel de la psychanalyse où le corps reste toujours secondaire à la symbolisation. Cette psychanalyse aurait, selon eux, tendance à ne pas suffisamment considérer l'importance du vécu corporel implicite pour se concentrer uniquement sur la façon dont celui-ci est transposé en mots.

Le corps est aussi ce qui permet à l'enfant d'interagir avec le monde : « pas d'intersubjectivité sans mobilisation du corps » nous dit Dejours (2003, p.26). Selon ce dernier auteur, l'enfant se développe en apprenant à mobiliser son corps pour le mettre au

---

<sup>15</sup> The relative coherence of human identity has its foundation not in the outline of the skin but in the coherence of a lived body as it is chiasmically woven into the places, peoples, and things of the world. Selfhood is a field of being, a particular matrix of interpersonal and spatial relationships with the body as its center.

service d'un « agir expressif », qui a pour but ultime la résolution de situations relationnelles. Par exemple, l'enfant qui cherche à faire comprendre à son donneur de soin qu'il a envie d'uriner peut se tordre dans tous les sens et jouer avec son corps pour communiquer son besoin. En outre, Dejours souligne aussi l'importance de la dimension affective de ce lien intersubjectif qui se passe entre le corps de l'adulte et celui de l'enfant, notamment par le toucher rassurant du parent qui nettoie avec assurance les saletés que les selles ont laissées sur les fesses du jeune. La simple façon dont ce geste est accompli par l'adulte va être intériorisée par l'enfant : si ce geste est impatient, cela n'enverra pas le même message implicite que si le geste est délicat et rassurant. Par ces échanges de gestes à même son corps, il se construit dans l'esprit du sujet, au travers son histoire, un rapport affectif unique au monde, empreint de toutes ces expériences intersubjectives.

Toutefois, l'auteure qui selon nous exprime le mieux cette intersubjectivité corporelle du point de vue du développement de l'enfant est Simms (2008). Reprenant pour son compte la philosophie de Merleau-Ponty et l'appliquant à des observations d'enfants qui apprennent à apprivoiser le monde, elle dévoile comment la chair du nouveau-né est déjà, dès ses premiers jours, en train de développer un rapport sensible et affectif au monde qui sera constitutif de l'identité de ce nouveau petit être humain. Selon elle, nous avons tendance à oublier que nous sommes venus au monde par notre sensibilité, comme si le développement des capacités cognitives de la pensée effaçait cela. Mais, pour Simms, cette expérience corporelle est toujours en nous. Par conséquent, ce que Simms semble nous dire en lien avec la présente thèse, c'est que le jeu doit valoriser davantage cette expérience fondamentale qui reste inscrite dans notre subjectivité toute notre vie.

L'exemple du réflexe de tétée du nouveau-né qu'elle explicite avec un langage poétique démontre à quel point un geste de survie que l'enfant adopte, alors que celui-ci n'a même pas commencé à se développer sur le plan de l'esprit, peut prendre une dimension affective

complexe qui va laisser une trace sur l'identité de l'enfant. Par le lait maternel qui pénètre en lui, il est en quelque sorte en communication directe avec le corps et l'amour de sa mère. Par conséquent, l'expérience corporelle, même lors des premiers moments de la vie, demeure éminemment intersubjective et celle-ci peut laisser une inscription sur notre être avant même l'avènement de la conscience de soi et d'autrui. C'est aussi ce qui fait dire Simms que « les réflexes ne sont pas uniquement des mécanismes internes et biologiques : ils constituent et sont constitués par un monde humain particulier » (p.14, traduction libre<sup>16</sup>).

En outre, la lecture de Simms permet également de faire le pont entre cette description du développement humain, ancré dans l'expérience sensible, et celle du jeu. D'ailleurs, la compréhension qu'elle exprime des premières années de vie est basée non seulement sur la philosophie de Merleau-Ponty décrite plus haut, mais aussi sur celle de Gadamer que nous avons présenté dans la section sur le jeu, démontrant ainsi que ces deux notions, sensibilité et jeu, sont complémentaires dans la compréhension de notre devenir comme sujet lorsque nous venons de naître. En fait, elle nous dit que « le jeu est un engagement physique, émotionnel et mental avec les possibilités inhérentes du monde physique » (Simms, 2008, p.113, traduction libre<sup>17</sup>). Ainsi, le jeu est de nouveau relié à la sensibilité.

Par ailleurs, Simms développe aussi beaucoup sur l'importance de la sensibilité au temps et à l'espace pour le développement de l'identité de l'enfant. Elle affirme que le corps, l'espace et le temps forment une unité indissoluble dans le développement. Selon elle, ces thèmes existentiels sont au cœur de la construction de l'être. Selon elle, le simple fait de découvrir que certains objets sont « là-bas », parfois accessibles si on va vers eux, parfois restant hors

---

<sup>16</sup> "Reflexes" are not internal biological mechanisms : they constitute and are constituted by a particular human world.

<sup>17</sup> Play is a bodily, emotional, and mental engagement with the possibilities inherent in the physical world.

de portée, plus loin dans l'espace, contribue au développement affectif de l'enfant. En outre, elle explique que le simple fait de commencer à marcher revient apprivoiser un rythme, celui du mouvement. Avancer dans l'espace pour aller vers un objet, c'est découvrir le rapport du corps à l'espace qui le distancie de celui-ci, du temps que ça prend ou même du rythme de la marche. L'expérience individuelle qui lit le corps au temps et à l'espace forme une matrice qui selon elle fera partie de l'identité affective de chaque individu.

#### 6.5.1 Le développement intersubjectif sensible se voit au niveau neurologique

Notre thèse ne s'inscrit pas dans une perspective probante visant à prouver le phénomène du sensible en le positivant, car celui-ci comporte une dimension invisible, insaisissable et ancrée dans l'expérience subjective. Toutefois, nous pouvons quand même noter qu'un mouvement théorique issu de la neuropsychologie intersubjective tend à démontrer qu'il existe des preuves de ce que ces observateurs du développement humain avancent au niveau de l'importance de notre rapport sensible au monde et de la nécessité de l'inclure dans une réflexion sur le jeu.

En premier lieu, nous pouvons nommer les travaux de Schore (2009) qui démontre que les dimensions implicites et sensibles de l'intersubjectivité laissent des traces dans le cerveau. Selon lui, cette dimension du vécu relationnel se retrouve dans ce qu'il nomme un processus communicatif « de cerveau droit à cerveau droit ». Plus précisément, il explique comment les expériences d'attachement individuelles de chaque humain peuvent laisser des traces dans le côté droit du cerveau, celui responsable des discours implicites et abstraits. Selon lui, toute la communication implicite qui se déroule entre l'enfant et le monde qui l'entoure contribue à former son identité, et en particulier pour cet auteur, le style d'attachement :

Par la communication des regards mutuels, non verbale, visuelle-faciale, tactile-gestuelle, auditive-prosodique, le donneur de soin et le bébé apprennent la structure

rythmique de l'autre et changent leurs comportements pour s'agencer à cette structure, ainsi cocréant une interaction spécifiquement harmonisée. Durant la communication affective basée sur le corps des regards mutuels, la mère harmonisée (Schore, 2009, p.20, traduction libre<sup>18</sup>).

Cette interaction complexe et subtile que ce neuropsychologue décrit, lorsqu'elle est problématique, laisserait selon lui des traces visibles sur différentes parties du cerveau, notamment dans des zones chargées de réguler les émotions. Ce chercheur a notamment étudié les liens qui existent entre des schémas de communications sensibles et implicites problématiques et des insécurités dans l'attachement des enfants, démontrant un lien causal. De plus, il a aussi étudié la façon dont les zones du cerveau associées à l'émotion pouvaient être affectées par ce mode de communication. Il démontre ainsi comment l'affect et les subtils ajustements qui proviennent de notre rapport sensible au monde peuvent laisser des traces visibles sur la structure du cerveau, entre autres lorsque les interactions avec nos donneurs de soin sont problématiques. En outre, il a aussi fait le chemin inverse en étudiant les transformations qui peuvent survenir en psychothérapie en démontrant que des zones du cerveau changent lorsque le thérapeute est bien ajusté au niveau de sa communication sensible avec le patient.

Abondant dans le même sens, Ogden *et al.* (2006), également neuropsychologues de l'attachement, expliquent que notre accent sur ce qu'elle appelle les processus de « hauts vers le bas » demeure incomplet. Par ce terme, ces auteurs sous-entendent le mode de communication qui part des cognitions, de la compréhension intellectuelle, et qui vise à comprendre notre expérience affective. Selon eux, les observations en neuropsychologie, par exemple par l'étude des modifications de la structure de certaines zones du cerveau, démontrent l'importance du processus inverse, celui qui part du « bas » pour aller vers le

---

<sup>18</sup> Through non-verbal visual-facial, tactile-gestual, and auditory-prosodic communication, the caregiver and infant learn the rhythmic structure of each other and modify their behavior to fit that structure, thereby co-creating a specifically fitted interaction.

« haut », c'est-à-dire ceux qui sont ressentis de façon implicite par notre sensibilité en premier lieu et qui peuvent ensuite modifier notre façon de comprendre le monde. En d'autres mots, si nous avons tendance à valoriser l'expression verbale dans le jeu, il ne faut pas perdre de vue que l'expression sensible contribue aussi à transformer le sujet.

Tout comme Schore, elle ancre sa compréhension dans une étude du développement de l'attachement en lien avec l'expérience affective telle que perçue dans les zones du cerveau chargées de réguler les émotions. Par exemple, selon ses observations, nous pouvons voir que les dyades mère-enfant qui expérimentent un ajustement sensorimoteur adéquat, c'est-à-dire bien ajusté au niveau des besoins de l'un et des réponses de l'autre, laissent des traces différentes dans les zones sous-corticales du cerveau que les dyades où l'ajustement sensorimoteur est plus problématique. Ogden *et al.* ont étudié les zones du cerveau déformées par les traumatismes avant et après une thérapie, puis ont observé des changements significatifs dans le cerveau des patients en lien avec des thérapeutes sensibles, surtout lorsque ces psychologues invitaient leurs patients à entrer en contact avec le lien qui apparie leurs émotions à leurs expériences sensibles et motrices. Ainsi, il existe pour elle des preuves claires et observables des effets de l'ajustement sensible sur le développement humain.

Ogden *et al.* nous permettent donc d'utiliser les neurosciences pour tracer un lien avec une partie de la question de recherche, celle de la sensibilité. Toutefois, ces chercheurs nous parlent aussi de l'autre partie de notre question, c'est-à-dire du jeu. En effet, ils se servent aussi des neurosciences pour également montrer le lien entre le jeu et l'expérience sensorimotrice. Selon eux : « le jeu est souvent accompagné par des signaux de jeu spécifiques — des gestes non verbaux et des postures comme une augmentation du contact des yeux, des expressions faciales, de la proximité physique spontanée, et d'un engagement

social amélioré » (Ogden *et al.*, 2006, p.173, traduction libre<sup>19</sup>). Le jeu mobilise l'expérience sensorimotrice et éveille ce qu'ils nomment le « système d'action » qu'ils présentent comme toutes les zones reliées du cerveau responsable du changement créatif.

Le dernier neuropsychologue auquel nous ferons appel est Damasio (1999). Les recherches de ce dernier représentent un intérêt particulier pour la présente thèse, car selon Blair (2008), il serait l'un des spécialistes des neurosciences cognitives dont les théories permettent le mieux d'éclairer la façon dont ces artistes puisent dans le lien qui existe entre leur corps vécu et leur imagination pour faire naître des émotions. En fait, selon Blair, la compréhension qu'offre Damasio permettrait notamment de valider le modèle d'interprétation formulé par Stanislavki, particulièrement en ce qui a trait au « lien entre la construction de l'identité, le sentiment que nous avons de celle-ci, la conscience, l'attention, l'action/le comportement, l'émotion et la sensation au sens *physique* qui est au cœur du sens que notre organisme a d'être en relation » (p.61, traduction libre<sup>20</sup>).

En fait, pour Damasio (1999), tous les éléments cités ci-dessus forment un tout indissociable contribuant à l'expérience existentielle « d'être une personne ». Dans son ouvrage qui traite de la conscience du soi, il soutient, avec l'aide de nos connaissances biologiques récentes, que la conscience que nous avons de notre identité s'acquiert par un éveil à nos sens ainsi qu'à nos sensations. Nous avons un sentiment de « soi », de notre identité, parce que nous sommes en mesure de sentir que nous ressentons et agissons dans le monde des choses physiques. Damasio s'ajoute donc aux neuropsychologues qui viennent appuyer l'importance d'inclure une dimension sensible et active dans le jeu.

---

<sup>19</sup> Play is often accompanied by specific play signals - nonverbal gestures and postures such as increased eyes contact, facial expression, spontaneous physical proximity, and enhanced social engagement.

<sup>20</sup> ...links the sense of self, consciousness, attention, behavior/action, emotion, and feeling in a *physical* ways that have at their core the organism's sense of its relationship.

## 6.6 LA SENSIBILITÉ EST AU CŒUR DE LA RELATION THÉRAPEUTIQUE

« Votre corps n'est pas une machine, mais plutôt une merveilleuse et complexe interaction avec tout ce qui est autour de vous, c'est pourquoi il en "connaît" autant juste en étant » (Gendlin, 1981, p. viii, traduction libre<sup>21</sup>).

Jusqu'ici, nous avons démontré l'expérience de considérer la sensibilité dans le jeu. Nous avons réfléchi à cette dimension du point de vue de la philosophie intersubjective, du développement humain, du théâtre et de la neuropsychologie. Nous souhaitons maintenant compléter le portrait en soulignant l'importance de la dimension sensible dans le jeu de la thérapie, puisque cette recherche a pour but ultime de mieux éclairer la pratique de thérapeute. Par conséquent, nous allons présenter quelques auteurs qui élaborent sur ces dimensions sensibles de la relation du point de vue des relations de soin, en débutant par Gadamer. En effet, si dans *Vérité et Méthode*, Gadamer (1996) décrit une posture de jeu sensible qui s'actualise dans la relation avec l'art, dans *Philosophie de la santé* (1998), ce même auteur démontre comment la même posture sensible du jeu s'applique dans l'évaluation et l'intervention en relation de soin. En effet, dans cet ouvrage qui rend compte de conférences adressées à des médecins, il rappelle que la palpation sensible informe le professionnel de la santé beaucoup plus que de nombreux instruments neutres et froids. En outre, ce contact ne se fait pas que par le toucher, mais par tout élément qui puise dans le monde de la sensibilité, incluant les métaphores qui traduisent l'expérience de la personne.

D'autres auteurs font écho à cette vision de la relation de soin. Par exemple, pour Rugira (2008) la sensibilité réflexive à l'expérience corporelle du thérapeute et de son patient

---

<sup>21</sup> Your body is not a machine, but rather a wonderfully intricate interaction with everything around you, which is why it "knows" so much just in being.

devrait occuper une place prépondérante dans la formation des personnes aidantes, autant dans les interventions psychosociales que médicales. Cette réflexivité est notre capacité à sentir ce que nous vivons en relation sensible avec l'autre par le corps propre. Pour cette professeure, « la posture (du thérapeute) l'engage d'emblée dans une démarche compréhensive qui questionne sa façon d'être-là, auprès des personnes en devenir dans un monde en situation (p.123). La description qu'elle fait de ce « monde en situation » ressemble à la façon dont les auteurs décrivent le jeu dans la partie consacrée à celui-ci. La personne thérapeute porte une attention sur son vécu sensible à l'intérieur d'une « situation » où se déroule la rencontre entre le patient et le donneur de soin. Nous pourrions énumérer plusieurs auteurs qui abondent dans le même sens de l'inclusion de la dimension sensible dans la rencontre thérapeutique que ce soit Orange (2009) ou encore Todres (2011). Tous ces auteurs ont une chose en commun, soit qu'ils défendent la centralité d'une conscience réflexive de la sensibilité dans le jeu de la rencontre thérapeutique.

## 6.7 CONCLUSION SUR L'EXPÉRIENCE SENSIBLE DU JEU

Le jeu est intimement lié à l'expérience sensible. Ce lien est confirmé par plusieurs auteurs, de Simms (2008) qui observe ce lien à travers le développement de l'enfant, à Ogden *et al.* (2006) qui le comprennent selon la perspective de la neuropsychologie de l'attachement. Nous retenons aussi l'emphase que Leroy-Viémon (2008) mettait sur l'importance d'une sensibilité aux éléments de la métarencontre qui constitue le jeu, soit l'espace et le temps qui encadrent celle-ci. Ainsi, la sensibilité est aussi liée aux éléments constitutifs du jeu : c'est par celle-ci que nous ressentons la présence de l'autre, mais aussi par le rythme et l'atmosphère dans laquelle se déroule le jeu.

En outre, nous avons vu que cette sensibilité était intimement liée au corps vécu en relation intersubjective avec le monde. C'est par le corps que la sensibilité manifeste sa présence, et c'est à travers le corps en action qui agit que la rencontre avec autrui s'actualise. La corporéité est donc, pour les auteurs que nous avons présenté, à la fois constituée par les sensations et par son action dans le monde des choses. Ce corps vécu est source d'une sagesse implicite que les mots peuvent difficilement traduire. Il est également lié à l'émotion et à l'identité. En outre, nous retenons que nous avons conscience de notre sensibilité par notre sensibilité. Le vécu sensible est donc indissociable de l'expérience du sensible. Si mon corps se met en action, ce mouvement sera perçu par la proprioception. Si je touche autrui, c'est aussi par cette capacité qu'a le corps de se sentir lui-même que nous parvenons à comprendre notre expérience de ce toucher. Cette sensibilité est aussi influencée par notre histoire intersubjective, c'est-à-dire qu'elle est unique à chaque individu en fonction du rapport particulier que nous entretenons tous avec les autres sujets. Enfin, pour les théoriciens du théâtre, le corps est aussi lié à l'imagination et à la mémoire affective. En effet, l'émotion qui naît et qui s'exprime de la sensorialité peut aussi être recréée par de simples souvenirs ou des projections dans le monde de l'irréel.

Nous retiendrons donc quelques éléments qui peuvent constituer des thèmes susceptibles de répondre à la question de recherche qui est de *mieux comprendre l'expérience de la sensibilité telle que vécue par les comédiens dans le monde du jeu*, et ce dans le but de mieux éclairer la pratique des psychothérapeutes. Plus particulièrement, nous retenons que cette sensibilité est liée au corps vécu, mais aussi à l'action de celui-ci mise en œuvre dans le jeu. En outre, cette sensibilité est liée à d'autres éléments élaborés précédemment, soit le rapport à la présence, au rythme et à l'espace. Nous sommes donc maintenant prête à élaborer une grille qui permettra d'explorer la question de recherche avec les actrices et acteurs rencontrés pour ce projet. La section suivante nous permettra de résumer les éléments de la revue de littérature qui seront utiles à former la grille d'entrevue et qui serviront de sol commun à la rencontre avec les artistes.

## CONCLUSION DE LA REVUE DE LA LITTÉRATURE

### LES SOUS-THÈMES RETENUS POUR LA GRILLE D'ENTREVUE

La revue de littérature nous a permis d'élaborer ce qui sous-tend les idées du jeu et de la sensibilité au théâtre, plus particulièrement les éléments qui font écho à des notions que nous retrouvons en psychologie et en philosophie, surtout humanistes. Nous pouvons donc résumer et lier la revue de littérature à la question de recherche principale de cette manière : la sensibilité est comprise comme une absence de dualité entre le corps et l'esprit. Le sujet est en fait un corps-sujet qui se meut dans le monde et dont l'intention se concrétise par une action incarnée. Ce geste sensible enveloppe le jeu qui a pour finalité la « fusion des horizons », c'est-à-dire la création d'un sens autre qui résulte de l'ajustement des joueurs. Au cœur du jeu se trouve la rencontre entre deux présences. Ce jeu est encadré par un temps et un espace qui sont eux-mêmes toujours enveloppés de cette sensibilité. À la question visant à mieux comprendre l'expérience de la sensibilité dans le jeu, nous pouvons proposer ce graphique qui sert de base à la grille d'entretien :

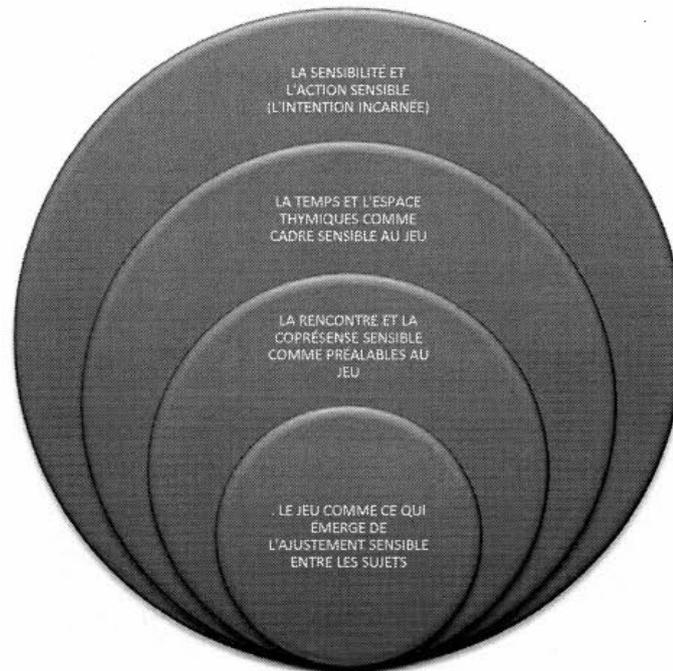


TABLEAU 6.1 - RÉCAPITULATION DE LA REVUE DE LITTÉRATURE

En réfléchissant sur le jeu, nous constatons que celui-ci existe d'abord parce qu'il y a une rencontre entre deux altérités, deux subjectivités différentes. Cette rencontre exige une adaptation mutuelle des participants qui, ensemble, forment un horizon commun. Nous retenons donc pour la grille d'entretien les sous-thèmes de la rencontre et de l'ajustement relationnel. En outre, nous observons que la rencontre dans le jeu est une mise en présence des acteurs impliqués dans celui-ci. La présence, élément souvent nommé autant au théâtre qu'en thérapie, mais peu étudié, est ce à travers quoi les sujets sont en contact. Nous retenons donc le sous-thème de la présence comme notion à élaborer avec les participantes.

Dans un deuxième temps, pouvons souligner que le jeu et la rencontre sont constitués par une spatialité et une temporalité qui lui sont propres et qui l'encadrent, éléments qui

constituent la « métarecontre » pour reprendre les mots de Leroy-Viémon (2008). Nous démontrons que pour plusieurs auteurs, une sensibilité au cadre spatio-temporel du jeu est nécessaire, autant pour l'acteur que pour le thérapeute. Lorsque nous discutons de l'espace, nous comprenons qu'il s'agit surtout d'une « atmosphère » poétique investie par l'affect et l'imagination. Nous retenons également que la sensibilité au temps du jeu est souvent nommée en fonction d'une sensibilité au rythme. Nous conservons donc pour les entrevues ces idées de l'espace et du temps qui encadrent le jeu, et plus particulièrement les concepts d'atmosphère et de rythme qui enveloppent le jeu théâtral.

Enfin, dans un dernier temps, nous retenons du chapitre sur la sensibilité que celle-ci est liée à l'émotion et à l'imaginaire. En outre, nous nous rendons compte de l'importance du corps vécu intersubjectif comme médium de la relation sensible au monde. Cette corporéité est active, c'est-à-dire que c'est au travers du mouvement du corps dans le monde, ou de son « intentionnalité », que se construit la subjectivité. Le corps vécu sensible est celui dont la personne fait l'expérience dans le concret de son existence. Par conséquent, nous ajoutons ces deux-derniers sous-thèmes, soit ceux du corps et de l'action physique, mais aussi les liens que ceux-ci entretiennent avec l'imagination et l'émotion.

Nous croyons qu'au travers de ces sous-thèmes, nous avons suffisamment de matériel de relance pour permettre aux comédiens et comédiennes qui participent à la présente étude d'élaborer la complexité de leur expérience sensible dans le jeu. Ces sous-thèmes sont explorés via des entrevues dont la méthodologie est expliquée dans la prochaine section. La grille d'entrevue est présentée dans l'annexe A. Une fois ces thèmes identifiés, il convient maintenant de décrire la méthodologie utilisée pour explorer les phénomènes à l'étude, ce que nous détaillons dans la section suivante.

## PARTIE II – MÉTHODOLOGIE

## CHAPITRE VII

### 7.1 INTRODUCTION AU CHAPITRE SUR LA MÉTHODOLOGIE

La méthodologie déployée pour explorer notre question de recherche est qualitative selon la tradition épistémologique constructiviste. L'objectif de la présente thèse est de mieux comprendre une réalité subjective complexe. L'objet d'étude qu'est la sensibilité relationnelle qui s'actualise dans le jeu dramatique demeure un phénomène qui est propre à chaque sujet et qui se construit uniquement à l'intérieur d'une relation active avec la réalité. De plus, cet objet d'étude est situé dans un contexte expérientiel original, celui du vécu sensible des comédiens en relation. Or, l'épistémologie constructiviste est basée sur la prise en compte du contexte de construction du sens dans l'explication du phénomène et sur une compréhension qui trouve sa genèse, sa « vérité », dans l'expérience unique d'un sujet (Muchielli, 2005). Dès lors, un projet de recherche qui, comme celui-ci, cherche à explorer la relation subjective et complexe à un phénomène se prête bien à cette épistémologie où l'unicité de l'expérience et de son contexte particulier est centrale.

En outre, la revue de la littérature semble laisser sous-entendre qu'il n'existe pas une technique universelle pour développer cette sensibilité que nous cherchons à mieux comprendre. En fait, le chemin qui mène au développement de celle-ci n'est pas le même pour chaque individu et doit être adapté au vécu, au corps et à l'expérience de chacun. Dès lors, une méthodologie qui laisse s'exprimer cette expérience subjective unique et propre à chaque sujet tout en la situant dans son contexte semble plus appropriée.

Nous tenons également à nommer la mise en abîme du sujet de recherche avec la méthodologie au niveau des principes herméneutiques qui seront décrits ici. En effet, dans la section du contexte théorique, nous avons décrit l'herméneutique comme le processus permettant intuitivement de comprendre ce qui se produisait lorsque deux sensibilités se rencontrent. Nous avons parlé de la création d'un sens tiers à partir des deux sujets qui sont en contact grâce à leur présence sensible mutuelle. Or, comme nous le verrons dans les prochaines pages, la méthodologie choisie utilise le même principe de création de sens à partir du dialogue entre deux altérités sensibles, celle de la chercheuse et celle des participantes. Cette mise en abîme nous permet donc de nommer que le discours analysé a influencé notre méthodologie, et vice-versa.

## 7.2 CHOIX DE MÉTHODE ET JUSTIFICATION GÉNÉRALE DE CELLE-CI

La récolte de données a été constituée par des entrevues semi-structurées guidées par les thèmes inspirés par la revue de la littérature. La codification est ouverte et l'analyse du contenu s'est faite selon les principes de l'approche phénoménologique interprétative de Van Manen (1997). Ce choix nous paraît justifié considérant que celle-ci répond à un besoin de rester proche de l'expérience des personnes participantes tout en laissant une place à la subjectivité de la chercheuse ayant vécu des expériences similaires à celles qui lui ont été racontées. De plus, comme nous l'avons vu lorsque nous avons élaboré sur l'expérience sensible, nous ne pouvons faire abstraction de notre corps-sujet lorsqu'on réfléchit sur le corps. Nous adoptons ainsi une posture d'analyste du contenu livré par des comédiennes participantes, mais aussi de sujet ayant elle-même une expérience sensible liée aux thèmes abordés durant les entrevues. En outre, selon l'auteur de cette approche, il s'agit d'une méthode qui doit être constamment réinventée à chaque recherche. En effet, la méthode doit être remaniée dans le réel de chaque rencontre en fonction de son aspect singulier. Ainsi, il ne s'agit pas selon lui d'appliquer une technique universelle qui pourrait être

reproduite à chaque recherche de façon uniforme, mais plutôt de réfléchir aux exigences et à l'unicité de chaque projet afin d'appliquer une démarche qui sera au service de l'élaboration d'un sens évocateur. Par conséquent, la méthode qui est décrite dans les prochaines pages sera basée sur des questionnements et introspections autour du lien entre la démarche et le sujet étudié. Notre objectif principal, comme nous le verrons dans la prochaine section, est de rendre compréhensible et sensible quelque chose d'implicite qu'on traduit peu en mots.

### 7.3 DISCOURS SUR LE CORPS ET SUR LE SENSIBLE : UN DÉFI D'ÉLABORATION

L'étude des phénomènes de la sensibilité, du jeu et du corps vécu engendre certains défis qu'il faut considérer lorsque l'on veut les observer et mieux les comprendre. Effectivement, travailler sur la corporéité et la sensibilité dans le jeu relationnel implique des considérations particulières au niveau de la conceptualisation des sujets étudiés. Le thème du corps reste en lui-même un sujet de recherche vaste avec des paramètres épistémologiques difficiles à circonscrire comme en témoigne cette citation de Andrieu (2007) :

Le corps est une frontière épistémologique, car il n'appartient pas à une discipline spécifique. Il est un objet toujours objectivé par les sciences exactes et humaines, mais aussi subjectivé, car le corps est à la fois objet et sujet. Entre deux sciences il échappe à toute définition exhaustive même si ses variations thématiques le révèlent de part en part comme objet d'étude (p.90).

Aussi, peu importe la méthode choisie, l'étude du corps vécu et du sensible, mais aussi des paramètres implicites du jeu comme la qualité atmosphérique ou le rythme intersubjectif, exige une forme de « dénaturalisation » du phénomène en le traduisant en mots. L'invisible doit nécessairement être représenté par le langage. Nous sentons des choses par le corps,

mais pour le médiatiser, il faut construire une réalité conceptuelle pour le représenter et ce n'est qu'au travers la variation des discours sur le corps qu'on peut essayer de le comprendre (Bernard, 1976). De plus, même si nous tentons de mettre entre parenthèses les discours existants, on ne peut oublier que l'outil utilisé pour médiatiser le corps est le corps lui-même : la personne comprise comme être au monde par sa corporéité est interprétée, mais aussi interprétante. En fait, selon Brohm (1988), le corps est la source de la philosophie tout en étant son sujet principal. Dès lors, la première difficulté réside dans cette médiation par le verbal et l'écriture qui nous coupe de la sensation originelle, ce qui exige de savoir revenir à celle qui a provoqué la création du concept. Il faut donc faire preuve d'une certaine réflexivité qui ne peut ni faire totalement abstraction du corps propre pour écrire sur celui-ci ni ignorer les différents discours existants sur le corps. Ainsi, faire la part des choses entre ce qui vient du sens et ce qui a été construit reste un obstacle important dans ce processus de compréhension. Autant la méthodologie utilisée pour récolter les témoignages que celle utilisée pour les analyser devra s'employer à témoigner de la façon la plus authentique possible du phénomène de la corporéité tout en étant sensible à la présence de discours déjà existants sur le sensible et le corps vécu. En fait, nous demeurons consciente que l'expérience originelle n'est jamais totalement accessible, mais qu'il est possible d'avoir accès à ce qu'elle fait vivre, à sa dimension incarnée dans l'expérience vécue (Vermesch, 2012).

En outre, Ginot (2009) met en garde contre les épistémologies d'analyse du somatique qu'elle qualifie de trop « endogène », c'est-à-dire nieraient l'existence des discours sur le corps préexistants influençant les individus, que son opposé qu'elle nomme « exogène », soit ceux qui s'appuient uniquement sur des conceptualisations théoriques plus éloignées de l'expérience des sujets. En effet, Ginot rappelle que la multiplicité des discours politiques sur le corps fait également partie de notre expérience perceptuelle de celui-ci et qu'en nier l'existence est un écueil. Dans le cas de nos participantes et de notre participant par exemple, nous pouvons noter que leur école d'interprétation théâtrale a définitivement influencé la façon dont il et elles ont rendu compte de leur réflexivité sur leur vécu sensible

et corporel. Par exemple, la participante formée par des professeurs qui adoptaient une perspective plus réaliste du jeu dramatique mettait beaucoup l'accent sur l'authenticité du vécu sensible dans la relation, alors que celle issue d'une école plus clownesque mettait l'accent sur une expressivité plus fantaisiste. Le postulat de base de l'école réaliste étant de mettre l'accent sur la crédibilité de la représentation, la première comédienne a davantage insisté sur l'importance de rester subtile dans l'expression corporelle. Pour sa part, la deuxième, formée au clown, soulignait davantage l'importance d'exagérer les mouvements et la présence dans le jeu. Dans les deux cas, l'école de pensée du jeu a influencé la description que chacune faisait de son expérience parce qu'elle a influencé leur vécu de leur corps propre. Pour compenser et donner plus de profondeur, Ginot prône une certaine interdisciplinarité des discours, permettant de décrire le vécu somatique en empruntant le vocabulaire de modèles différents.

### 7.3.1 La question de la forme ou comment écrire sur la sensibilité

Si l'étude des dimensions implicites du jeu nécessite de puiser autant dans l'expérience des sujets que dans les discours préexistants, encore faut-il se poser la question de comment écrire sur celles-ci. Afin de répondre à cette exigence, Todres (2007) propose une vision poétique et holistique pour décrire la sensibilité non verbale et le vécu corporel. Tout comme ce dernier, nous croyons qu'il demeure important de restituer, dans le cadre d'une étude qualitative, un discours évocateur et complexe sur le corps, ce qui résonne avec la méthodologie de Van Manen (1997) qui sera abordée dans la section analyse. Nous croyons que l'expérience du corps peut se traduire non seulement par une introspection menant à entrer en contact avec l'expérience endogène des personnes participantes, par une verbalisation des concepts exogènes déjà existants qui servent de cadre explicatif à chaque personne, mais également par l'esthétique personnelle des sujets, incluant la chercheuse qui interprètera les données. La juxtaposition des différentes métaphores employées par les différentes personnes questionnées permettra également d'enrichir la texture du

phénomène. C'est en laissant une place à ces métaphores que l'une des participantes en est venue à exprimer que le phénomène étudié se résumait pour elle à la métaphore de « faire l'amour ». Nous voulons ainsi ajouter une texture et une atmosphère émotionnelle aux discours sur le corps. En fait, une description sur le corps devrait être « invitante » plus que « descriptive » (Heiddeger, selon Holloway et Todres, 2007). Ainsi, il faut que l'histoire racontée par les participantes n'ait pas peur d'aller dans un langage plus poétique et qui résonne de façon aussi sensible qu'intellectuelle chez le lecteur. En fait, l'objectif est de réussir à équilibrer « structure » et « texture » pour que le tout soit compréhensible explicitement tout en communiquant l'expérience sensible du participant. Dès lors, toujours selon Todres (2007), la compréhension du corps vécu peut être facilitée par un langage esthétique qui rend l'expérience plus habitable pour les autres. C'est dans cette optique que nous avons construit une grille de thèmes afin de donner une semi-structure aux entrevues, comblant l'exigence de structure, tout en encourageant une expression créative et ouverte chez les personnes participantes, laissant ainsi une place à la texture.

La recherche doit donc, sans nier l'influence des discours existants, tout de même laisser une place importante aux métaphores utilisées par les comédiennes et comédiens afin de leur permettre d'imaginer leur expérience subjective, tout en tentant de comprendre l'essence derrière cette image et d'y trouver un écho qui parle à un plus grand nombre. Ainsi, nous recherchons d'abord une validité expérientielle qui peut résonner chez certains lecteurs. Il s'agira donc d'un processus herméneutique où l'expérience imagée de nos sujets de leur corps sera elle-même modifiée par notre propre subjectivité de lecteur, tout en considérant la mise en garde de madame Ginot sur l'influence des préjugés théoriques sur la vie somatique.

Enfin, ces séparations que nous effectuons entre la « texture » et la « structure, ou encore entre « l'endogène » et « l'exogène », peut laisser croire que l'expérience sensible en est une qui est dualiste, mais ce n'est pas le cas. Comme Merleau-Ponty (1945) que nous

abordons dans le chapitre précédent, nous croyons que ces deux expériences sont indissociables et qu'elles s'entremêlent intuitivement dans l'écriture. Le piège d'une thèse voulant expliciter un phénomène est de perdre de vue ce postulat. Nous tenons donc à rappeler au lecteur que, malgré cette présentation en pôles qu'appelle l'écriture d'une thèse, l'expérience sensible ne se vit pas d'une façon clivée.

#### 7.4 SUJETS ET COLLECTE DE DONNÉES

Pour notre recherche, nous avons opté pour vers un échantillon de convenance, mais avec certains critères. Nous avons rencontré quatre personnes au total. Ce choix est justifié par la méthode d'analyse élaborée plus bas, soit la phénoménologie herméneutique de Van Manen (1997), car nous croyons qu'un trop grand nombre nuirait à la profondeur d'analyse phénoménologique du vécu de ces derniers. Nous valorisons donc l'analyse en profondeur du matériel obtenu plutôt que de tenter d'obtenir une quantité de données qui se répèteraient. Nous souhaitons laisser la place à chaque personne pour que l'identité individuelle de chacun transparaisse dans chaque discours. Nous souhaitons toutefois interroger plus d'une personne pour avoir une différence d'expériences subjectives, et ainsi voir s'il existe certaines caractéristiques et certains sens vécus qui se répètent d'une expérience à l'autre. Nous croyons que le nombre de personnes rencontrées en entrevue a permis de conserver cet équilibre entre trouver certains thèmes transversaux et l'évocation singulière de chacun. Le projet original prévoyait deux entrevues par personne, ce que nous avons obtenu pour trois de ces personnes, le premier comédien ayant nommé ne pas sentir qu'il avait davantage à ajouter après une première rencontre. Le matériel audio total varie entre 2 h 30 et 3 h au total par personne, sauf pour le premier où nous n'avons qu'une seule entrevue dont la durée est d'environ 1 h 30. L'un des objectifs de planifier deux rencontres était de donner une chance à l'alliance d'entrevue de s'améliorer avec le temps afin de permettre une réflexivité plus libre. Cela devait également permettre à ceux-ci de prendre conscience de certains phénomènes suite à notre première discussion et de laisser la

réflexion évoluer. Nous souhaitons au départ des entrevues plus courtes par personne, mais après la décision du premier de s'arrêter après une seule, et le fait qu'une participante se disait être plutôt occupée, nous avons décidé de limiter à deux rencontres, mais sans limiter le temps de l'élaboration. Cette façon de faire convenait mieux aux comédiennes rencontrées et nous a tout de même permis d'obtenir l'équivalent des trois entrevues que nous souhaitions avoir auparavant.

Outre le nombre de participantes et d'entrevues, certains critères d'inclusions et d'exclusions nommés ci-bas ont circonscrit les choix des personnes. Ces critères étaient les suivants :

- L'âge n'avait pas d'importance en soi, mais nous avons opté pour des participantes avec un minimum d'expérience, car nous voulions que l'identité professionnelle de ceux-ci ait eu le temps de s'établir dans de bonnes fondations. De plus, nous cherchions à mieux comprendre le chemin qui les a conduits à cette expérience actuelle. Nous avons donc fixé un seuil de cinq années minimum d'expérience dans leur domaine depuis la fin de leur formation de base. Au final, les personnes qui furent retenues ont entre dix et vingt ans d'expérience chacun.
- Nous voulions des personnes formées dans différentes écoles de théâtre afin de varier les expériences. C'est ainsi que nous avons deux personnes ayant gradué d'écoles professionnelles de théâtre au Québec, une participante graduée d'une université en théâtre dans une autre province, et une participante autodidacte ayant étudié dans des écoles privées. Il n'était pas obligatoire pour ces personnes d'avoir eu une formation orientée sur le corps tant qu'elles étaient prêtes à réfléchir sur la place que celui-ci occupe dans leur pratique.
- Nous voulions des participantes actives dans leur carrière, car nous souhaitions explorer leur vécu actuel. Les comédiennes et le comédien qui ont participé avaient donc tous et toutes travaillé sur des spectacles professionnels dans leur dernière année.
- Nous avons cherché des artistes sensibles aux dimensions relationnelles de leur métier. Pour cela, nous avons avisé ces personnes que le thème qui allait orienter les entrevues serait la relation sensible à l'autre dans le travail d'acteur, et avons confirmé leur intérêt à discuter de ce sujet avant la prise d'un premier rendez-vous.

- Nous cherchions des participantes parlant aisément le français afin de faciliter la communication entre la chercheuse et ceux-ci et pour ne pas mettre une barrière supplémentaire liée aux différences culturelles dans la compréhension phénoménologique de l'expérience.
- Nous avons rencontré trois personnes s'identifiant au genre féminin et une personne de genre masculin. Nous n'avions pas obtenu suffisamment d'information dans la revue de littérature qui pourrait laisser présager qu'il était important de différencier pour ce projet la sensibilité féminine de la sensibilité masculine, bien qu'intuitivement on peut penser que le genre ne soit pas neutre dans le rapport au corps et à la sensibilité en général. Par ailleurs, l'échantillon ne visait pas une représentativité de toute façon, nous avons donc décidé de ne pas considérer cette dimension pour la présente recherche.

Nous avons recruté les personnes par contact (bouche-à-oreille), mais également par l'envoi des requêtes écrites à des institutions comme des compagnies théâtrales. Les principaux médiums de diffusion furent les réseaux sociaux, de même que l'envoi de courriels à notre réseau artistique et celui d'autres doctorants travaillant dans le milieu. Les quatre personnes ayant répondu à l'appel ont été recrutées par le bouche-à-oreille, ayant répondu à des demandes provenant de nos collègues du doctorat ou ex-collègues de théâtre.

## 7.5 CONSIDÉRATIONS MÉTHODOLOGIQUES DE LA GRILLE D'ENTREVUE

Afin de construire la grille d'entrevue, nous avons puisé dans différents modèles afin de répondre à certains critères constructivistes qui encadrent le projet. Nous souhaitons également respecter la dimension phénoménologique de l'expérience des personnes participantes. Nous avons comme but de rester proche de la subjectivité des personnes interviewées ce qui s'accorde mieux avec les principes de l'*époque* phénoménologique que ceux de l'herméneutique. Toutefois, même durant les entrevues, il n'était pas possible de

complètement mettre entre parenthèses nos préjugés comme chercheuse ayant un vécu en théâtre. Par conséquent, il est donc arrivé que ce dernier guide certaines intuitions de relance. Nous nous sommes par exemple servie de notre intuition influencée par notre propre expérience théâtrale pour poser plusieurs questions spontanées, mais nous avons tout de même fait attention à ne pas assumer les réponses, laissant à la personne interviewée le soin de verbaliser en détail son discours. Par contre, il est arrivé à certains moments que la chercheuse ait commis l'erreur d'assumer une compréhension en projetant sa propre expérience de quelque chose qui n'était pourtant pas suffisamment explicité par le participant. Le fait de faire deux entrevues aura ainsi permis à la réécoute d'identifier certains de ces moments afin d'y revenir lors d'une deuxième rencontre.

En outre, l'objectif principal des entrevues était d'inviter les personnes participantes à ouvrir leur élaboration en l'ancrant dans une réflexivité expérientielle afin d'inviter la dimension endogène de l'expérience à se manifester, soit celle qui vient de l'intérieur et qui représente la façon unique que chaque sujet a de vivre le l'expérience. Toutefois, comme nous l'avons vu dans la section précédente, les discours préexistants sur l'expérience, soit les conceptualisations théoriques qui existaient avant l'expérience et que les personnes participantes peuvent avoir intériorisées, font également partie du vécu de chaque individu. Nous avons donc conscience qu'un certain niveau de conceptualisation se manifesterait durant l'entrevue. Notre but premier était donc d'équilibrer le tout en permettant aux personnes d'élaborer à partir de leur conception du jeu relationnel en théâtre, mais en les incitant parallèlement à rester proches de leur expérience vécue, ce qui est au cœur de la vision phénoménologique. De plus, cette optique phénoménologique exigeait de comprendre l'expérience dans son contexte ce qui nous a amenée à inviter les participantes et le participant à non seulement expliciter, mais aussi exemplifier leur discours par des anecdotes qui prennent la forme d'exemples racontés en situation. Enfin, il demeure également important d'inviter les artistes durant les entrevues à se permettre de puiser dans un imaginaire libre laissant place aux métaphores et images afin que ces personnes

puissent aussi rendre compte de la « texture » sensible de leur expérience (Holloway et Todres, 2007 ; Todres, 2007). Dans cette optique, nous avons invité les personnes à ne pas hésiter à utiliser davantage d'images qui leur venaient à l'esprit plus que les concepts explicatifs faisant partie de leur bagage théorique. Nous avons également donné à chaque personne un papier ou du crayon en leur disant qu'ils pouvaient aussi illustrer leurs propos par le dessin si cela était plus facile, toutefois aucune des personnes ne s'est prévalu de cette option. Par contre, il s'est avéré fréquent que ceux-ci explicitent leur vécu par leur gestuelle ou en utilisant des accessoires, par exemple une participante qui a utilisé son bracelet. Dans ces cas, nous avons noté les gestes de chaque sujet. Nous avons également noté nos impressions subjectives de chaque personne après chaque entrevue.

Ainsi, si nous résumons, nous cherchions un modèle d'entrevue qui pouvait permettre d'équilibrer la conceptualisation par un ancrage dans l'expérience vécue. Celle-ci devait toucher à plusieurs dimensions de l'expérience, autant corporelles que cognitives ou affectives tout en permettant à la poésie du vécu de s'exprimer librement.

#### 7.5.1 Structure des entrevues

Comme mentionné ci-haut, nous avons utilisé un processus d'entrevue plutôt ouvert où un certain niveau d'association libre était permis. Nous avons utilisé les techniques de relance décrites plus bas afin d'ouvrir l'élaboration. Toutefois, comme le mentionne Van Manen (1997), toute recherche, même en épistémologie constructiviste, ne doit pas perdre le sens d'une direction, ce qui permet de répondre à une exigence de structure qui doit venir cadrer la texture (Holloway et Todres, 2007 ; Todres, 2007). Nous avons donc construit une grille d'entrevue basée sur différents thèmes qui avaient été identifiés précédemment dans la revue de la littérature. Cette grille présentée, en annexe, a servi de repère afin de ne pas perdre de vue la direction de la recherche, soit l'ancrage dans la question première qui est

de mieux comprendre l'expérience de la sensibilité dans la relation de jeu telle que vécue par les comédiens-nes. Tous les thèmes de la grille ont, selon la revue de la littérature, un lien avec le phénomène principal, et nous nous sommes assurés de tous les couvrir avec chaque personne interrogée. Ces thèmes ont servi à garder la structure et la direction de l'entrevue, mais nous ont tout de même permis une grande liberté dans l'élaboration, laissant les participantes aller au fond de leur pensée avant de tenter de recadrer vers un thème. En fait, nous avons tenté d'ouvrir le plus possible le discours tout en ne perdant pas de vue l'orientation primaire de la recherche. Il nous est d'ailleurs arrivé à quelques reprises au départ de présumer que la personne avait mal compris une question ou s'éloignait du sujet pour ensuite réaliser que nous vivions plutôt un déséquilibre face au fait que la personne nous amenait dans des directions insoupçonnées au départ, ce qui nous incitait à tenter de réorienter la personne. Ceci a exigé de notre part une présence à nous-même pour réguler notre désir de ramener trop rapidement la personne en fonction de nos préjugés de ce que devait être l'élaboration. Nous avons également dû porter attention à l'autre au niveau de son langage non verbal et de ses malaises.

Nous notons également que deux personnes ont reflété notre langage non verbal, nommant qu'ils se sentaient comprises et suivies grâce à celui-ci. Un participant a d'ailleurs exprimé qu'il nous sentait sensible à son propos et en le questionnant sur cette perception, il a répondu qu'il le voyait par l'expressivité apparente de notre regard. Même chose pour l'autre participante qui a nommé après une entrevue que son enthousiasme à parler de son sujet venait de la façon dont nous la suivions de notre regard. Il semblerait donc qu'au-delà de toutes les considérations méthodologiques d'entrevue et de la technique utilisée, qu'une partie du matériel obtenu l'a été grâce à notre propre présence sensible. Une partie de la méthode d'entrevue s'avère donc faire partie du monde de l'implicite.

Au départ, lors de l'élaboration du projet de recherche, nous avons l'intention de construire la grille d'entrevue à partir du modèle d'explicitation de Vermesh (2012). Ce modèle met l'emphase sur la capacité de ramener le sujet aux dimensions du vécu affectif de son expérience permettant ainsi d'équilibrer la présence de discours exogènes par un vécu expérientiel plus endogène. En effet, selon cette approche, il faut être sensible au discours du sujet pour le ramener à ce vécu de façon détaillée lorsqu'il commence à expliciter par des concepts intellectualisant, tout en permettant ensuite une élaboration de compréhension du phénomène, le tout utilisant les exemples vécus comme médium. Toutefois, ce modèle d'entrevue d'explicitation exige une formation spécifique afin d'être appliqué avec une rigueur spécifique qu'il n'a pas été possible pour la chercheuse de suivre pour des raisons liées aux moments où elle se donnait à l'université. Par conséquent, il ne nous était pas possible de nous réclamer de ce modèle malgré nos tentatives de l'appliquer après lecture du modèle. Nous avons toutefois quand même été influencée par l'intériorisation que nous en avons faite et à certains moments, nous sommes parvenue à maintenir une rigueur d'explication. Nous avons également conservé l'essence de ce modèle consistant à encourager l'élaboration du vécu expérientiel et affectif en lien avec le phénomène. Nous avons donc surtout retenu l'essence de la dynamique de l'explicitation qui est d'équilibrer le contenu explicatif intellectuel par une invitation à s'arrêter régulièrement pour ramener à la mémoire les dimensions affectives du vécu décrit. Nous avons aussi retenu cette idée issue de ce modèle d'amener la personne à ramener à la mémoire des exemples précis témoignant du phénomène, puis de l'inciter à rester en contact avec le vécu affectif lié à cet exemple pour, dans un dernier temps, lui permettre de conceptualiser sa compréhension de l'expérience décrite.

Cette idée d'utiliser des exemples vécus se retrouve d'ailleurs aussi dans le modèle de Van Manen (1997). En fait, cet auteur parle de la puissance évocatrice des anecdotes pour aider à cerner un phénomène. Rappelons à cet égard que c'est par une anecdote vécue par la chercheuse que nous avons nous-mêmes ouvert cette recherche. Pour Van Manen,

l'anecdote permet de respecter l'exigence phénoménologique d'ancrer les thèmes étudiés dans une dimension endogène et de s'assurer que l'expérience vécue reste proche de son contexte. Cet auteur définit l'anecdote comme un produit social fortement lié aux traditions orales du récit qui prend la forme d'une courte narration d'un évènement, souvent biographique. Pour lui, ces récits sont des outils méthodologiques qui conservent le pouvoir de rendre compte de sujets complexes et ceci de façon évocatrice :

Les anecdotes ne sont pas à être comprises comme de simples illustrations pour beurrer ou pour rendre plus digestible un texte difficile ou ennuyant. Les anecdotes peuvent être comprises comme un outil méthodologique dans les sciences humaines pour rendre compréhensibles des notions qui nous échappent facilement (p.116, traduction libre<sup>22</sup>).

Ainsi, l'anecdote serait une forme de récit pouvant rendre compte d'un phénomène difficile à traduire en mots, comme celui de la sensibilité relationnelle, en le maintenant dans son contexte expérientiel. En outre, selon Van Manen (1997) :

La chose paradoxale à propos des narrations anecdotiques c'est que cela nous raconte quelque chose de particulier tout en adressant réellement le général et l'universel. Et vice-versa, aux mains des anecdotes, des vérités ou des intuitions fondamentales sont testées pour leur valeur dans le monde contingent des expériences de tous les jours (p.129, traduction libre<sup>23</sup>).

Ainsi, en parlant de quelque chose de spécifique, l'anecdote parle souvent paradoxalement de quelque chose d'universel. En fait, pour ce même auteur, l'anecdote inclut plusieurs

---

<sup>22</sup> Anecdotes are not to be understood as mere illustrations to butter up or make more easily digestible a difficult or boring text. Anecdotes can be understood as a methodological device in human science human science to make comprehensible some notion that easily eludes us

<sup>23</sup> the paradoxical thing about anecdotal narratives is that it tells something particular while really addressing the general or the universal. And vice-versa, at the hand of anecdote fundamental insights or truths are tested for their value in the contingent world of everyday experience» (p.129).

caractéristiques pertinentes pour la recherche en sciences humaines. Nous en retenons ici quelques-unes qui semblent appropriées pour notre recherche :

1. Elle fait contrepoids à la pensée abstraite théorique ;
2. Elle permet de montrer comment la vie et les propositions théoriques sont liées ;
3. Elle permet un certain enseignement qui ne peut pas toujours être écrit ;
4. Elle est rencontrée comme la démonstration concrète de la sagesse, d'un insight sensible et d'une certaine vérité proverbiale.

De plus, l'auteur affirme que la signification de la narration d'anecdotes dans la recherche phénoménologique est située dans différents pouvoirs qui la caractérise, notamment celui de recruter l'attention, de diriger vers une recherche active et réflexive de significations, d'impliquer notre subjectivité dans la recherche de ce sens, de transformer la personne qui l'entend et qui est touchée par ce récit et de mesurer notre propre interprétation de par notre réponse subjective à l'histoire racontée (Van Manen, 1997). Enfin, l'auteur de la méthode phénoménologique-herméneutique suggère également une variation d'exemples. En fait, pour lui, la recherche phénoménologique est en soit un exemple qui pointe dans une direction pour mieux comprendre la chose, mais un exemple composé lui-même d'exemples dont l'agencement aide à la profondeur et à spécifier les dimensions plus universelles de l'expérience.

Par ailleurs, nous avons également intégré des principes d'entrevue tels que définis par Lecomte et Tremblay (1987). Bien que ce modèle ait été pensé et conçu pour le counseling d'emploi, nous croyons que plusieurs des principes qui y sont nommés restent pertinents pour notre processus. Nous retenons de ce modèle le besoin de créer un climat de confiance pour que les personnes s'expriment ouvertement, les habiletés à relancer et à faire spécifier les messages ainsi que l'importance d'inviter une élaboration sur plusieurs dimensions de l'expérience humaine, incluant la dimension émotionnelle, la dimension cognitive et la dimension comportementale. Nous avons aussi ajouté la dimension

sensorielle et corporelle qui ne fait pas partie de ce modèle considérant que cette dimension de l'expérience humaine reste au cœur de notre question de recherche. Nous avons donc utilisé des techniques comme la répétition de mots afin de souligner notre intérêt à en entendre davantage sur un sujet, le reflet afin de redonner à la personne notre compréhension de son élaboration pour que celle-ci puisse préciser tout en prenant conscience de ce qu'elle venait d'évoquer pour aller plus loin, les questions fermées afin de préciser notre compréhension et les questions ouvertes afin d'ouvrir les élaborations. L'idée centrale du modèle est d'orienter la personne vers plus de spécificité tout en ouvrant sur plusieurs dimensions de l'expérience.

Enfin, nous croyons que notre expérience clinique a aussi contribué à l'invitation à élaborer du contenu en entrevue. Nous avons d'ailleurs senti une différence entre la première entrevue, réalisée alors que nous débutions un premier internat en psychologie clinique, et le dernier, alors que nous terminions ces internats. Cette différence, nous l'avons surtout ressentie au niveau de notre aisance et de notre sentiment de compétence. Nous croyons également que notre éthique clinique a contribué au respect et à l'écoute des participantes et du participant. En effet, nous n'avons pas insisté, nous avons été empathique à la présence d'enjeux personnels, comme le sentiment de compétence, ou encore le fait d'évoluer dans un monde où le savoir-être artistique est peu considéré. Cette attitude a permis des dévoilements, notamment au niveau de traumatismes ancrés dans les histoires de vie, qui n'auraient probablement pas été possibles autrement. Ceci a donc permis de mieux étayer notre compréhension des dimensions identitaires propre à chaque personne, allant dans des zones inattendues. Nous considérons donc que nos entrevues sont également teintées par un savoir-être particulier acquis à travers notre expérience clinique et qui s'ajoute aux dimensions implicites du processus d'entretien.

### 7.5.2 Contexte des entrevues

Comme nous voulions témoigner d'une expérience vécue des participantes qui reste ancrée dans le sensible, nous avons porté une attention particulière à la distance temporelle qui sépare l'expérience de l'explicitation. En effet, nous restions consciente qu'en phénoménologie, le vécu n'est pas « toujours adéquatement saisi dans sa pleine unité (car) en tant que flux, il est toujours déjà loi, déjà passé que je veux saisir » (Lyotard, 1954, p.21). Pour atténuer cette distance temporelle, nous avons tenté d'éveiller leur mémoire affective par des questions faisant appel à plusieurs dimensions de leur expérience, par exemple « tu te souviens comment tu te sentais à ce moment précis, quand tu as fait ce geste ? ». Nous avons également invité les participantes à tenir un journal de bord où elles pouvaient écrire à vif les expériences pendant qu'elles se produisaient, mais malheureusement aucune des personnes n'a trouvé le temps ou l'occasion de répondre à cette invitation. Nous avons aussi l'intention de rencontrer les personnes dans leur milieu de travail avec l'objectif d'éveiller la mémoire affective liée au vécu raconté, mais ceci s'est avéré impossible à cause de plusieurs contraintes, notamment l'impossibilité d'accéder à ces lieux pour des entrevues tout en respectant les exigences de confidentialité. Nous avons rencontré deux comédiennes dans leur résidence personnelle et les deux autres personnes ont été rencontrées dans un local universitaire.

## 7.6 ANALYSE DES DONNÉES : LA PHÉNOMÉNOLOGIE INTERPRÉTATIVE-HERMÉNEUTIQUE

### 7.6.1 Une analyse appuyée par trois fondements

Pour Muchielli et Paillé (2012), les données qualitatives d'une recherche sont constituées par des entretiens qui rendent compte d'un rapport particulier de sens tel que vécu à l'intérieur du moment présent, notamment par le compte rendu du récit des participants.

Ces traces peuvent inclure différentes formes signifiantes d'organisation d'une expérience, incluant dans le cadre de cette recherche, les mots, les métaphores, l'organisation du récit ou même l'expressivité non verbale propre à chacun. En outre, pour ces mêmes auteurs, l'objectif de l'analyse fait écho à un besoin fondamental permanent et constant que l'Humain pratique au quotidien, soit la recherche de sens et de significations. C'est donc en gardant en tête cet objectif de base, au cœur de la pensée humaniste, que la chercheuse va entreprendre la lecture des données qualitatives obtenues.

Dans le cadre de la présente recherche, ces données prennent la forme de témoignages en lien avec le même objectif, soit *mieux comprendre l'expérience de la sensibilité telle que vécue par les comédiens dans le monde du jeu*. En effet, trois comédiennes et un comédien ont été appelés à partager leur expérience du phénomène à l'étude par l'intermédiaire du processus d'entrevue décrit précédemment. D'ailleurs, il convient de rappeler que toutes les entrevues débutaient par la même question : « comment entrez-vous en relation avec vos partenaires de jeu ? ». Dès lors, ce qu'il convient d'appeler données de recherche a pris la forme matérielle d'entrevues témoignant de la relation particulière et unique que chaque participant entretient avec le phénomène étudié, mais aussi d'un rapport intersubjectif sensible entre l'expressivité des personnes interviewées et notre propre écoute comme chercheuse qui menait les entrevues. En utilisant les mots qui forment leur vocabulaire artistique, les métaphores issues de leur pratique ainsi que l'expressivité non verbale teintée des couleurs propres à chacun, ces artistes ont élaboré leur expérience de différents thèmes évoqués précédemment. Ce mélange de subjectivités particulières va donc contribuer à l'éclairage des significations liées au phénomène à l'étude. Pour arriver à rendre compte adéquatement de l'essence de leur expérience, il convient donc d'établir une méthode d'analyse qui reste ancrée dans la philosophie constructiviste décrite dans la description générale de la méthodologie. Cette méthode doit offrir un cadre qui permette de diriger adéquatement la lecture de ces témoignages tout en rendant compte avec

justesse de la relation de sens particulière et unique que chacun d'eux entretient avec le phénomène exploré.

Pour parvenir à cet objectif, un processus inspiré principalement de la méthode phénoménologique-herméneutique de Van Manen (1984, 1990, 1997, 2006) s'est graduellement imposé. Cet auteur a donné le squelette de la méthode, mais certaines notions d'interprétation herméneutiques provenant de la pensée de Gadamer (1996) ont également servi de piste dans l'établissement de la dimension interprétative du processus.

Pour Paillé et Muchielli (2012), l'interprétation des données est ancrée dans la tentation du ludique qui caractérise l'esprit humain dans son rapport à l'expérience. D'ailleurs, ce rapport au jeu intersubjectif ludique, qui est évoqué dans la section contexte théorique (voir la section « jeu et herméneutique » de la présente recherche), demeure également au cœur de notre compréhension du rapport à l'expressivité. Ainsi, il apparaît intéressant de noter que l'idée du jeu de l'interprétation devient, d'une part, la lunette théorique qui a orienté la compréhension du phénomène à l'étude, alors que, d'autre part, cette idée reste pleinement intégrée à la méthodologie d'analyse décrite dans la présente section. Il s'agit donc d'une attitude de rencontre avec l'altérité qui est à la fois vécue par les artistes qui ont été interviewés et par nous dans notre rapport subjectif au matériel analysé. De plus, Paillé et Muchielli nous rappellent également que « ce jeu (d'interprétation) est, paradoxalement, l'exercice de la liberté à l'intérieur d'une structure » (p.7). L'objectif est donc ici de rendre compte d'une structure témoignant d'une certaine rigueur, d'une méthode, mais aussi de l'esprit de la liberté dans la construction de sens dans un rapport à un matériel subjectif. En outre, ce rapport au jeu ludique, qui est à la fois libre et méthodique, semble aussi faire écho avec le vécu même des participantes du participant qui évoquent toutes aussi ce rapport à leur art. C'est donc avec cette perspective en tête que la structure d'analyse a été établie en s'inspirant à la fois de la méthode de Van Manen et de l'expérience du jeu dans

l'approche herméneutique qui est au cœur des essences décrites dans la présente recherche. Précisons que le mot « inspiré » a été choisi volontairement, car dans l'esprit d'une recherche d'équilibre entre rigueur de méthode et liberté dans l'analyse, nous nous sommes permis des variations sur l'actualisation du processus tout en faisant preuve d'une réflexivité rigoureuse sur les choix qui ont été faits à chaque étape du processus, car, comme le dit Van Manen (2006), la méthode n'est pas une technique fixe, mais un processus qui doit constamment être réinventé pour s'adapter à l'univers particulier de chaque recherche. Dans le cas de notre recherche, ces variations ont tenu compte du caractère difficile à conceptualiser des thèmes abordés par les artistes que nous avons rencontrés. Nous avons, par exemple, fait de l'écriture libre en nous laissant une liberté poétique afin de rendre compte de nos impressions implicites de chaque personne. Nous avons également pris la liberté de laisser notre imaginaire évoquer des métaphores en lien avec celles que les participantes nous ont données.

Plus précisément, trois idées principales issues de ce travail réflexif auront permis d'orienter et d'encadrer le choix de la méthode :

1. Notre devoir de chercheuse de conserver un degré satisfaisant de validité ontologique dans son rapport à l'expérience des participantes et du participant ;
2. L'idée de l'herméneutique qui assume pleinement que nos interprétations de chercheuse se feront à partir de nos propres expériences ;
3. Le rôle essentiel de notre écriture expressive dans ce rapport imaginaire, ludique et sensible aux essences des expériences explorées.

De façon générale, il semble que la méthode de Van Manen permette de rejoindre ces trois objectifs phares liés au processus d'analyse qui ont été identifiés comme essentiels par notre réflexivité en lien avec son rapport à la matière. L'atteinte de ces objectifs prend forme dans un processus itératif entre une méthode phénoménologique de réduction des

essences par thèmes de base, un rapport herméneutique-interprétatif dans la construction de thèmes essentiels qui émergent de la résonance sensible entre la subjectivité du chercheur et celle des participantes, et la place que l'auteur accorde au rôle de la *variation libre et imaginaire* et de l'écriture poétique dans la description et l'approfondissement analytique de ces thèmes.

#### 7.6.2 Premier fondement : respect d'une validité ontologique de l'expérience des participantes

Le premier fondement qui dirige le choix de méthodologie est la nécessité éthique de mettre en lumière l'expérience du phénomène telle que vue par les participantes à l'intérieur d'un processus qui se doit de respecter l'essence ontologique de leur témoignage. En effet, si l'auteure de la recherche a décidé de faire appel à des comédiens collaborateurs pour rendre compte de l'expérience de la sensibilité intersubjective dans le jeu dramatique, c'est qu'elle entretient l'objectif d'enrichir la compréhension par une profondeur provenant de l'ajout de différents rapports subjectifs à cette expérience. D'ailleurs, dans le même ordre d'idées, Paillé et Muchielli (2012) expliquent ceci :

l'Être humain crée constamment des formes en rassemblant les diverses portions de son expérience de soi, des autres et du monde. Cet assemblage se manifeste principalement à travers la représentation du monde qu'entretient le sujet, et qui a comme caractéristiques principales d'être : structurée, récurrente et codéfinie (p.8).

L'objectif ici n'est pas d'obtenir une saturation des thèmes par la quantité, mais simplement d'enrichir la vision par une dimension dialogique entre plusieurs subjectivités. De plus, Muchielli et Paillé rappellent également que cette structure de l'expérience de soi est à la fois formée par le rapport unique de chaque être dans le monde et par un rapport intersubjectif. Par conséquent, l'essence du rapport à l'expérience sensible de la rencontre de chacune des participantes sera l'écho non seulement d'expériences partagées, mais aussi d'une différence provenant de chaque parcours unique qui le différencie des autres. Par

exemple, de façon intuitive, il est possible de croire que la participante autodidacte qui est devenue comédienne professionnelle au début de la quarantaine n'aura possiblement pas tout à fait le même rapport réflexif au phénomène que d'autres participantes qui ont étudié leur art dans la jeune vingtaine dans une institution scolaire reconnue. En outre, il sera important de choisir suffisamment d'extraits significatifs permettant d'évoquer pour les lecteurs cette différence. Pour ce faire, nous devons donc retourner aux textes des entrevues souvent pour présenter beaucoup d'extraits provenant de celles-ci. Nous espérons, en faisant cela, qu'il nous sera possible de traduire la couleur unique de chaque individu tout en donnant une impression de dialogue entre ceux-ci.

Pour Lyotard (1954), en phénoménologie, l'objectif est de laisser apparaître des essences qui « s'éprouvent dans une intuition vécue » (p.12) et qui se trouvent à être « ce en quoi la chose même m'est révélée dans une donation originare » (p.12). Or, pour arriver à cet objectif, il convient, selon Paillé et Muchielli (2012), de ne pas céder à la tentation d'expliquer le phénomène par un rapport de causalité ou par une préconception théorique sur l'expérience vécue. Ainsi, pour ces mêmes auteurs, la « phénoménologie se définit comme une volonté de s'en tenir aux phénomènes, seule réalité dont nous disposons, et de les décrire tels qu'ils apparaissent sans référence à une théorie explicative ni à des causes » (p.14). Toutefois, cette philosophie est ancrée sur le principe que toute expérience est teintée d'une intentionnalité et d'un rapport intersubjectif à l'essence. Dès lors, la phénoménologie propose la notion d'*epochè*, soit la mise entre parenthèses des a priori liés au phénomène à l'étude (Lyotard, 1954). Ici, l'idée est de prendre conscience de nos préjugés, de les mettre de côté, pour parvenir à établir un rapport aux données qui leur permettent de laisser émerger un sens qui lui est propre.

La méthode de Van Manen (1984, 1990, 2006) intègre en partie ce fondement phénoménologique du respect de l'authenticité ontologique visant à préserver l'essence

unique du témoignage des personnes participantes. En effet, la méthode préconise de débiter par un *bracketing*, c'est-à-dire une clarification de nos préconceptions comme analyste afin de les mettre en rapport avec l'expérience des participantes. Ce travail est fait dans l'introduction de cette thèse et dans le chapitre témoignant des expériences personnelles et du contexte théorique qui ont mené à la question de recherche. Il convient également de noter qu'environ trois années se sont écoulées entre la rédaction de la section théorique préliminaire et l'analyse des données. Dès lors, il semble probable que le temps ait pu créer une certaine *epochè* par rapport aux préconceptions théoriques qui ont mené au projet de recherche. De plus, le retour à la littérature théorique n'a été fait qu'une fois que la majeure partie d'un travail d'analyse a été effectuée. La distance temporelle a pu ainsi aider à cette mise entre parenthèses des préjugés théoriques, mais elle ne l'a pas fait disparaître complètement, d'où l'importance, bien nommée par Van Manen, de plonger dans les données en adoptant un esprit d'émerveillement et d'étonnement face à la matière. Pour arriver à cet état, avant chaque période d'analyse, nous avons fait un exercice de méditation inspirée de la méthode de *l'entraînement autogène* de Shultz (2013). L'objectif était ici d'entraîner l'esprit à un contact plein et présent aux altérités dans les récits. Cette méthode de détente qui fait appel à l'autosuggestion permet de mieux recentrer l'attention sur le moment présent de l'analyse. Il est d'ailleurs intéressant de noter que trois participantes ont nommé faire des processus similaires dans leur travail d'interprétation théâtral pour se rendre pleinement présentes au texte et à leurs partenaires de jeu. Dès lors, la méthode d'analyse utilisée dans le cadre de la recherche semble encore rejoindre le récit des personnes participantes, et le jeu de l'analyse des données trouve un nouvel écho dans le jeu de l'interprétation théâtral. Au final, le but est de se mettre dans un état intérieur d'écoute en ralentissant la lecture du verbatim.

De plus, selon la méthode Van Manen (1984, 1990, 2006), une attention particulière devait être portée à une pleine immersion dans les données et aux thèmes préliminaires qui émergent de celle-ci. Ce premier lien au matériel exigeait de notre part un respect de

l'expressivité particulière des participantes et du participant qui précédait l'interprétation de ceux-ci en thèmes essentiels. En fait, ce n'est que dans une étape subséquente, via la « variation libre et imaginaire », que cette matière fut transformée par la résonance sensible avec la subjectivité de la chercheuse, pour ensuite être de nouveau comparée aux récits originaux des artistes ayant participé à la recherche. Mais auparavant, une lecture attentive où nous nous sommes permis un espace d'étonnement face aux récits de ces artistes. Il s'agissait d'une première immersion globale dans la matière où les thèmes tels que racontés par la personne prennent forme, car les « thèmes phénoménologiques sont la structure de l'expérience » (Van Manen, 1984, p.20, traduction libre). En fait, d'une manière plus métaphorique, Van Manen compare cette étape d'émergence des thèmes à la révélation des étoiles qui forment la constellation qu'il sera possible de créer par l'imaginaire, rappelant ainsi la rêverie de nos ancêtres, qui après avoir observé ces astres qui brillent dans la nuit, ont élaboré des formes, puis des récits associés à la mythologie.

Cette immersion s'est donc d'abord actualisée par la transcription des données enregistrées sous forme de verbatim. Elle s'est également réalisée via une écoute sensible du matériel audio afin de nous laisser être pénétrée par la couleur de l'expressivité de chaque participante. Pour des raisons personnelles et logistiques, la première lecture analytique a eu lieu deux ans après la première transcription, opérant ici une nouvelle distance temporelle. Cette lecture s'est également faite en ralentissant le rythme de lecture et en conservant un souci de respect de l'authenticité ontologique des essences appartenant à chaque personne. Nous avons fait plusieurs lectures attentives des verbatims accompagnées de résumés des interventions, qui seront élaborés davantage lorsqu'il sera question du mode d'analyse par l'écriture, et qui avaient pour objectif de rester proche des évocations et métaphores de chaque participante. Ces résumés répondaient essentiellement à la question suivante : « de quoi la personne parle-t-elle dans les grandes lignes ? Que me raconte-t-elle et qui est lié à la question de recherche ? ». De ces résumés, nous avons ressorti des thèmes préliminaires à l'intérieur de ce que Van Manen (1984)

nomme « l'approche sélective » où une forme de réduction phénoménologique s'est opérée. Ici, la question était : « quelles sont les principales idées explicitées par ces artistes qui ressortent de cet extrait », mais aussi « que peut-on retenir de son discours et de sa façon de nous partager son récit ? ». D'ailleurs, en décrivant sa méthode de travail axée sur l'écoute, la comédienne qui répondait à nos questions, a également très bien résumé la façon de faire que nous avons appliqué comme chercheuse dans l'analyse des données. Ainsi, l'extrait qui suit offre un autre parallèle intéressant entre la méthodologie de travail utilisée pour la présente recherche et la méthode d'interprétation théâtrale tel que vécue par celle-ci :

Faque là, y'a toute le travail avant, pis souvent, justement, nous autres on appelle ça faire une lecture organique, d'un on va s'asseoir un en face de l'autre avec nos feuilles, parce que généralement on ne connaît pas notre texte, pis c'est correct, parce que des fois, de le savoir en avance, on impose des idées, faqu'on essaie d'arriver le plus vierge possible, pis moi ma job c'est juste de... de r'garder la phrase, de te la dire, toi tu la reçois, qu'est-ce que ça te f... ça fait sentir ? Toi tu me donnes ta phrase, j'la reçois, qu'est-ce que je ressens ? Et donc c'est un peu lent, mais en même temps là c'est riche. Des fois dans une phrase tu dis "fuck, j'ai pas vu ça que je l'ai lu hier". On continue là, on arrête pas nécessairement. Pis là ben on travaille la scène, on travaille la réalité, on travaille ci, on travaille ça, pis là là, ça s'bâtit. Pis là un moment donné t'entend (clic des doigts), ça c'est drôle aussi, tu le vois les acteurs qui travaillent une scène après peut-être... ça dépend de l'expérience de chaque acteur, mais après un certain nombre de semaines, parce qu'on travaille hebdomadairement, un moment donné tu l'entends le rythme, ça part (extrait de l'analyse d'Ophélie).

Voilà donc résumé dans les mots d'une participante l'essentiel de notre attitude vis-à-vis des données de recherche. Une lecture plus lente, plus attentive qui tranquillement est devenue plus habitée de sens jusqu'à ce que se soit révélée l'essence du phénomène, une figure évocatrice.

### 7.6.3 Deuxième fondement : un rapport herméneutique-interprétatif aux essences

Nous venons de démontrer l'expérience du respect d'un fondement ontologique de la parole des personnes ayant collaboré à notre recherche en adoptant une attitude de curiosité et d'émerveillement, mais aussi en identifiant nos aprioris. Toutefois, la nature herméneutique de notre recherche impliquait aussi de laisser s'exprimer notre rapport subjectif aux phénomènes étudiés. La décision d'intégrer une dimension interprétative à l'analyse des données s'est imposée plutôt rapidement. Nous avons approché cette recherche avec une expérience personnelle du théâtre et la nature des phénomènes liés à l'expérience sensible étant difficiles à conceptualiser, nous devons laisser plus de place aux interprétations. Cette place laissée à l'interprétation est défendue par plusieurs chercheurs, incluant Smith (2004), Gadamer (1996), ou encore Van Manen (1984, 1990, 2006). Ces méthodes ont en commun l'espace qui est accordé à la subjectivité des chercheurs qui deviennent eux-mêmes sujets impliqués dans la fusion des horizons menant à l'émergence d'un sens.

En outre, tout ce qui est décrit dans la section « jeu et herméneutique » de la revue de littérature s'applique également au niveau du processus d'analyse. Par le choix d'inclure la dimension herméneutique, il devient possible d'assumer pleinement cette réalisation que les préjugés théoriques et notre vécu font partie de cette recherche :

Une particularité du processus herméneutique est, en effet, qu'au moment d'entrer dans l'univers des corpus à analyser, nous y sommes déjà, c'est nous que nous allons retrouver d'abord. Car c'est bien d'une rencontre qu'il s'agit, et une rencontre implique l'être rencontré, mais elle implique également l'être qui va rencontrer l'autre. En fait, celui-ci est premier. Cet être, celui qui va vers l'autre ou vers le texte (...) est déjà dans ce qui va advenir de la compréhension première du texte à analyser (Paillé et Muchielli, 2012, p.105).

Toutefois, Paillé et Muchielli nous rappellent aussi que l'herméneutique ne va pas à l'encontre du premier objectif de l'analyse nommé un peu plus haut, soit de rester présent à une validité qui respecte l'authenticité ontologique de l'horizon des participantes :

« l'herméneutique ne peut pas faire l'économie de la saisie phénoménologique de son objet à savoir cette rencontre ou la présence de l'objet n'est pas négligée, banalisée ou snobée, mais elle est au contraire authentiquement reçue, attestée, honorée » (p.107). Par conséquent, l'herméneutique accepte pleinement le monde de l'être qui interprète, mais cela reste un dialogue qui doit aussi prendre en considération la présence de l'être interprété. Dans le cadre de cette recherche, le dialogue analytique se fera avec les enregistrements audio et le verbatim, car il n'est plus possible d'accéder aux participantes pour coconstruire le sens de l'interprétation avec eux, mais il existe d'autres façons de maintenir vivant ce dialogue qui sont généralement intégrées dans l'idée du cercle herméneutique (Paillé et Mucchielli, 2012 ; Smith, 2007).

L'idée derrière le cercle herméneutique est celle du jeu d'allers-retours entre les parties et le tout (Smith, 2007). Lorsque commence la lecture du verbatim, déjà des idées sur le tout se créent, qui par la suite influencent à leur tour la lecture des sections. En outre, ces idées émergent souvent de l'imaginaire des chercheurs qui sont habités de préjugés et de préconceptions. Smith rappelle également que l'interprète commence à un endroit du cercle, généralement avec ses préconceptions et anticipations face à l'interprétation, et ajoute qu'il est important de prendre conscience de cet emplacement. Dans notre cas, le début de ce cercle se trouve dans l'anecdote qui ouvre la présente thèse, alors que nous explicitons comment l'arrivée d'une partenaire a modifié notre présence sensible dans le jeu. Ceci marquera donc l'emplacement repère du cercle d'où l'analyse a pu débiter. Toutefois, comme le mentionne Van Manen (1984), bien que l'expérience personnelle soit un bon marqueur pour débiter le processus d'analyse, il faut quand même que celle-ci ne devienne pas une forme de récit autobiographique égocentrique, mais qu'elle soit dès le départ ancrée dans quelque chose de plus large, soit le phénomène étudié, d'où l'importance que nous avons conservée à l'esprit de nous rappeler, à plusieurs reprises, la question de recherche qui a émergé de la revue de littérature.

Pour Van Manen (1984, 1990, 2006), l'interprétation herméneutique prend plusieurs formes, mais passe généralement par les transformations linguistiques qui s'opèrent via la « variation libre et imaginaire ». On parle ici de la transformation de thèmes phénoménologiques en thèmes dits « essentiels ». Pour reprendre la métaphore des astres, l'interprète opère à cette étape une opération de l'esprit où il lie les étoiles en constellations. Cette étape fut réalisée dans la présente recherche alors que les expressions et mot-clés ont été progressivement associés à des thèmes plus larges. Ces thèmes provenaient de notre imaginaire sensible et d'exercices d'écritures libres qui accompagnaient les lectures attentives. Puis, nous avons découpé ces thèmes plus larges sur des cartons pour ensuite les manipuler afin de créer des groupes d'unités de sens, que nous avons plusieurs fois défait, pour de nouveau les regrouper, jusqu'à ce que quelque chose de significatif émerge. Nous avons pu ensuite les nommer et raconter une histoire propre à ces associations. Cela s'est d'abord fait individuellement par personne participante, puis entre les sujets.

De plus, dans l'esprit du cercle herméneutique décrit plus haut, nous avons comparé à plusieurs reprises les thèmes émergents à notre écriture, ce qui nous a permis de garder vivant le dialogue entre le tout et les parties. En outre, des relectures parallèles du verbatim furent faites à chaque étape de l'écriture. Cet aller-retour a été exécuté plusieurs fois, mais l'objectif n'était pas d'atteindre une saturation, car, comme Van Manen (Anonyme, 2016) le souligne, la saturation n'est pas un objectif pensable dans un processus d'interprétation ouvert comme celui-ci. Le but n'était donc pas d'épuiser toutes les avenues possibles, mais de créer un tout cohérent parmi une multitude de possibilités qui aura bénéficié d'assez d'allers-retours pour s'enrober de plusieurs nuances et de couches de sens. Se sont aussi rajoutées à ce processus plusieurs lectures de notre directrice, ainsi qu'un dialogue constant avec elle. Pour reprendre l'exemple des constellations d'étoiles, là où un connaisseur en astronomie verra Orion, un enfant de son temps pourra y voir un robot. L'interprétation qui

a émergé reste donc une possibilité parmi d'autres, mais une possibilité qui s'est enrichie de profondeur. Lorsque cette possibilité a pris une forme suffisamment claire et profonde, qu'elle a semblé avoir le potentiel évocateur d'éclairer le phénomène, le processus a pu s'arrêter.

Enfin, Van Manen (1984, 1990) rappelle également que toute interprétation n'est pas seulement orientée par le vécu du chercheur, mais aussi par son univers théorique. De la même manière, la lecture des données de cette recherche est orientée par le domaine actuel de l'auteure de cette thèse, soit la psychologie, ainsi que par son domaine d'étude précédent, le théâtre.

#### 7.6.4 Troisième fondement : l'écriture comme mode d'analyse

Une fois que nous avons compris l'importance du respect de la parole des participantes et que nous avons admis la centralité de la dimension interprétative de notre projet, la troisième orientation qui a dirigé le choix de la méthode est notre besoin intrinsèque de rendre compte du phénomène par l'écriture. Nous avons décidé d'assumer pleinement cette impulsion comme mode d'interprétation et de transmission d'un savoir-être porté par les artistes ayant participé à la recherche. L'écriture permet d'organiser l'expérience vécue et le dialogue entre les voix impliquées dans l'exploration du phénomène (Van Manen, 1984 ; 1990). Notre désir immanent d'écrire pour organiser la matière faisait écho avec la pensée de Hentch (2005) pour qui « le désir de raconter, le plaisir du conte, le besoin d'histoire sont plus forts que toutes censures » (p.22). Par cette phrase, il devient possible de comprendre que le besoin de raconter est ancré dans la nature humaine et qu'il permet de toucher à des essences que d'autres méthodes qui doivent faire preuve davantage de contrôle peuvent laisser échapper. Pour reprendre l'exemple de l'astronomie, nous pouvons soit mesurer les astres la nuit par des instruments scientifiques nous informant de la distance approximative qui nous séparent d'elles, ou encore nous pouvons observer ces

étoiles dans le ciel, puis nous voir apparaître des figures qui se créent à partir des constellations, pour au final raconter l'histoire de celle-ci. Dans les deux cas, nous faisons sens de ces étoiles, mais de façon différente et tout aussi valide. En fait, pour Hentsch, même la science positiviste et empirique demeure un récit même si elle s'ignore comme telle. Ainsi, l'essence de la présente recherche n'a pris forme que dans son identité narrative, qui assumait l'incertitude provoquée par le grand nombre de possibilités de lectures qui peuvent en être faites. Nous avons orienté les lecteurs dans une direction, mais leur imaginaire reste libre de retenir un autre sens du matériel que nous avons organisé en récits.

Paillé et Muchielli (2012) confirment également que l'écriture peut être un mode d'analyse en soi en devenant « le champ analytique en action, à la fois le moyen et la fin de l'analyse ». (p.184). Les auteurs justifient la validité du mode écriture par deux arguments :

- Même dans les approches par codifications, le texte est présent, même si cette idée est plus implicite ;
- La nature discursive et textuelle d'une recherche, peu importe l'approche, est plus garante de la validité que le travail de classement ou de codage lui-même.

En fait, ils défendent l'idée que dans toute recherche, le travail d'écriture « est en soi actualisation de l'analyse, déploiement de la conceptualisation » (p.187). Selon eux, « le travail d'analyse prend forme dans l'écriture » (p.187). Enfin, ils ajoutent que l'analyse par l'écriture demeure l'approche qui incarne le mieux la posture herméneutique en recherche et a l'avantage de préserver l'analyse d'un positivisme qui aurait été susceptible réduire la complexité du matériel. Par contre, l'une des principales limites reste le fait que l'écriture laisse moins de traces du travail effectué que les approches qui utilisent un codage plus défini. Par conséquent, une des limites de cette méthode est qu'au bout du compte la traçabilité des interprétations de notre recherche est moins présente.

Dans un texte consacré à l'écriture en recherche, Van Manen (2006), dont la méthode respecte l'esprit de l'écriture comme mode d'analyse, utilise le mythe d'Orphée pour faire comprendre le lien entre l'essence et l'écriture. Effectivement, la métaphore qu'il utilise nous présente Eurydice, l'amour que le barde héroïque délivre des enfers, comme cette essence qui doit un moment nous toucher pour nous inspirer. Toutefois, dès qu'Orphée essaie de la regarder, celle-ci disparaît, évoquant le fait qu'on doit à la fois avoir eu un contact avec un phénomène pour en parler, mais qu'une fois que celui-ci a eu lieu, il ne devient possible que de le représenter de façon réflexive. L'objet délivré par Orphée comme l'objet étudié en recherche reste là, dans l'ombre, mais n'est jamais pleinement saisissable dans son essence primaire. La seule façon de la revisiter, c'est de la raconter, ou plutôt de raconter ce qui nous a touché d'elle, ce qu'accomplit Orphée par sa poésie. Ainsi, les données qui ont été recueillies pour le projet en cours l'ont été dans une immédiateté qui est passée et qui fut traduite en récits avec l'objectif d'en maintenir la complexité.

À travers cette image évocatrice, il est possible de comprendre que l'attitude d'analyse préconisée par Van Manen dans différents articles (1984, 1997, 2006) fait activement le lien de va-et-vient entre le phénomène qui sera toujours dans l'ombre et sa transformation en écriture rappelant par le fait même l'idée du cercle herméneutique. Pour lui, l'art et l'analyse par l'écriture se ressemblent beaucoup, car elles tentent toutes deux de capturer de façon créative un phénomène dans une description linguistique qui demeure holistique et évocatrice (Van Manen, 1984). Pour lui, l'évocation a souvent plus de sens que l'imitation. Holloway et Todres (2007) renforcent cette idée en affirmant que le compte rendu des données doit faire preuve d'une « structure », c'est-à-dire une rigueur dans l'organisation de celles-ci qui leur donne un caractère scientifique, mais aussi de « texture », soit une écriture métaphorique et poétique capable de rendre compte de notre rapport sensible aux thèmes évoqués.

Van Manen (1984, 1990) propose plusieurs organisations possibles de l'écriture. Celle qui a été retenue pour notre recherche est une organisation par participant qui fut faite par thèmes provenant de la réduction phénoménologique afin de garder un lien avec l'identité discursive de chaque personne, suivi d'une analyse transversale inter participantes qui est organisée en fonction de la question de recherche principale ainsi que de thèmes existentiels plus universels. Les thèmes existentiels de base que nous avons retenus sont la relation, la corporéité, la temporalité et la spatialité (Galvin et Todres, 2011 ; Van Manen, 1990). Ce sont tous des thèmes qui avaient été préalablement identifiés dans la littérature comme étant liés aux phénomènes du jeu et de la sensibilité qui forment la question de recherche.

#### 7.6.5 Conclusion : La validité ontologique, l'herméneutique et l'écriture comme structure de l'analyse

À la suite d'un travail réflexif sur sa relation avec le phénomène étudié et sur les exigences méthodologiques qui accompagnent ce dernier, nous avons identifié trois fondements pour orienter la méthode d'analyse : la nécessité de respecter l'authenticité ontologique du témoignage de chaque artiste que nous avons rencontré pour notre projet de recherche, la place qu'occupe notre propre subjectivité comme chercheuse dans notre rapport herméneutique-interprétatif au sujet, ainsi que l'attention portée à l'écriture comme moyen de communication, mais aussi comme méthode d'analyse. Tout au long de la section qui se conclut, la validité de ces trois fondements en recherche a été défendue par plusieurs auteurs de littérature méthodologique. De plus, ces choix ont également été justifiés en lien avec les besoins de la recherche et la personnalité de la chercheuse. En réponse à ces trois impératifs qui se sont imposés, il a été déterminé que la méthode de Van Manen (1984, 1990, 2006) répondait le mieux à ces éléments du cadre recherché. Bien entendu, comme

Van Manen lui-même le suggère, sa méthode doit être réinventée à chaque recherche. Dans cet ordre d'idée, l'application du cadre méthodologique choisi a aussi été présentée dans les paragraphes qui ont précédé. Les liens entre ces fondements, la méthodologie de Van Manen et des exemples d'application sont présentés dans le tableau 1 qui suit :

Tableau 1 — Résumé du processus d'analyse

Fondements réflexifs du chercheur	Étapes de la méthodologie de Van Manen (1984)	Actualisation de la méthode
<i>Respect de l'authenticité ontologique des essences liées aux expériences vécues des participantes</i>	1. Réflexion phénoménologique : a) Immersion dans les données ; b) Analyse thématique : identifier et valider les thèmes préliminaires ; c) Isoler des affirmations thématiques	➤ Transcription de l'audio en verbatims ➤ Exercices de méditation pour améliorer la présence au contenu ➤ Écriture de résumés par intervention qui tentent de rester proches des propos des participants ➤ Grille faisant ressortir les mots-clés à partir de ces résumés ➤ Relecture de ces sections pour valider les thèmes et réécriture des résumés ➤ Émergence de thèmes préliminaires
<i>Un rapport herméneutique-interprétatif aux données</i>	2. Réflexion phénoménologique-herméneutique : a) Transformation linguistique b) Déterminer et décrire les thèmes essentiels c) <i>Variation libre et imaginaire</i> dans la description des thèmes essentiels	➤ Organisation des thèmes en "constellations", d'abord par participante, puis entre les participantes pour laisser émerger des thèmes essentiels ou existentiels ➤ Écriture libre qui entrecoupe le verbatim pour laisser apparaître des associations et des résonances chez le chercheur (liens qui s'établissent, échos avec l'expérience du chercheur ou la littérature, etc.) ➤ Relecture du verbatim pour valider les thèmes essentiels émergents.
<i>L'écriture comme mode d'analyse</i>	3. L'écriture phénoménologique : a) S'attarder à la rédaction du langage b) Varier les exemples c) Écriture	➤ Écriture/réécriture de récits continus à partir de l'écriture libre. ➤ Organisation de cette écriture en fonction des thèmes émergents ➤ Relecture du verbatim pour trouver des extraits évocateurs de ces thèmes afin de varier les exemples.

Analyse  
phénoménologiqueProcessus de va-et-vie  
entre ces trois modesRéflexion  
herméneutique

d) Réécriture (qui inclut toutes les étapes de la méthodologie qui ont précédé).	➤ Écriture d'un récit par participante, puis d'un récit qui rendra compte d'une analyse qui fera dialoguer les participantes (reprenant les étapes précédentes).
e) <i>Variation libre et imaginaire</i> dans l'écriture du récit organisateur de sens	➤ Réécriture dans la section <i>discussion</i> qui rendra compte de la relecture du premier récit analysé en fonction des thèmes émergents d'une relecture de la littérature.

TABLEAU 7.1 - INSPIRÉ DE VAN MANEN (1984, 1997)

De façon générale, il convient de noter que la méthode adoptée mettait l'accent sur un processus itératif fait des allers-retours entre un travail de réduction menant à l'identification de thèmes, et l'écriture comme activité permettant l'émergence d'interprétations et de métaphores. Ce va-et-vient entre le spécifique et l'holistique, entre le tout et les parties, entre les thèmes préliminaires et la narration, a aussi permis l'organisation en discours en un récit qui a non seulement organisé le sens, mais qui l'a fait se déployer.

## 7.7 RIGUEUR MÉTHODOLOGIQUE ET ÉTHIQUE

### 7.7.1 Rigueur méthodologique de la recherche

Nous avons tenté dans la présente recherche de préserver la qualité idiographique du témoignage des sujets, c'est-à-dire le rapport singulier qu'entretient chaque personne au phénomène de la relation sensible dans le jeu. Nous croyons que cette tâche fut facilitée par le fait que le métier de comédienne des participantes exige une certaine qualité réflexive, mais aussi par la méthodologie d'entrevue visant à favoriser l'élaboration du vécu.

Nous étions également sensibilisée à l'authenticité ontologique, c'est-à-dire qu'elle a encouragé l'élaboration sans mettre de mots dans la bouche des participantes. L'authenticité ontologique se définit par la capacité de rester proche de l'être véritable de leur vécu (Gohier, 2004). Nous avons tenté également de faire preuve d'équité en donnant autant de poids à chaque témoignage, toutefois nous devons considérer qu'un participant a donné moins de temps d'entrevue. Enfin, nous tenterons de rendre le contenu accessible afin que ces expériences puissent servir aux thérapeutes ou comédiens qui souhaiteraient explorer leur propre relation à leur sensibilité dans le jeu de la rencontre.

Durant l'interprétation, nous avons identifié ce qui est interprétation sensible de la chercheuse et ce qui vient des sujets. De plus, la chercheuse a conservé un journal de bord afin de l'aider à distinguer ce qui vient de sa subjectivité, mais s'en est aussi servie comme lieu d'élaboration imaginaire, sensible et anecdotique. Nous avons ainsi développé notre réflexivité de chercheuse afin de mieux comprendre son influence sur l'interprétation des témoignages. En fait, tout au long du processus, nous avons activé cette réflexivité afin qu'elle guide les choix méthodologiques. En outre, en tant que personne ayant déjà une

expérience théâtrale, il convenait d'identifier quelques présupposés. Tout d'abord, nous avons abordé cette recherche avec une croyance plutôt ferme que l'art et ses praticiens sont une source de savoir aussi valide que toute autre forme de connaissance. Nous avons aussi la croyance intuitive que les artistes ont développé un peu plus leur sensibilité que la moyenne des gens. Nous avons aussi l'impression, en comparant nos deux expériences professionnelles, que la formation en théâtre met davantage d'accent sur l'importance des dimensions sensibles du jeu de la rencontre. Enfin, nous croyions que certains concepts théoriques, surtout issus du théâtre, devraient être confirmés par l'expérience des participantes, notamment en ce qui a trait à la place de l'atmosphère, du rythme et à l'importance de sortir d'un équilibre quotidien pour construire une présence. Nous avons donc dû parfois suspendre nos appréhensions pour laisser à l'autre l'espace pour nommer son propre rapport aux thèmes abordés. Mais en même temps, ces expériences qui nous définissent constituaient un sol commun à la rencontre, tel que défendu par l'approche herméneutique de Gadamer (1996). Nous les avons accueilli comme lien à partir desquels pouvaient se faire les rencontres. Par conséquent, nous avons l'impression que nos préjugés qui furent dès le début favorables aux artistes, ainsi que notre résonance, ont contribué à établir des bases communes favorisant l'explicitation du phénomène de la sensibilité dans le jeu que nous avons exploré dans la présente recherche.

#### 7.7.2 Considérations éthiques de la recherche

Notre projet de recherche a impliqué des sujets humains, toutefois, le contenu sensible abordé est resté limité et les personnes rencontrées n'étaient pas des individus vulnérables. En effet, nous avons questionné les artistes sur leur expérience plus procédurale. Certains aspects affectifs sont tout de même ressortis. Le théâtre est un domaine avec des enjeux qui lui sont propres, par exemple l'anxiété liée aux incertitudes et au manque de reconnaissance du métier, la grande compétition pour le peu de postes disponibles, etc.

Évoluer dans un univers aussi précaire pouvait laisser supposer qu'il y avait quand même certaines vulnérabilités potentielles chez les participantes. De plus, durant les entrevues, les quatre personnes ont, à un moment ou un autre, associé leur expérience de jeu à des expériences plus personnelles, évoquant même parfois certains traumatismes. Nous n'avions pas anticipé ces associations, mais nous avons tout de même prévu de recommander les participantes à des professionnels en cas de besoin. Nous avons aussi nommé à plusieurs reprises leur droit d'arrêter tout en vérifiant ponctuellement leur niveau de confort dans ce qu'ils ont dévoilé.

Le plus grand risque reste le dévoilement d'informations confidentielles afin d'illustrer leur vécu. Il est donc de la responsabilité de la chercheuse de s'assurer que ces informations demeurent anonymes et confidentielles si elles sont utilisées dans le cadre de la recherche. Par conséquent, nous avons rendu anonyme toute référence qui aurait permis d'identifier un individu en particulier. Somme toute, nous croyons que les risques étaient très minimes malgré le fait que la rencontre exigeait un certain dévoilement de nos participantes. Le sujet des questions était davantage axé sur leur sensibilité à des processus dans la rencontre plus qu'à des contenus susceptibles de provoquer des émotions qui avaient le potentiel d'être dommageables.

Nous croyons avoir démontré dans la section théorique l'importance de réfléchir sur le phénomène de la sensibilité pour les psychologues, mais aussi pour tous les métiers relationnels. Au moment de constituer la revue de littérature, vers 2012, nous avons trouvé peu de publications sur le thème de la sensibilité. Depuis, nous avons vu apparaître dans d'autres domaines, comme celui de l'éducation et de la somatique, des publications qui semblent confirmer l'importance de la dimension sensible pour plusieurs métiers, mais les recherches adressées aux psychologues semblent encore se faire rares. Nous croyons donc que notre thèse pourra enrichir davantage ce domaine émergent. Nous croyons également

que de donner la parole à des comédiennes et comédiens d'expérience sur ce sujet permettra d'éclairer un phénomène qui a le potentiel de parler à des gens issus de différentes pratiques. Ici, nous pensons non seulement au développement des thérapeutes, mais aussi de tout autre métier qui exige une sensibilité relationnelle, comme les métiers de soin par exemple, ou encore l'enseignement. Le potentiel éducatif de la présente recherche nous a ainsi semblé justifier les risques liés aux entrevues.

## PARTIE III – ANALYSE DES ENTREVUES DE RECHERCHE

### INTRODUCTION À LA SECTION

Le prochain chapitre est constitué de l'analyse des données récoltées durant les entrevues. Nous avons divisé le chapitre en cinq : une sous-section par participante qui fait le récit du rapport complexe et singulier que chaque personne entretient avec le thème de cette recherche, soit celui de la sensibilité dans le jeu en lien avec leur métier de comédiens et de comédiennes. Le récit que nous faisons de chaque entrevue est divisé en fonction des thèmes qui sont apparus durant l'analyse. Nous invitons donc le lecteur à d'abord regarder chaque section pour ce qu'elle est : l'évocation d'une expérience particulière qui tente de rester proche du vécu de la personne qui la raconte. Nous présentons donc, dans l'ordre, le récit de l'entrevue d'Ophélie, de Colombine, de Masha et de Claude.

La cinquième et dernière sous-section du présent chapitre est constituée de l'analyse transversale. Dans celle-ci, nous avons identifié cinq thèmes qui nous ont semblé être partagés par tous les artistes que nous avons rencontrés. Cette dernière section tentera donc de présenter un regard plus universel et commun visant à répondre à la question de recherche, soit de mieux comprendre l'expérience de la sensibilité dans le jeu tel que vécu par les comédiens dans le but éventuel d'informer le métier de psychothérapeute.

## CHAPITRE VIII

### PREMIÈRE ANALYSE – OPHÉLIE

#### 8.1 PRÉSENTATION DE LA PARTICIPANTE

La première entrevue que nous avons analysée a été effectuée avec une participante que nous avons décidé de nommer Ophélie afin de préserver l'anonymat de son témoignage, mais aussi parce que nous sentions qu'il se dégageait d'elle une aura de tragédienne passionnée. Ophélie est une femme dans la quarantaine qui se décrit comme une comédienne professionnelle depuis environ dix ans. En effet, le théâtre et le jeu sont pour elle une deuxième carrière qu'elle a développée en fréquentant une école privée et en suivant de nombreuses formations autodidactes. Elle se décrit également comme une adepte d'une école de jeu réaliste qu'elle présente comme « l'école des processus organiques ». Cette dernière aurait une filiation directe avec la méthode réaliste de New York<sup>24</sup> et serait inspirée des travaux de Lee Strasberg. Elle joue autant au cinéma qu'à la télévision tout en enseignant à l'école du maître qui lui a appris ses rudiments.

---

<sup>24</sup> Lee Strasberg, fondateur de l'Actor's studio de New York, a créé une méthode de formation d'acteur réaliste inspirée de celle de son propre maître Constantin Stanislavki dont l'approche est présentée dans la revue de littérature de la présente recherche. L'essence de l'approche de ce théoricien consisterait à puiser dans une mémoire affective personnelle pour nourrir l'émotion du personnage (Strasberg, 1989).

Durant l'entrevue, Ophélie s'exprimait avec une précision verbale qui nous permettait de pratiquement visualiser les phénomènes qu'elle décrivait. Elle captait notre attention en jouant avec le rythme, la prosodie et la tonalité de sa voix, passant parfois du chuchotement pour bien faire sentir la valeur de ce dont elle parlait à une voix plus projetée et vibrante. En fait, son expression verbale dégageait une forte énergie qui orientait notre attention et qui aidait à créer des images mentales claires. Nous avons l'impression de voir et de ressentir ce qu'elle nous communiquait en plus de le comprendre intellectuellement. De plus, elle réfléchissait activement devant nous et nous sentions qu'elle était dans un processus actif d'introspection active.

#### 8.1.1 Contexte de l'entrevue

Nous avons rencontré Ophélie dans son appartement à deux reprises dans une atmosphère qui, à chaque fois, était teintée de la philosophie épicurienne. En effet, lors de la première rencontre, elle revenait d'une répétition et n'avait pas eu le temps de souper et a répondu à nos questions en nous offrant un peu de vin pour l'accompagner durant son repas. Lors de la deuxième rencontre, elle faisait cuire un gâteau aux bananes, nous offrant de nouveau de le partager, ce qui a agrémenté la rencontre d'un parfum appétissant permettant par le fait même d'ouvrir la discussion sur le sens de l'odorat dans le jeu comme dans la vie, mais aussi sur l'esprit de partage festif qui semble animer sa pratique théâtrale. À chaque entrevue nous avons mis fin à l'entretien alors qu'elle commençait à recevoir des amis artistes pour une soirée d'échanges. Nous avons décliné son invitation par respect d'une distance éthique, mais nous retenons tout de même cette atmosphère de rencontres sous le signe d'une invitation à la fête, qui s'avère être tout aussi importante pour son vécu d'artiste que pour sa conception du travail.

## 8.2 ANALYSE DE L'ENTREVUE D'OPHÉLIE

Les prochaines pages témoignent du travail d'analyse effectué à partir du verbatim de deux entrevues. Ces entrevues ont eu lieu à environ 3 mois d'intervalle l'une de l'autre et totalisent ensemble environ 2 h 45 de contenu. Notre lecture du verbatim nous permet d'identifier trois grands thèmes qui eux-mêmes se divisent en différents sous-thèmes. L'objectif de ceux-ci demeure le même : mieux comprendre l'expérience de la sensibilité d'Ophélie telle qu'elle la vit dans son jeu au théâtre. Les catégories qui ont émergé sont les suivantes :

- **L'écoute comme condition essentielle à la relation sensible dans le jeu**
  - *Présentation du thème ;*
  - *L'écoute comme « focus » ;*
  - *L'écoute de l'autre passe par l'écoute de soi ;*
  - *L'écoute comprise comme une résonance corporelle ;*
  - *L'écoute s'actualise dans l'espace ;*
  - *L'écoute s'actualise dans le temps.*
  
- **La présence comme façon d'être en relation sensible dans le jeu**
  - *Présentation du thème ;*
  - *La présence comme façon d'être là dans l'immédiateté du jeu ;*
  - *La présence se vit dans le plaisir ;*
  - *La présence comme état mental et corporel.*
  
- **La responsabilité personnelle comme posture éthique dans le jeu relationnel**
  - *Présentation du thème ;*
  - *Le travail réflexif conscient permet d'alimenter l'inconscient dans le jeu ;*
  - *Le jeu requiert un travail personnel sur la vulnérabilité ;*
  - *L'entraînement personnel et les rituels facilitent l'entrée en relation dans le jeu ;*
  - *La rigueur et le plaisir comme façon complémentaire de vivre le jeu.*

### 8.2.1 Émergence et ordre des thèmes

Nous choisissons de débiter l'analyse de cette entrevue par le thème de l'écoute, car, non seulement c'est celui qui apparaît en premier dans l'échange, mais c'est également celui qui est explicitement nommé par Ophélie comme l'essence du jeu relationnel sensible au théâtre. En outre, après un travail itératif de va-et-vient entre l'analyse et plusieurs versions d'écriture, il nous apparaît globalement que l'écoute est l'idée qui semble servir d'ancrage aux autres thèmes. Celui-ci est tellement présent qu'il est même nommé souvent comme faisant partie de l'identité professionnelle de la participante : « moi mon école, c'est celle où on écoute... pour vrai » nous mentionne-t-elle à quelques reprises. La présence suit, car elle nous semble être intimement liée au travail d'écoute chez Ophélie. Nous terminons par la notion de la responsabilité personnelle de l'artiste dans le jeu.

## 8.3 L'ÉCOUTE COMME CONDITION ESSENTIELLE À LA RELATION SENSIBLE DANS LE JEU

### 8.3.1 Présentation du thème

Nous avons débuté l'entrevue par la question suivante : « comment entres-tu en relation sensible avec tes partenaires de jeu ? ». La question a beau être générale, la réponse d'Ophélie est, pour sa part, sans hésitation :

Je dois t'avouer qu'il n'y a pas tellement d'autres réponses qui est de dire que c'est une question d'écoute, c'est la première chose que je fais moi, du moment que je m'assois avec un partenaire de théâtre, ou une partenaire de scène, peu importe, mon premier objectif, surtout en début de scène parce qu'on n'aime pas illustrer quoique ce soit, faque on se laisse être, de un. Pis moi, mon objectif, c'est de m'assurer que j'entends ce que tu dis, pis pour ça, ça prend que j'écoute.

L'écoute est nommée dès le départ comme étant le *leitmotiv* qui sert de toile de fond aux entrevues avec Ophélie, mais aussi comme un impératif à respecter pour que la rencontre théâtrale ait lieu. C'est le thème essentiel à partir duquel elle tisse la compréhension de la relation sensible dans le jeu. Celui-ci demeure en effet présent en termes de quantité, dans le sens où la participante revient souvent sur ce mot avec plus d'une trentaine de références à celui-ci, mais au-delà de la fréquence, c'est surtout l'emphase qualitative qu'elle fait ressortir sur cette notion qui nous a marquée. En fait, l'écoute est nommée par celle-ci comme une condition préalable à la rencontre dans le cadre du jeu théâtral : « c'est la première chose que je fais », nous dit-elle dans l'extrait ci-haut. D'ailleurs, ceci résonne avec un autre extrait où elle affirme qu'il « ne peut y avoir de jeu sans écoute ». Elle précise également qu'il est toujours possible de construire sur celle-ci : « je peux rajouter des *layers*<sup>25</sup> après, mais la première chose, c'est l'écoute ».

Bien entendu, une fois ce thème essentiel nommé, il reste à décortiquer les couleurs que celui-ci prend pour Ophélie, c'est-à-dire ce qui est impliqué concrètement dans l'écoute selon elle. La première couleur qu'elle donne est que celle-ci est vécue comme un « focus ».

### 8.3.2 L'écoute comme focus

« Moi chus convaincue que la seule affaire qui faut c'est de vraiment faire le choix de le faire. Parce qu'autrement, on se dit des trucs, mais on se parle pas ».

Pour Ophélie, si entrer en relation au théâtre implique une écoute, elle précise que celle-ci est un focus qui découle d'un choix conscient de se mettre dans un état de réceptivité différent de celui qu'elle a au quotidien :

---

<sup>25</sup> Anglicisme qui fait référence à l'idée de « niveaux », ou encore de « couches ».

Faut faire le choix. Déjà là c'est un focus, nous on travaille en termes de focus, quand qu'un acteur s'assoit pour travailler, en général quand tu commences ton travail, faut que t'aies un sens sur quoi tu vas travailler. (...). Je m'assoie, pis tsé des fois, comme là j'ai des amis qui vont venir tantôt, et oui on va s'amuser, mais la mon écoute va être un peu dispersée parce que là je ne serai pas dans un état conscient d'écoute, mais quand je m'assois pour travailler, c'est un choix conscient que je fais, pis vraiment mon focus, mon intention, est d'écouter. faque c'est un choix.

Dans cet extrait, elle utilise le verbe falloir pour parler de ce focus : « il faut que t'aies un sens sur quoi tu vas travailler ». Il semble donc qu'une intention volontaire de changer sa posture soit nécessaire dans la relation de jeu. De plus, l'extrait souligne aussi la différence entre un mode de contact vécu dans l'espace du quotidien et celui du jeu, la première étant plus focalisée et l'autre plus dispersée. La dispersion renvoie à une attention qui est moins orientée alors que le focus renvoie à une direction claire vers quelque chose. Elle nous parle aussi apparemment d'une intention dans l'écoute. En outre, il semble ici émerger l'idée d'un passage entre deux mondes, celui du jeu et celui de tous les jours, ce qui exigerait une transformation volontaire de l'attitude.

Elle ajoute également que ce focus se fait maintenant automatiquement pour elle : « Moi je sais que c'est rendu un focus automatique que quand je m'assois... en m'assoyant... je vais tout de suite tenter d'avoir ma relation avec l'autre par l'écoute. Mais c'est un choix que je fais ». Elle nous parle ici à la fois d'une décision qui reste intégrée à l'intérieur d'un réflexe relationnel à l'intérieur du monde du jeu. De plus, elle explique dans un autre extrait que cet automatisme est venu avec le temps, qu'au départ elle oubliait de faire ce focus d'écoute, mais qu'à force de se discipliner, elle a fini par l'intérioriser comme une deuxième nature. Ce réflexe exige donc du temps et de la répétition afin de pleinement réussir à se développer.

En outre, elle fait aussi la différence entre « écouter » et « entendre ». Pour elle, entendre semble impliquer une sorte de superficialité de la réceptivité face à l'autre. On peut entendre l'autre sans l'écouter réellement, et la différence entre les deux modes viendrait de l'absence ou de la présence de ce focus. Lorsqu'elle fait un choix intentionnel, volontaire et conscient vers un état de réceptivité, ce serait de l'écoute « véritable ». Mais lorsqu'elle ne fait pas cet effort, là elle ne ferait « qu'entendre » :

On parlait justement aujourd'hui dans le cours, y'a un nouvel étudiant qui est arrivé pis bon la voix, la justesse était difficile, mais c'est parce qu'un moment donné le professeur lui disait oui, mais va falloir que tu fasses l'effort d'écouter de la musique ou nananana... Pis bon, je savais qu'il l'entendait, pis un moment donné je lui ai dit, c'que tu fais, comme ben des gens, c'est que t'entends de la musique, mais t'écoutes pas ! Ça s'entraîne une oreille.

Cet extrait introduit également l'idée d'un entraînement à l'écoute, notamment par la musique par la musique. D'ailleurs, elle dit avoir appris à faire cette distinction avec un ami musicien. Elle aurait remarqué que ce mélomane faisait « l'effort conscient d'écouter la musique ». Dès lors, la comédienne semble nous parler d'un transfert : elle a développé une habileté grâce à un art (la musique) qu'elle a transposé dans un autre (le théâtre) :

C'est pareil dans *l'acting* ! Tu peux entendre des affaires, tu vas arriver à un niveau de relation... ou de réalité de scène, mais si tu fais vraiment plus l'effort conscient d'écouter, c'est là qu'un moment donné t'as une relation, ou une réalité de communication réelle.

Mais comment faire émerger cette « réalité de communication réelle » ? Une partie de la réponse semble se trouver dans un autre extrait alors qu'elle verbalise et joue devant nous son vécu de l'écoute : « Qu'est-ce qui se passe ? Comment je vis ce que l'autre dit ? Bon ok tu continues ta phrase, t'as rien entendu. Qu'est-ce qui vient d'être dit ? Comment ça me fait sentir ? ». Ces derniers mots, « comment ça me fait sentir » semble nous renvoyer à une partie de notre question de recherche : l'écoute devient « réelle » lorsqu'elle implique la sensibilité. En outre, à la lueur de cet extrait, nous pouvons aussi croire que cette écoute authentique passe par une écoute de soi.

### 8.3.3 L'écoute de l'autre passe par l'écoute de soi

Cette dernière idée que nous venons d'introduire, c'est-à-dire l'importance d'un contact sensible avec soi dans le jeu, représente une autre dimension de l'écoute nommée par Ophélie. D'ailleurs, elle mentionne que lorsqu'il y a blocage d'écoute, c'est qu'elle a perdu le lien avec elle-même : « c'est surtout un *disconnect*<sup>26</sup> de moi à moi ». Elle semble donc dire qu'un focus d'écoute implique une attention soignée à la résonance sensible de ce que l'autre lui exprime. De plus, elle présente ce processus comme un moment d'arrêt pour prendre le temps de recevoir et de ressentir cette expression. Mais quel est l'instrument de cette écoute ? Si une connexion avec soi demeure nécessaire, quel est le médium par lequel s'actualise cette connexion ? La réponse pour cette artiste semble se trouver dans le corps, lieu où résonne l'écoute sensible.

### 8.3.4 L'écoute sensible comprise comme une résonance corporelle et sensorielle

Le corps vient donc d'être nommé comme étant ce par quoi passe l'écoute sensible des partenaires. La connexion, et la déconnexion, qui lui servent d'indicateurs d'une qualité d'écoute, semblent donc se faire avec le corps vécu, c'est-à-dire la partie de son expérience qui est ressentie par ses sens et sa sensibilité. Cette idée, nous la précisons lorsque nous lui demandons comment elle réussit à faire cette écoute de « soi à soi » :

Surtout dans son corps. C'est ça le-le... la réponse. C'est là. C'est ce cerveau-là qui connaît. Qui sait ? Pis ensuite toutes les autres places dans ton corps qui ont des mémoires, qui tsé, y'a des révélations partout, dans ce que tu sens, dans ce que t'entends. Moi je me sers de toute ça moi. Chus hyper sensorielle. HYPER sensorielle. Je me sers de toute ce qu'on m'a donné. En plus c'tun... c'tun cadeau. Qui je suis moi pour pas m'en servir ? Une ingrate toi.

---

<sup>26</sup> Anglicisme pour déconnexion

Lorsqu'elle affirme être « hypersensorielle », elle semble nous dire que comme personne-sujet, elle EST ces sens. C'est ce qui lui a été donné et c'est ce par quoi elle semble être dans le monde. Cette mémoire des sens qui connaît, c'est l'idée d'un corps-sujet avec lequel elle doit rester connectée pour entrer dans ce mode d'écoute sensible de l'autre. La mémoire n'est pas ici présentée que comme simple matériel enregistré dans l'espace cognitif, mais aussi comme un ensemble de vécus sensorimoteurs qui font partie de son identité. L'écoute sensible devient également une forme de savoir qui se distingue de la connaissance rationnelle et cognitive : « le corps... c'est le cerveau qui connaît. Qui sait » ? Pour elle, le réflexe des acteurs est trop souvent de chercher une compréhension du vécu relationnel au travers d'une analyse rationnelle du texte, mais « la réponse n'est pas là. Oui t'as des lignes, pis t'es chanceux quand c'est bien écrit, mais le travail, c'est tout le reste ! C'est quoi dans ton corps qui se passe ? C'est comment tu vibres face à l'autre ? ».

La participante nous parle donc dans cet extrait de vibrations face à l'autre. Un peu plus tard, elle utilise aussi la métaphore de l'énergie. Ceci renvoie donc à des métaphores d'énergie sonore où le corps subjectif devient le diapason qu'il faut écouter. Ce que, comme analyste de ce verbatim, nous pourrions nommer un « diapason-sujet » qui semble être le lieu d'ajustement par lequel la relation se construit, telle une symphonie bien ajustée.

Pour Ophélie, les sens semblent servir de lieu par lequel cette écoute de soi s'actualise. Ainsi, ce sont ses sens qui l'informent quand le jeu est « *off* », c'est-à-dire quand le jeu n'est pas accordé à elle-même ou à autrui. L'écoute par la résonance corporelle implique tous les sens. Par exemple, elle sait quand ça ne fonctionne pas par le nez : « Sentir, sentir par le nez. Oui oui, par le nez, absolument (...), avoir le pif, c'est l'instinct ». Par l'ouïe : « Je suis très auditive. Fait que y'a des phrases qui sortent pis tu sens que c'est juste (...), tu fais (avec une voix stridente) "hiiii" ». Elle se sait également déconnectée par le regard : « je l'ai vu tout de suite. En me voyant dans le miroir, J'me suis vu en panique. J'avais les yeux gros de

même, les pupilles dilatées, j'ai dit *fuck...* ». Elle peut aussi réparer un contact brisé par le sens du toucher : « Le contact physique, c'est tellement puissant ! Des fois y suffit de tsé... mettre ta main sur la main de quelqu'un, pis là, pouf, y'a... y'a une connexion... ». Même lorsque le trac lui fait perdre le contact avec elle-même, c'est par le corps qu'elle le sait : « je savais que j'étais pas là parce que j'avais les doigts gelés, je ne sentais rien dans mes doigts ». Par ses exemples, Ophélie décrit une géographie de soi avec des lieux différents du corps qui l'informe sur sa qualité d'écoute sensible.

De surcroit, ce contact avec elle-même est ensuite traité par ce qu'elle nomme le « cerveau du *gut*<sup>27</sup>. » C'est ce « cerveau » qui analyserait le jeu de la relation :

(...), Mais moi ma façon de travailler, c'est ici (pointe une partie du corps près du ventre et du plexus solaire). C'est le cerveau ici qui m'intéresse moi. Le cerveau du *gut*. Une méthode qu'on dit le processus organique. C'est l'approche d'essayer d'aller trouver dans le corps, et d'aller dans l'écoute de l'émotion, dans l'écoute de l'instinct, dans l'écoute de... des impulsions, parce qu'en fait, c'est beaucoup plus là, dans la vie même de tous les jours, c'est juste qu'on... encore une fois, on le sait pas tsé.

Les sens font vibrer ce « cerveau du *gut* », qu'elle lie par la suite à l'émotion, à l'instinct et à l'impulsion. Elle nous parle ainsi d'un processus d'interprétation qui passe par une résonance sensible.

Par ailleurs, Ophélie distingue une écoute qui passe par le corps d'une écoute plus intellectuelle où tout semble se passer « dans la tête ». Pour elle, le corps n'est pas le cognitif :

Y'a l'autre méthode, ou l'école, *ousqu'y* vont s'asseoir avec l'espèce de texte, pis y vont l'éplucher, pis ici elle est fâchée, pis ici... mais moi c'est pas ça, parce que c'est

---

<sup>27</sup> Mot anglais pour intestins, qui semble ici prendre le sens d'une intuition ancrée dans la sensibilité.

toute icitte (pointe du doigt son corps près du ventre). Pis d'ailleurs, ça c'est fascinant parce qu'il y a des acteurs qui à mon sens, je vois des acteurs sur scène, pis on les appelle des *talking heads*<sup>28</sup>. (...). Combien de fois moi je regarde des acteurs, y sont même pas conscient qu'ils ont des jambes ? On est toutes habités, mais l'énergie circule pas parce que c'est toute icitte que ça se passe (pointe la tête). C'est pas vrai ça !

Le terme de *talking heads* revient souvent lorsqu'elle décrit cette façon de travailler où le corps est absent du jeu. L'image est forte et la métaphore efficace. En effet, il suffit de fermer les yeux et d'imaginer des têtes flottantes pour comprendre l'évocation d'une absence de corporéité dans la relation. Elle présente donc les acteurs qui n'arrivent pas à la captiver comme ayant un manque, une absence de corps. Les relations de jeu qui s'ancrent dans un « épiluchage » intellectuel lui apparaissent comme étant amputées de dimensions essentielles à la qualité de jeu recherché, celles liées à la sensorialité et au corps, ici représenté par la métaphore du « cerveau du *gut* ».

En outre, elle replace ce niveau d'expérience de l'écoute sensible dans une dimension plus relationnelle : « Je sens dans mon corps quelque chose qui se passe chez l'autre acteur quand l'autre acteur le vit ! Si l'autre acteur ne le vit pas, je vais percevoir qu'il me manque une certaine réalité, mais ça va être plus de l'ordre de l'intellect, pis ça là, c'est dangereux ». L'utilisation du mot dangereux est assez significative de l'importance qu'elle accorde à la sensibilité. La dimension de l'intersubjectivité des corps apparait clairement dans cet extrait.

Par ailleurs, nous notons qu'Ophélie revient souvent sur cette idée du manque d'une « certaine réalité ». À plusieurs reprises elle évoque cette idée de plusieurs niveaux, ou de plusieurs « couches » dans l'écoute. Elle semble en fait décrire au moins deux dimensions : une écoute de la relation qui implique le corps et les affects, dimension qu'elle décrit comme nécessaire à « une écoute pour vraie... dans la vérité », et une dimension qui

---

<sup>28</sup> Expression anglophone pouvant être traduite comme « têtes parlantes ».

implique une écoute plus intellectuelle de la relation et où le corps est justement absent. De plus, elle semble établir une hiérarchie de ces dimensions alors que celle qui se caractérise par l'accent sur l'intellect et l'absence du corps lui apparaît comme moins riche que l'autre.

Enfin, nous lui avons demandé en entrevue comment elle fait pour faciliter cette écoute sensible qui passe par le corps. Pour elle, « le secret, c'est la détente. Parce que t'es toute réceptive, t'es toute là ». Ainsi, elle explique que la plupart des rituels qu'elle pratique avant une représentation impliquent d'amener le corps dans un état de relaxation qui aura pour effet d'améliorer la réceptivité :

Tout part du principe... Plus que je suis détendue, plus que je réussis bien. Faque moi mon objectif c'est de tout faire en sorte de me... de me mettre dans un état de détente EXCESSIF... un état excessif. Donc je vais euh... prendre un bain. Absolument, avant mes performances, c'est ma baignoire. C'est le silence. Je médite pas, j'y arrive pas. Ça fait des années que j'essaie, mais tant qu'à moi, j'y arrive pas. Je vais vraiment, être à l'écoute de mon souffle, juste voir oùque j'en suis avec mon propre souffle.

Le point central est donc ici sur l'objectif de détendre le corps pour le rendre plus réceptif et non sur la technique elle-même. Elle parle également dans cet extrait des subtilités de son travail d'écoute qui va même jusqu'à être attentive à son souffle qui semble lui servir d'ancrage. Un peu plus tard dans l'entrevue, elle explique que nous sommes tellement tendus au quotidien, que nous en venons à ne plus écouter même nos envies d'uriner. Cette image forte sert à illustrer son propos : que nous sommes tellement pris dans nos stress du quotidien que nous perdons la dimension de cette écoute sensible qui passe par le corps. C'est cette tension qu'elle dit chercher à réduire par la relaxation et la détente afin de l'aider à reconnecter avec son corps et, par conséquent, avec le monde extérieur.

### 8.3.5 L'écoute s'actualise dans l'espace

Une autre dimension liée à l'écoute sensible qui se manifeste dans les entrevues avec Ophélie est liée à la spatialité. En effet, la participante présente un rapport à l'espace qui aide à comprendre qu'écouter reste une expérience qui se déploie dans un espace, celui qui existe entre deux subjectivités. La relation sensible requiert une distance alors qu'au contraire, dans la fusion, il ne peut y avoir d'écoute. D'ailleurs, elle commence la première entrevue en nous disant que la première chose qu'elle doit faire pour entrer en relation s'est de s'assurer d'être dans un « terrain d'écoute ». Elle nous explique alors brièvement que ce « terrain » est un ensemble de conditions favorisant l'écoute, incluant le focus d'écoute. L'espace nécessaire à l'écoute sensible n'est donc pas nécessairement que physique, mais peut être constitué par un cadre particulier qui sert de lieu commun aux acteurs qui participent au jeu.

Par contre, l'espace physique joue bel et bien un rôle sur la qualité d'écoute sensible de la participante. Par exemple, Ophélie a nommé quelques situations où le niveau de proximité avec les autres acteurs et avec le public aurait influencé des éléments de celle-ci, comme cette connexion à soi qui lui semble essentielle au contact avec les partenaires. L'une des anecdotes évoquées concernait une pièce où elle jouait dans une chambre d'hôtel et où la distance du public n'était pas la même que sur une scène traditionnelle. Lors de la première de ce spectacle, il se serait produit une déconnexion alors qu'en ouvrant la lumière, elle aurait été surprise par le fait qu'il y avait beaucoup de monde dans la chambre. Même si la participante s'était préparée mentalement à ça, le fait d'être placés devant le fait accompli, « ça m'a complètement scié les jambes ». De plus, elle « voyait les gens en tunnel vision ». Sa réaction puisque la pièce débutait et quelle devait performer : « je me suis sentie partir sur le pilote automatique ».

Le pilote automatique semble témoigner d'une perte de ce focus et de cette connexion à elle-même par cette proximité soudaine. Cette perte de contact prend la forme de métaphores corporelles : « vision tunnel » et « jambes sciées » témoignent d'une rupture avec l'expérience corporelle, mais aussi avec l'espace de jeu. La conséquence de cette coupure est une réduction, ou encore un rétrécissement, de l'expérience qui a nui à sa capacité à jouer adéquatement. D'ailleurs, pendant qu'elle racontait cette anecdote, nous avons accès, par l'intermédiaire de ses gestes, à la détresse de ce moment, ce qui nous fait dire que sa mémoire corporelle a paru s'activer durant l'entrevue à la simple évocation de cette expérience. Au-delà de ce qu'elle raconte, nous avons été témoins de cette mémoire sensible du corps qui reste liée à l'anecdote racontée.

Elle poursuit en expliquant que, déstabilisée par cette proximité avec le public, c'est l'espace physique entre elle et son partenaire qui lui a servi d'appui pour rester avec la réalité de jeu : « il était loin, faque mon intention était de m'assurer qu'il m'entend, pis je voulais qu'il COMPRENNE, faque j'ai vraiment dirigé à lui, clairement, et je me souviens d'arrêter pour voir là comment est-ce qu'il était pour réagir ». Elle s'est donc servie de la distance pour rentrer de nouveau en contact avec son partenaire. Elle nous parle aussi d'une utilisation de l'espace pour appuyer une intention de rencontrer l'autre.

Ophélie explique également que de connaître ses déplacements dans l'espace par cœur l'aide à être davantage connectée à la réalité de la relation de jeu. En fait, elle affirme avec assurance qu'il faut connaître ses déplacements, « sinon t'es foutue. Toute ton focus va être là-dessus. Faque c'est sûr que t'as pas en plus suffisamment de place pour que... écouter ». Dès lors, il semblerait qu'il y ait tout de même une nécessité d'intégrer un automatisme dans le rapport à l'espace pour paradoxalement éviter de tomber sur le « pilote automatique » auquel elle fait référence plus tôt. Elle doit intégrer une dimension plus technique de son rapport à l'espace si elle veut libérer son focus pour qu'il se consacre à

l'écoute. Il y aurait donc une forme d'automatisme nuisible où le contact avec l'expérience se perd, mais également une nécessaire intégration de certains réflexes.

### 8.3.6 L'écoute s'actualise dans le temps

Pour Ophélie, l'écoute semble s'inscrire dans une organisation temporelle : « la première chose, c'est l'écoute » nous dit-elle. Il y a donc une référence à un ordre qu'il faut respecter afin de déployer l'écoute sensible. Elle nomme aussi la nécessité de revenir vers l'expérience de l'écoute une fois terminée, de se « repasser le film après coup » dans le but de comprendre ce qui a fonctionné ou non. Il y a donc une partie du travail qui exige un retour dans le passé, une réflexivité.

En outre, l'écoute paraît être aussi intimement liée à la dimension du rythme. À de nombreux endroits elle parle de « prendre son temps » pour bien écouter l'autre. Lorsque la déconnexion se fait par exemple, elle respire et profite de ce moment pour reconnecter : « on respire, une chance là, parce que ce serait épuisant... en tout cas je respire, pis en même temps prendre le temps de le faire vraiment... ». Prendre le temps de le faire « vraiment », c'est un temps d'arrêt qui doit être pleinement utilisé pour cette reconnexion. De nouveau, elle utilise l'idée d'une vérité pour exprimer la présence d'un autre niveau qui peut être ici atteint en ralentissant le rythme : « Pis de se donner la permission d'arrêter, pis de se dire, oh, ça marche pas ! ».

La lenteur est également discutée par la participante alors qu'elle explique l'importance de débiter le travail avec les partenaires en prenant le temps de s'écouter afin de ne pas imposer à l'autre son énergie rythmique :

Nous on appelle ça faire une lecture organique. On va s'asseoir un en face de l'autre avec nos feuilles, pis moi ma job c'est juste de... de r'garder la phrase, de te la dire, toi tu la reçois, qu'est-ce que ça te fait sentir ? Toi tu me donnes ta phrase. Je la reçois. qu'est-ce que je ressens ? Donc c'est un peu lent, mais en même temps là c'est riche.

Par conséquent, l'écoute se construit, pour cette comédienne, d'abord grâce à la lenteur : « en ralentissant le rythme, c'est clair que de un tu peux... Tu prends conscience davantage ». Le rythme est lié à la sensibilité dans le sens que ralentir permet de mieux ressentir la résonnance de l'autre en soi. Effectivement, elle nous parle d'un dispositif de lenteur pour prendre le temps de recevoir. Et à force de travailler de façon organique, en utilisant une temporalité lente pour prendre le temps de sentir, s'installe un rythme intersubjectif plus naturel qui fini par s'imposer de lui-même, ce qu'elle décrit comme un « clic soudain ». Elle ajoute également que ce rythme que co-construisent les partenaires va aussi prendre forme dans la posture, dans le corps, liant de cette façon temporalité et corporéité.

### 8.3.7 Conclusion sur le thème de l'écoute

Il semble clair que la notion d'écoute demeure centrale dans la compréhension du travail d'entrée en relation sensible pour Ophélie. La description qu'elle fait de ce concept est suffisamment riche et complexe pour occuper une grande partie de l'analyse du discours de la participante.

Tout d'abord, l'écoute se présente pour elle comme un focus, c'est-à-dire une volonté de se mettre consciemment et intentionnellement dans un état qui favorise l'apparition d'une posture sensible différente dans le jeu que dans la réalité. L'écoute passe notamment par soi, et plus précisément par une résonnance corporelle qui implique les cinq sens. De plus, Ophélie identifie deux niveaux d'écoute : l'écoute qui s'ancre sur la relation sensible à soi

qui se distingue d'une écoute plus cognitive. Enfin, l'espace et le temps semblent également jouer un rôle organisateur important au niveau de son écoute dans le jeu.

#### 8.4 LA PRÉSENCE COMME FAÇON D'ÊTRE EN RELATION SENSIBLE DANS LE JEU

##### 8.4.1 Présentation du thème

Un autre thème qui se manifeste à plusieurs reprises durant l'entrevue est celui de la présence. D'un point de vue quantitatif, ce mot est l'un de ceux qui revient le plus souvent dans le verbatim. Toutefois, au premier regard, il était parfois difficile de distinguer qualitativement la notion de présence de celle d'écoute, car les deux mots nous semblaient parfois interchangeables dans le discours de la participante. Finalement, le travail d'analyse nous a conduit à faire des distinctions. L'extrait suivant est celui où elle définit le plus clairement la présence tout en illustrant la possible confusion avec le thème de l'écoute :

J'étais pas là. J'étais pas présente. Ça prend de s'assurer d'être présent pour communiquer. Nous-même être présent, pas en train de penser à d'autre chose pendant qu'on communique quelque chose. Pis d'être à l'écoute de... si l'autre... y'essait peut-être de nous dire quelque chose qui va pas.... C'est ça d'être présent. C'est d'être res... d'être euh... d'être euh.... (...). *Aware. To be aware about whats going on.* Tout le temps ! C'est ça être présent. T'es toujours conscient de ce qui se passe autour de toi. Pis quand qu'on n'est pas présent, c'est juste qu'on est un peu là.

La présence est ici décrite comme être « *aware* », que la participante traduit comme une « conscience de ce qui se passe ». À première vue, la « conscience de ce qui se passe autour de toi » peut être saisie comme une écoute de l'environnement. Mais elle précise que c'est plutôt « être là tout le temps », ce qui laisse sous-entendre l'idée d'un contact soutenu dans le moment présent.

#### 8.4.2 La présence comme façon d'être là dans l'immédiateté du jeu

La présence semble pouvoir être décrite en termes de temporalité, mais aussi de spatialité, comme étant une façon d'être ici (donc dans l'espace immédiat) et maintenant (donc dans ce qui se produit temporellement au moment présent) de ce que la participante décrit comme sa « réalité de jeu », soit celle qui se construit entre les partenaires, sur la scène. Lorsque la participante dit qu'être présent c'est de ne pas être en train de penser à autre chose, elle semble parler d'un esprit qui reste ancré dans l'immédiateté du jeu. Ainsi, il nous semble possible de croire que la présence serait pour elle une façon d'être dans le « ici et maintenant » de toutes les dimensions de l'échange sensible avec les partenaires, incluant celles de l'écoute et de l'expression. La présence pourrait ainsi être vue comme une qualité temporelle et spatiale de l'écoute qui se traduit aussi dans l'expression.

La dimension temporelle de l'esprit qui vagabonde est d'ailleurs exprimée à quelques reprises : « pis quand qu'on n'est pas présent, c'est juste qu'on est un peu là. On est souvent dans... dans fin de semaine d'avant, pis dans sem... dans fin de semaine d'après... On n'est pas là ! ». Donc dans cet exemple, être « peu là », c'est lorsque la conscience se situe dans un autre moment que celui où le jeu relationnel se déroule. Le « peu » renvoie à une notion de quantité, comme si la présence pouvait se mesurer. Conséquemment, elle semble associer une présence de moins bonne qualité au fait d'avoir l'esprit plus souvent dans un autre moment temporel que celui du jeu. Elle parle également de l'espace alors qu'elle décrit comment elle a senti qu'un jeune acteur n'était pas présent : « j'étais très consciente qu'il avait aucune idée où *s'qu'il* était lui dans son espace. Pis tellement que sa présence était pas totalement là non plus. Y'était dans les idées, y'était dans *whatever*<sup>29</sup> ». Donc si cet acteur n'était pas là, c'est qu'il n'habitait pas l'espace physique, mais était plutôt coincé dans un espace mental décrit comme plus restrictif. Il était distrait et avait perdu son ancrage et son engagement dans le jeu.

---

<sup>29</sup> Mot anglais signifiant « peu importe ».

En outre, elle élabore ce qu'elle décrit comme des obstacles à la présence, notamment l'écueil du public. Lorsque l'attention est portée sur le public et non sur la « réalité de scène », la présence s'évapore. C'est alors qu'elle parle d'un effort conscient et constant pour ramener la présence à ce qui se passe sur scène :

C'est difficile, parce que ta job c'est pas là, c'est icitte, avec ta réalité et tes collègues acteurs. C'est difficile parce que tu ne veux pas, mais tu le sens rebondir sur le public, souvent par le rire. Ou parce que justement tu t'attends à un rire pis y'est pas là. Là tu te dis "oh putain, comment ça ?" Tu te remets en questions, pis là t'es pu... t'es déjà pu là. Tu te sens... tu te sens... tu te ramènes. Tout le temps. C'est ça qui faut, se ramener tout le temps.

Le rire ou les réactions du public sont donc présentés ici comme des forces d'attraction qui tendent à amener la présence vers l'assistance plutôt que dans la réalité de la scène, d'où l'important de l'effort conscient de se ramener, « tout le temps ». La présence exige donc un travail continu pour revenir dans l'espace relationnel du jeu lorsque le mental vagabonde en dehors de la scène.

#### 8.4.3 La présence se vit comme le plaisir de voyager

Pour illustrer comment la présence c'est « être là maintenant » et non dans « ailleurs », la participante utilise la métaphore du plaisir de voyager : « pour être présente.... Justement... j'me donne le privilège de justement m'amuser avec le... le... le voyage ». Le fait qu'elle décrit la présence comme un effort constant pourrait laisser croire qu'il s'agit d'un acte épuisant, mais au contraire, elle parle plutôt de plaisir. Sa métaphore nous décrit en fait une forme d'abandon ludique à ce voyage qui pour nous fait écho à l'épicurisme de nos rencontres d'entrevue. Elle semble mettre l'accent sur le processus de la rencontre et non sur la destination. Dans ce sens, le rire du public qui attire son attention pourrait être la destination, une sorte de résultat à atteindre qui éloigne Ophélie de l'accent qu'elle tente

de mettre sur le jeu lui-même. C'est la voyageuse qui a du plaisir à ressentir le voyage plutôt que de l'anticiper ou de tenter de le préserver sans réellement le vivre :

Ah, au moins, tu le sais, t'essaies autre chose. Pis en essayant, ça t'a amenée ailleurs, d'où l'histoire du voyage tsé. Pas le résultat. "Ah ben coup donc, j'avais pas vu ça de même, j'avais pas pris cette porte là". C'est exactement ça qui fallait. Mais ça le besoin de contrôler, le besoin d'avoir raison, le besoin de performer, ça c'est des poisons, au travail d'acteur en tout cas. T'es dans l'ego, pas dans le voyage.

« L'ego » et le « contrôle » sont également présentés par Ophélie dans cet extrait comme des états qui font obstacle à cette présence vécue comme un plaisir du voyage. Elle oppose la présence comme voyage à un état vécu comme le fruit d'une recherche de performance dictée par des enjeux personnels. Elle nous parle d'ailleurs, dans un autre extrait, du défaut sur lequel elle a dû travailler au début de sa carrière et qui nuisait à sa qualité de présence, celui d'être « *overachiever* », ou si on traduit grossièrement, de vouloir *suraccomplir*. Lorsqu'elle tombe dans cet écueil, elle explique que son esprit n'est pas concentré sur la réalité du jeu, mais sur le résultat, sur une image préfaite de ce que devrait être la scène. Elle ajoute que « l'ego » est ce qui veut anticiper un résultat et que cette anticipation nuit à la qualité de présence :

Pis ça encore, c'est pas ça l'affaire. C'est pas le résultat. Hum hum... Non. C'est le voyage. C'est un cliché, mais je me rends compte que c'est vrai. Pis ça, quand je l'oublies pas, étrangement, j'ai beaucoup plus de résultats intéressants, que d'essayer de rêver au produit final, pis là tu mets de la pression sur toute, pis faut pas.

Le lien entre ce qu'elle nomme « l'ego », la présence et l'écoute est par la suite précisé dans cet extrait : « t'es pas à l'écoute, t'es pas là, t'es dans TA performance. T'es dans toé. T'es pas dans autre chose que toi. C'est toi là, toi, pis comment les gens vont penser de toi, pis gros ego TOI... ». Dès lors, cet « ego » est présenté comme un piège qui dévie la présence de la réalité de la scène vers la performance et l'anticipation. L'écoute et la présence se complètent, car, pour bien écouter, Ophélie se doit d'être présente à la réalité du jeu et non ailleurs dans le rêve du « résultat anticipé ».

#### 8.5.4 La présence comme état mental et corporel

Jusqu'ici, la présence a surtout été présentée comme la capacité de ne pas laisser l'esprit vagabonder ailleurs et à un autre moment que dans la réalité de la scène. Des concepts comme « l'ego » et le désir de performance ont été présentés comme des pièges pouvant nuire à une présence de qualité. Toutefois, Ophélie lie aussi la présence au corps et à la détente. L'attention sensible au souffle lui permettrait notamment d'augmenter son état de présence comme en témoigne cet extrait :

Je vais vraiment, être à l'écoute de mon souffle, juste voir où s'que j'en suis avec mon propre souffle, parce que souvent on respire de là à là (dessinant une ligne du torse à la bouche), pis on essaie de descendre plus profondément, pis quand je vais arriver, je vais être présente. C'est de faire en sorte d'être présente. Pis quand chus détendue, je suis présente. C'est d'être à l'écoute de ce que je vis. Si j'ai une tension, oùsqu'elle est ? Essayer de la dégager. Tout doux. Tout doux. Juste d'être là, pis d'être sûre qu'on comprend ce qui se passe dans notre corps.

Dans ce passage de l'entrevue, la description de la présence ressemble à plusieurs points à celle qu'elle fait de l'écoute qui passe par le corps propre. Toutefois, c'est le « juste être là » qui semble établir la distinction. Néanmoins, les deux thèmes restent liés : Ophélie est présente dans l'écoute et l'écoute permet la présence, les deux états étant liés dans le ressenti corporel. De plus, la détente, tout comme l'écoute du souffle, éveille la présence, donc éveille la capacité d'être là avec ce corps comme avec sa « réalité de jeu ». Ce travail de présence la remplit d'une force qui va l'aider à faire ce voyage vers l'imprévu : « faque indépendamment de ce qui va arriver, t'es déjà beaucoup plus plein que d'arriver moins vide dans ta tank ». Cette plénitude amenée par la présence va se traduire en générosité pour les partenaires et pour le public :

Pis même que t'es beaucoup plus généreux. T'es plein, faque si ton partenaire c'est une soirée qui est un peu plus *rough*, ben ché pas dans quelle attitude tu peux livrer quelque chose que... c'est plus enveloppant, c'est plus généreux, pis que l'autre finalement réagit à ça pis pouf ! La magie se fait.

Donc être présent semble donner une consistance ressentie au niveau corporel, et vice-versa, c'est-à-dire que la corporéité donne de l'épaisseur à l'état de présence. Elle se sent pleine et cela se communique d'une façon qui est vécue comme une force enveloppante et généreuse qui nourrit l'autre, donc qui va aussi amener une densité et une consistance aux partenaires de scène. Elle explique un peu plus loin que « de faire sentir à l'autre ta présence, ça aide la personne à entrer dans son propre corps », comme s'il y avait un effet de contagion au fait d'être présent. La présence d'une personne dans le jeu est donc captée par la sensibilité de l'autre, ce qui facilite à son tour celle de ce dernier. Elle donne un exemple de comment elle l'a vécu à un moment où son corps était gelé par le trac : « les soirs de première, le trac est tellement élevé, c'est incroyable. Tu te rends compte, t'as les extrémités gelées, parce que dans le fond t'es hors de ton corps » raconte-t-elle alors que le « tu » dans le contexte de l'entrevue fait référence à sa propre expérience. Puis elle enchaîne en disant qu'il suffit d'une personne sur scène qui est suffisamment présente dans l'instant de la scène et dans son corps pour que cela se communique et active sa propre présence et « dégèle » son corps. En se laissant toucher par la présence de ses partenaires, elle devient elle-même présente.

Finalement, l'état de présence s'éveille chez Ophélie par l'intermédiaire de rituels et d'exercices qui impliquent le corps :

Ah, ça, c'est des méthodes. Avant de commencer quoi que ce soit, faut s'assurer qu'on est présent dans notre corps. Fais ce qui faut. Faut que tu fasses des *push-up*, faut que tu fasses des redressements, faux-tu que tu fasses des postures de Yoga ? Faux-tu que tu t'assoies et que tu respires ? Que tu médites ? *I dont know*<sup>30</sup>. Ça, c'est ta job ! Mais faut que tu sois, jusque dans le bout de tes doigts.

Par conséquent, l'activation du corps lui procure une sensation de densité qui émane au point d'éventuellement pouvoir toucher et envelopper les autres. Le corps et l'état de présence se nourrissent, voir même se confondent, mutuellement.

---

<sup>30</sup> Anglais pour « je ne sais pas ».

#### 8.4.5 Conclusion sur le thème de la présence

En résumé, la présence semble ici être définie comme une façon qualitative d'être là dans le « ici et le maintenant » de la réalité du jeu. Être présente pour Ophélie, c'est être là avec l'autre, avec son écoute, avec son corps et avec ce qui est communiqué dans la relation « tout le temps ». L'état de présence implique un travail pour être dans une spatialité et une temporalité qui s'ancrent dans la réalité immédiate du jeu malgré la conscience d'une réalité autre, comme celle du public. La présence apparaît comme l'effort volontaire d'être en contact avec tous ces éléments, effort qui rappelle le travail de focus de l'écoute. Enfin, il semble y avoir une boucle entre le corps et la présence qui se crée alors qu'un corps activé permet d'éveiller la présence qui à son tour nourrit le corps vécu avant d'aller toucher les partenaires. L'autre élément important à retenir est que ce travail se communique et peut aller activer le corps de l'autre, puis sa propre présence ; la présence peut également toucher les partenaires et le public. Enfin, la métaphore qui évoque le plus pour Ophélie la présence est celle d'un voyage qui se vit dans le plaisir d'être là, qui s'ancre dans le processus relationnel plutôt que dans l'anticipation d'un résultat.

## 8.5 LA RESPONSABILITÉ PERSONNELLE COMME POSTURE ÉTHIQUE DANS LE JEU RELATIONNEL

### 8.5.1 Présentation du thème

« Moi ma *job* c'est d'entrer en relation avec l'autre, de un, pour qu'il y ait quelque chose qui se produise au niveau de l'échange ».

Peu de temps après avoir nommé l'écoute comme condition préalable à la relation, la participante utilise ces trois mots mis en lien avec le mot « relation » : « moi ma *job* ». Cette courte phrase annonce un autre thème important et omniprésent tout au long de l'entrevue, celui de sa responsabilité individuelle comme comédienne dans le jeu. En effet, tout au long de l'entrevue, nous retrouvons cette insistance sur la responsabilité de l'actrice dans le travail relationnel. Elle en a parlé en lien avec l'écoute, avec la présence, mais aussi lorsqu'elle fait référence à la nécessité de communiquer à l'autre un état. La responsabilité individuelle de l'artiste qui doit travailler avec rigueur de son propre côté se présente comme l'un des thèmes qui émergent le plus de notre rencontre avec Ophélie. En outre, il s'agit aussi d'un thème qui nous a pris par surprise. En effet, notre intention comme intervieweuse était initialement tellement concentrée sur l'idée du jeu vécu comme une relation que nous n'entendions pas cet accent sur la part de la rencontre qui lui appartient.

Plus précisément, cette responsabilité est souvent nommée comme une nécessité, une obligation, une action de « trouver » précédée du verbe falloir, comme en témoigne ces deux exemples de citation : « il faut que tu trouves, c'est ta *job* ». Ou encore : « il faut que tu trouves autre chose ». De plus, cette nécessité s'actualise sur plusieurs niveaux. En effet, elle le nomme en parlant de son travail sur son personnage : « c'est ta *job* d'amener le bagage de son personnage ». Elle le nomme également lorsqu'il s'agit de nourrir la

présence : « c'est ta *job* d'arriver le plus plein possible ». C'est aussi vrai pour la communication à l'autre : « c'est ta responsabilité de t'assurer d'être compris ». Cela va même jusqu'au travail pour comprendre l'état intérieur, possiblement difficile, de ses personnages : « ta *job* exige même d'aller jouer dans le caca s'il le faut », laissant sous-entendre que ce travail peut parfois être difficile.

Cette responsabilité reste entière, et ce même lorsqu'il y a un manque de temps, par exemple lors d'une audition, alors qu'elle découvrait pour la première fois sa réplique. Dans ce genre de situation, même si elle n'a pas eu le temps d'établir de lien comme c'est le cas lorsqu'elle répète avant une représentation, elle s'est dit : « il faut trouver ». Et même lorsque le ou la partenaire n'a pas fait son travail, que la personne devant soit n'est pas aussi généreuse au niveau expressif, l'artiste qu'elle est prend une part de responsabilité dans la relation de jeu. Il n'est pas question dans ces moments de jeter le blâme sur l'autre comme peut en témoigner cet extrait qui nous semble être révélateur de l'importance de ce sens éthique qu'elle porte dans le jeu sensible :

Expérience intéressante, c'est que quand que t'as l'impression que ton partenaire est pas à l'écoute de ce qui se passe, ben là y'a quelque chose qui marche pas. Pis c'est pas nécessairement parce que toi, t'as pas fait ton travail, pis c'est pas nécessairement parce que toi tu crois pas à ta réalité, mais là, ça marche toujours pas là, y'a quelque chose qui rebondit là, pis faut toujours trouver le moyen de régler le problème, c'est ça ta job !

Parfois, comme dans l'exemple d'une scène d'audition qu'elle décrit où le contact se serait fait naturellement, la relation peut être donnée : « j'ai pas fait l'effort de travailler vers ça, on s'est plu tout de suite ». Toutefois cette complicité naturelle, présentée comme un « cadeau », semble être plus rare et la plupart du temps exige un travail ne serait-ce que pour la développer, surtout lorsqu'elle ressent un mouvement de répulsion. Dans ces moments, la responsabilité du travail relationnel qu'elle assume prend encore plus d'importance : « ah ben oui, ben oui ! Ça arrive un acteur avec qui tu aimes pas travailler.

Mais faut que tu trouves un moyen. Faut que tu trouves un moyen ! ». Ce moyen, c'est de faire l'effort de trouver quelque chose qui va alimenter positivement la relation, ne serait-ce qu'un petit détail qui la touche chez cette personne. Nous retenons à cet égard une anecdote évocatrice qui concerne une discussion qu'elle aurait avec ses collègues autour de l'expérience d'un ami :

Mon ami jouait avec c'te comédienne-là, pis lui y'en souffrait, y'en bavait. Parce qu'il essayait de rentrer en relation avec elle, mais elle est tellement pris dans son stock à elle, pis elle qu'est-cé qu'à voit de son personnage, ça rebondissait tout le temps. On essayait de... on écoutait ce qu'il disait, même on parlait de nos expériences pis là ben, en parlant, on s'était dit ben, peut-être que ce qui a à faire, c'est de laisser ce qu'est ta réalité, parce qu'il se disait peut-être que moi chus pas assez crédible, peut-être que je travaille pas assez pour que... Mais en même temps, c'était d'essayer de la rejoindre elle, pis c'est de là du coup de, "écoute, j'te PARLE ! Tu M'ENTENDS-tu ?

Dans cet extrait, nous imaginons une comédienne rigide, prise à répéter une vision qu'elle projetait sur la scène au point de ne pas écouter la proposition de son partenaire de jeu. Or, la réflexion d'Ophélie concernant cette anecdote semble évoquer les deux pôles de la responsabilité relationnelle. D'une part, elle parle de l'idée de lâcher prise sur sa « réalité » devant la rigidité de l'autre alors que d'autre part, elle nomme qu'il faut aussi tenter de rejoindre l'autre par l'intermédiaire d'un « sous-texte » qui semble dire à cette personne : « m'entends-tu ? ». Comment équilibrer ces moments de lâcher prise face à la rigidité de l'autre avec le besoin de s'imposer ? La comédienne n'a pas de réponse explicite à donner, mais elle décrit cette recherche d'équilibre comme un travail sensible composé de petits ajustements subtils au travail de l'autre, même lorsque celui-ci fait preuve d'un manque de souplesse. Ainsi, la responsabilité de l'actrice reste centrale, mais ici c'est de savoir quand montrer de la flexibilité face à la rigidité et, au contraire, quand il faut aller chercher l'autre. La sensibilité relationnelle devient essentielle pour permettre les ajustements nécessaires entre le contrôle et le lâcher-prise dans la relation de jeu. Par conséquent, même si le jeu théâtral est un art relationnel par définition, c'est aussi pour la participante un art qui comporte beaucoup de travail individuel. En fait, ce sens de la responsabilité est même présenté comme faisant partie intégrante de son identité professionnelle. Elle parle souvent

de son « école » en la comparant à d'autres façons de travailler, mais au-delà de simples postulats artistiques, nous sentions durant les entrevues qu'elle s'identifiait profondément à cette éthique de travail.

Ainsi, cette façon de vivre son métier de comédienne comme étant une responsabilité semble influencer directement sa façon d'entrer en relation sensible dans le jeu. Toutefois, nous pouvons nous demander comment s'actualise concrètement cette responsabilité dans le travail relationnel. Qu'est-ce qui est impliqué ? En effet, si la responsabilité individuelle et l'éthique de travail constituent ensemble un thème essentiel et nécessaire à l'entrée en relation, celui-ci est composé de plusieurs dimensions qui lui sont propres en commençant par la réflexivité de l'actrice.

#### 8.5.2 Le travail réflexif conscient permet d'alimenter l'intuition dans le jeu

Pour Ophélie, une façon de se responsabiliser dans le travail relationnel semble passer par ce qu'elle appelle la « conscience témoin », une sorte d'observateur qui s'observe en action pour s'évaluer. Cela passe aussi par une réflexivité qui s'est manifestée devant nous tout au long des deux entrevues. En effet, pendant que nous la questionnions sur différents thèmes, celle-ci disait souvent se repasser activement « le film » d'événements tout en verbalisant sa réflexion active devant nous.

Pour décrire cette partie réflexive qui se manifeste durant l'action, Ophélie utilise de façon interchangeable les termes « conscience témoin » et « l'observateur ». Elle parle d'une capacité à « se voir aller » pendant qu'elle joue et qui accompagne le travail de présence à la relation :

Ben en fait, nous on dit toujours... faut qu'on soit... on dit toujours.... faut qu'on soit à quatre-ving quinze pourcent dans le moment présent pour amener la réalité sur

scène. Y'a toujours un cinq ou dix pourcent qu'on appelle la conscience\_témoin, qui est là pour nous observer, faut qu'on arrive à faire un peu des deux. Parce que ne serait-ce que... faut être conscient.

Dès lors, nous comprenons qu'en plus de l'accent qu'exigent la présence et l'écoute, il y a une partie d'elle, consciente, qui s'observe évoluer dans le jeu et qui se voit en train de travailler. Et lorsque cette conscience témoin s'aperçoit de quelque chose qui ne va pas, si elle est en répétition, elle va se permettre une pause pour nommer ce qu'elle observe, comme elle l'évoque dans cet exemple : « un moment donné j'me suis arrêtée pis j'ai dit j'ai aucune idée de quoi je parle ». Donc en plus de l'observation, elle parle d'une sorte de suspension qui lui permet de sortir temporairement d'un état automatique. Dans d'autres moments, lorsqu'il n'est pas possible de s'arrêter, comme au milieu d'une représentation, elle ajoute qu'il est tout de même important à la première occasion de prendre ce moment d'interruption, soit lors d'une sortie de scène, ou même lors d'un moment plus retiré de la scène.

En outre, pour Ophélie, en nommant le fait que ce travail réflexif s'accomplit souvent dans l'après coup, en « repassant le film », elle nous révèle que plusieurs temporalités sont nécessaires pour l'accomplir. Il y aurait donc une partie de cette responsabilité réflexive qui agit pendant le jeu, mais aussi une autre qui intervient dans un autre moment, après l'action de la scène, car « ça s'est une autre affaire avec le travail d'acteur, c'est souvent par la suite qu'on peut parler de ce qui s'est passé parce que c'est un art conscient ».

Par la suite, le travail réflexif doit amener Ophélie à faire des liens, ce qu'elle appelle « *connect the dots*<sup>31</sup> », ce que nous comprenons comme une tentative de faire sens de son expérience de jeu, souvent avec l'aide d'un tiers, par exemple un metteur en scène :

---

<sup>31</sup> Expression anglophone pouvant être traduite par « connecter les points ».

Moi mon travail, une fois que c'est fait, je pars, avec mes observations, avec toutes les consignes que j'ai reçues du metteur en scène, des choses que j'ai découvertes, pis là ça continue. Pis là un moment donné, je sais pas, je vais être à quelque part, pis je vas, ché pas trop là, je vais être en train de faire quelque chose, pis mon personnage est toujours un peu présent, pis y va avoir quelque chose qui va faire "ah ! C'est ça !" Mais j'en étais pas consciente là moi, à ce moment-là, quand ça s'est produit, mais en repassant ce moment-là, là je peux faire les liens... *Connect the dots*, en fait c'est un de mes jeux préférés, je le fais dans ma vie aussi, parce qu'on est dans notre art ce qu'on est dans notre vie.

Par ailleurs, si le travail réflexif est un acte de responsabilité consciente, il n'en demeure pas moins que nous avons souligné à Ophélie certains moments où elle parlait davantage d'intuition et « d'inconscient »<sup>32</sup>. Elle a expliqué cette apparente contraction par l'image évocatrice du « rêve intentionnel ». Les deux états semblent se compléter, mais elle évoque un décalage entre les deux :

Les deux se rejoignent, mais pas dans le même temps. Donc dans l'instant présent, moi je travaille pour être consciente du travail que je fais en tant qu'acteur, par moment, je peux être consciente de certaines choses qui fonctionnent pis qui fonctionnent pas. D'ailleurs quand ça fonctionne pas, j'ai intérêt à le savoir vite pis trouver une raison pour jus... une solution ! C'est ma job. Ça m'appartient. Chus pas là, fais quelque chose. Ça, c'est le conscient. L'inconscient vient après et les deux se jumellent, c'est que là t'as fait ton travail de scène, pis là encore une fois c'est pas fini parce que toi tu continues à cogiter. C'est mon rêve intentionnel.

Conséquemment, le travail conscient réflexif nourrit le jeu qui peut par la suite se vivre de façon plus passive et intuitive, mais c'est une intuition qui a été nourrie par tout un effort conscient préalable.

---

<sup>32</sup> L'inconscient auquel fait référence la participante n'est pas celui plus connu de la psychanalyse. En fait, sa description s'apparente plutôt à ce que Stanislavski (1986) appelle le « subconscient », celui qui dans sa méthode mène vers « l'état créateur ». Ce théoricien, contemporain de Freud, ne parle donc pas d'un inconscient inaccessible, mais plutôt de quelque chose qui peut être dirigé et orienté par le travail de la mémoire affective et de l'imaginaire.

### 8.5.3 Le jeu requiert un travail personnel sur la vulnérabilité

L'importance des vulnérabilités personnelles dans le jeu relationnel et sensible est un autre thème absent de la grille d'entrevue qui s'est imposé durant les entrevues. Celles-ci semblent être psychologiques, mais elles ont également chez Ophélie un impact corporel évident.

En fait, lorsque la participante parle de travail sur soi, elle revient souvent sur le thème des vulnérabilités. Elle précise que c'est normal que les vulnérabilités personnelles influencent le jeu comme actrice, car « c'est toi l'outil ». Elle explique que s'il y a des choses qui la rendent inconfortable dans sa vie, que celles-ci vont continuer d'être présentes même dans la relation de jeu comme personnage : « c'est pas vrai que tu vas débarquer avec ton personnage pis que tout à coup tu vas être à l'aise avec cette chose, c'est impossible tant qu'à moi ».

Elle raconte d'ailleurs une anecdote de travail qui est particulièrement évocatrice à ce sujet. En effet, alors qu'elle répétait une scène, arrive un moment où le personnage que jouait sa partenaire de jeu lui dit « je t'aime ». Résultat : « Blocage ! Blocage c'est clair ! Je sentais rien ». Comment fait-elle pour réaliser que ce blocage lui appartient ? « Je deviens *numb*<sup>33</sup> à chaque fois ». Le blocage est donc vécu comme une déconnexion, une fermeture à l'autre, faisant de nouveau référence à l'idée d'être gelée face à un partenaire de jeu. C'est à ce moment qu'elle évoque sa responsabilité de trouver ce qui a provoqué cette perte de contact sensible dans le jeu. Par l'intermédiaire de son travail réflexif, elle a découvert une vulnérabilité qui provenait de son histoire personnelle : « y'a une partie de moi qui pense que je ne suis pas aimable. Pourquoi ? Ça vient de l'enfance ? C'est du *stock* là, mais c'est ta *job* rendue là ». La responsabilité signifie donc de pouvoir démêler ce qui fait que pour elle

---

<sup>33</sup> Mot anglais qui signifie « engourdie ».

entendre « je t'aime » la paralyse au point de l'amener à perdre sa connexion sensible avec le jeu.

Un peu plus tard, elle précise que ce blocage pourrait être utilisé pour le personnage même si celui-ci vient d'elle comme personne, mais que cela doit être un choix volontaire et conscient. En d'autres mots, si l'émotion qu'elle vit comme actrice correspond au personnage, elle peut la récupérer, mais elle doit s'assurer que celle-ci est bien au service du jeu et non en réponse à son propre réflexe d'évitement. Le travail réflexif est donc mis de l'avant dans cet extrait afin de démontrer que l'essentiel est de ne pas subir cette vulnérabilité, mais de la connaître pour mieux s'en servir dans l'espace de jeu. En fait, Ophélie va même jusqu'à parler de « courage de se laisser être vulnérable ». Ce courage, elle l'évoque notamment lorsqu'elle parle notamment de scènes où elle doit s'ouvrir à l'attraction sexuelle, au désir ou à la possibilité de tomber en amour afin d'être plus « vrai » dans le jeu plutôt que de « l'illustrer ». Selon elle, ce courage demande que les deux partenaires se fassent assez confiance pour explorer à deux les émotions relationnelles qui émergent de cette ouverture à la vulnérabilité. Par conséquent, une alliance suffisamment bienveillante dans la relation de jeu doit pouvoir se construire pour y parvenir.

La participante ajoute toutefois que cet abandon dans la vulnérabilité peut venir avec un danger de briser la limite entre la relation dans le jeu et la relation dans le réel. Elle parle notamment du danger de tomber amoureux du partenaire qui vient avec le fait de travailler des mois à se laisser être vulnérable face à l'autre : « tu veux te laisser aller vers ça, c'est ta *job*, mais faut quand même que tu sois capable de faire la différence. Faut laisser ça sur scène, sur pellicule sinon tout le monde tomberait en amour avec leur partenaire ». L'outil qui selon elle serait important pour faire cette différence serait la « conscience témoin » qui fait que cette vulnérabilité devient un outil relationnel dans le jeu et n'est pas subie. Cet outil réflexif est ce qui lui permet de rester consciente du fait que l'intimité

relationnelle qui est nécessaire pour le jeu a été créée par le jeu et n'est pas nécessairement adapté à la réalité en dehors de l'art. Ainsi, bien que la participante nous parle du courage de se laisser être vulnérable, elle parle aussi du besoin de reconnaître ses limites. Dès lors, « c'est toujours une question d'équilibre » entre l'abandon dans la sensibilité et la capacité de se protéger. La réflexivité, qui est de son ressort, est ce qui la protège d'une trop grande confluence de sa sensibilité personnelle avec celle qu'elle vit lorsqu'elle joue.

Enfin, elle décrit aussi ce travail de la vulnérabilité comme une lutte douloureuse ressentie au niveau corporel : « veux veux pas, t'as la réaction physiologique qui vient avec, tsé, mes yeux larmoyants... j'ai senti mon souffle devenir difficile... et ça vibrait, ça faisait mal tsé, pis là je me dis que *tabarnak* je veux pas et je me ferme ». La fermeture devient donc un réflexe physiologique pour se protéger d'une douleur qui a un écho profond dans le corps, mais cela impliquerait que sa sensibilité relationnelle devienne un dommage collatéral de ce mouvement de protection. Afin de réussir à s'abandonner à cette vulnérabilité sans se faire violence, elle dit utiliser la détente corporelle, nous faisant ainsi comprendre qu'une partie de ce travail d'abandon dans la vulnérabilité exige de d'abord délier le corps. Nous comprenons aussi par le fait même que sa subjectivité et son corps forment un tout indissociable.

En définitive, lorsqu'elle parvient à s'abandonner grâce à son travail sur elle-même, cela devient un « cadeau » pour l'autre car « à moins que ton partenaire soit pris dans sa tête pis dans ses propres affaires, s'il reste à l'écoute, c'est merveilleux là... ». La capacité de rester présente dans la vulnérabilité lui permet donc d'enrichir le jeu.

#### 8.5.4 L'entraînement personnel et les rituels facilitent l'entrée en relation dans le jeu

Pour atteindre cette détente et cet abandon dont nous venons de parler, Ophélie explique avoir intégré un régime d'entraînement personnel et de rituels. Par exemple, avant chaque représentation, elle prend un bain et exécute de nombreux exercices de respirations et de détente. Elle parle aussi de l'importance du travail de la voix, de la respiration, de la concentration et de la mémoire en disant que, plus elle entraîne ces « outils », plus cela libère sa capacité d'être présente et d'écouter dans le jeu. Elle participe également souvent à des exercices d'improvisation pour s'entraîner à la spontanéité dans le jeu relationnel. Enfin, elle nomme aussi l'importance d'avoir un gym pour acteurs, un endroit où les comédiens peuvent entraîner leurs « muscles émotionnels » et apprendre à connaître leurs limites. En somme, il semble donc important pour elle d'arriver à maîtriser les dimensions techniques en premier lieu et de les entraîner régulièrement pour réussir à s'abandonner au jeu relationnel. L'intégration comme réflexe de la technique libère de nouveau de l'espace à l'intérieur d'elle qu'elle peut consacrer aux dimensions sensibles du jeu :

Techniquement, rationnellement, rationelo-rationnel, j'ai du stock là, y'a des affaires qui tsé, fait partie de ma formation. Là je suis en production, je suis dans la création, qui est un autre côté du cerveau. Y'a ce que je vis au niveau sensitif, émotionnel, et tout euh... Et puis... et puis, c'est cet amalgame-là, de ces deux choses-là, qui par accident, j'ai été capable de faire fusionner, que je me suis servie.

#### 8.5.5 La rigueur et le plaisir comme façon complémentaire de vivre le jeu

En dernier lieu, bien qu'Ophélie insiste sur le travail personnel qu'elle doit accomplir, elle évoque aussi à plusieurs reprises que le jeu doit quand même rester ancré dans le « plaisir ». La participante évoque notamment l'importance de moments d'arrêt présentés sous la métaphore du besoin de « prendre de l'oxygène ». Elle donne comme exemple un premier

rôle où elle aurait insisté pour travailler le personnage d'une femme victime d'inceste ce qui, au final, lui aurait apporté de nombreuses souffrances. Elle explique que malgré le fait qu'elle n'a pas vécu d'inceste, elle a tout de même réalisé après coup, dans un effort réflexif, qu'elle avait choisi ce rôle pour « expier des choses » issues de son histoire, mais aussi pour se prouver « qu'elle était capable de bien jouer dans l'intensité ». Le résultat de ce choix fut pour elle douloureux : « je me suis fait souffrir ». Elle compare cette ambition de débutante à aller au gym pour la première fois et lever des poids trop lourds. Or, l'émotion est pour elle un muscle qui s'entraîne et que l'abandon dans la vulnérabilité doit se faire dans la bienveillance, dans le respect et la connaissance réflexive de ses limites. Ne pas subir la vulnérabilité revient donc pour Ophélie à ne pas non plus investir sa sensibilité dans l'expiation d'enjeux personnels. En outre, elle explique que lorsque la limite est franchie, elle ressent le besoin de prendre soin d'elle : « *extreme self-care*<sup>34</sup> » afin de reposer les « muscles émotionnels ». La conscience réflexive et la responsabilité personnelle dans le jeu relationnel s'actualisent donc aussi pour la comédienne participante en prenant soin d'elle.

Enfin, en écoutant la participante raconter à quel point le travail d'actrice peut exiger un abandon à la vulnérabilité, il devient possible de se demander pourquoi elle a choisi de le faire. La réponse semble se trouver chez Ophélie dans cette idée du plaisir évoquée plus haut : « on n'est pas maso non plus, on fait ce métier-là pour le *fun*. Si j'avais pas de *fun*, je ferais autre chose ». En fait, elle dit ressentir un certain plaisir intrinsèque à jouer qu'elle ne peut expliquer. De plus, le plaisir est même présenté comme une condition préalable à pouvoir toucher aux états de vulnérabilités : « faut avoir du *fun* pour jouer ». Elle va même jusqu'à mentionner dans un autre extrait que c'est le plaisir qui contribue le plus à maintenir la présence et le focus d'écoute. Nous retenons donc l'idée d'un plaisir qui à la fois permet la vulnérabilité, et qui en même temps semble émaner du contact avec le jeu.

---

<sup>34</sup> Expression anglophone pouvant être traduite comme « Bienveillance envers soi extrême ».

#### 8.5.6 Conclusion sur le thème de la responsabilité dans le jeu

Le théâtre a beau être un art relationnel, l'entrevue avec Ophélie ramène à l'avant-plan toute la dimension de la responsabilité individuelle qui en vient même à faire partie de son identité d'actrice et de façon générale de sa façon d'entrer en contact avec le monde. Le jeu sensible dont il est question dans la présente recherche, bien que compris sous l'angle du lien avec l'autre, doit aussi pour cette comédienne être compris sous l'angle d'une éthique personnelle. Si nous avons à résumer cette section en trois mots, cela pourrait tout simplement ressembler à « *c'est ta job* ». Que le lien avec les partenaires se fassent naturellement ou non, qu'il y ait une répulsion ou une attirance naturelle, l'actrice qu'elle est doit toujours trouver le moyen de garder ce contact sensible avec l'autre. Ce travail tourne autour d'une compétence essentielle : la réflexivité. Dès lors, même si la présence exige un focus dans l'ici et maintenant, elle doit toujours maintenir ce qu'elle appelle « l'observateur ». Cette réflexivité est ce qui lui permet de s'abandonner en toute sécurité dans la vulnérabilité nécessaire à la construction d'une réalité de jeu sensible entre les personnages. C'est celle-ci qui lui permet de faire la différence entre ses enjeux personnels et le personnage, qui lui permet de savoir quand il faut lâcher prise sur un partenaire rigide, ou quand il faut se faire entendre avec plus de vigueur. L'objectif étant de pouvoir utiliser cette vulnérabilité même si le corps réagit en tentant de se protéger. Pour cela, elle doit être consciente de qui elle est en relation sensible avec les partenaires et d'où elle vient, c'est-à-dire de ses enjeux personnels, incluant sa difficulté à se savoir être une personne aimable. L'individu qu'elle est au quotidien et l'actrice qu'elle est sur scène se mêlent donc au travers de cette réflexivité qui est là, autant dans l'action que dans l'après coup. Enfin, si ce travail sur soi est difficile, il faut qu'il soit équilibré par le soin qu'elle porte à sa vulnérabilité et qu'il soit porté par un plaisir authentique du jeu.

## 8.6 CONCLUSION SUR L'ANALYSE D'OPHÉLIE

Ben, c'est un peu ça faire la scène, c'est faisons l'amour. Je l'avais jamais dit comme ça. Faisons-nous l'amour ce soir. Si ça se trouve, la prochaine fois que je vais être en production, soir de la première, faisons ça, faisons ça. Surtout les préliminaires. Surtout. Si tu veux avoir vraiment du *fun*, ça prend ça là. Se voir, se toucher. Pis euh... se regarder. Tsé de se dire "hey, t'es beau ce soir". Faque j'imagine que si toi-même t'es dans une bonne estime de toi, t'arrives sur scène, t'es beaucoup plus confiant de te... de t'offrir, parce que t'es en... t'es dans la confiance. Être à l'écoute de ce que... l'autre, tu perçois de lui. Tsé le gémissement par ci... ah, tiens tiens. Ah ! Ou un détournement. Ok ça, peut-être pas aujourd'hui. Ou *whatever*. Tsé, toute ça.

L'acte de faire l'amour comme métaphore évoquée durant la première entrevue est également celui qui sert à conclure ma rencontre avec Ophélie. Ainsi, pour Ophélie, la réponse à la question de recherche qui cherche à comprendre comment vit sa sensibilité à l'autre dans le jeu, la réponse serait simplement de chercher à « faire l'amour » avec les partenaires et le public. Pour cette dernière, cela résume tout ce qui a été dit, explicité et réfléchi durant nos rencontres. Faire l'amour exige d'être à l'écoute de l'autre, d'être présente cette personne et de se laisser être vulnérable dans l'intimité avec celle-ci. Cette vulnérabilité peut parfois être vécue difficilement, mais c'est le plaisir de vivre cet acte sensible, mais complexe qui nous permet d'être ensemble malgré tous les réflexes de protection. Il y a aussi dans cette métaphore l'idée d'être responsable de son plaisir.

Le jeu relationnel en théâtre, tout comme l'acte amoureux, est présenté de façon riche et complexe par la participante. Celui-ci se résume en trois grands thèmes : l'écoute, la présence et le travail personnel. De ceux-ci, on peut voir apparaître également des thèmes fondamentaux et existentiels. Le corps vécu, par exemple, reste omniprésent, que ce soit dans la façon d'écouter que dans la présence ou encore dans la façon de vivre la vulnérabilité. Son identité d'artiste est liée à la valorisation du corps comme médiateur du sensible tout en se distinguant des « *talking heads* ».

Le temps est aussi explicité au travers de ces trois thèmes, que ce soit en permettant une organisation de l'écoute, ou comme une façon d'être en contact avec ce qui se passe dans le moment présent. Il est également question de temps dans la réflexivité, dans cette idée de « repasser le film » qui implique de se questionner sur ce qui vient de se produire dans le jeu. Le rythme est également nommé alors qu'il est question de parfois ralentir pour bien s'écouter, ou à d'autres moments de carrément s'arrêter pour sortir d'un automatisme. L'espace module aussi l'écoute et la présence. Pour ce qui est du travail personnel, on peut sentir aussi qu'il y a des espaces personnels qui se distinguent des espaces relationnels. Par exemple, c'est dans son bain qu'elle se permet d'atteindre une détente nécessaire à prendre soin d'elle. Elle nomme également ne pas être capable de travailler son écoute dans sa cuisine, car trop d'éléments de sa vie attirent son attention. Elle nomme aussi le besoin d'avoir des espaces sécuritaires pour travailler la vulnérabilité.

Enfin, l'objectif de l'actrice sur lequel elle revient souvent est de permettre de « créer la réalité de jeu », c'est-à-dire un monde commun dans lequel évoluent tous les partenaires. Conséquemment, même si l'emphase de la participante a davantage été mise sur le travail individuel, la rencontre sensible sur scène amène inévitablement une co-construction de sens dans laquelle les sensibilités se touchent pour donner lieu à une représentation commune. Il y a un niveau individuel de réalité qui implique une responsabilité personnelle, puis un niveau relationnel qui implique le jeu avec les partenaires, et les deux semblent se nourrir mutuellement.

En définitive, la sensibilité dans le jeu de la rencontre semble être vécue par la participante comme quelque chose d'ancré dans le corps, dans l'écoute, dans la présence, dans un travail individuel sur sa réalité et dans l'abandon à la vulnérabilité, tout cela teinté de plaisir. Ou pour revenir à l'ultime métaphore qui résume toute l'entrevue pour elle :

Faire l'amour. Câline hey tu t'imagines ! On finit là-dessus. Ah non, je te jure, celle-là je l'amène... l'amène dans ma boîte à outils là. Ne serait-ce que la chose suivante ? Peut-être que je vais être dans un moment de panique sur une scène, pis ça va me revenir, pis je vais dire, "ben non, fait l'amour". (rire). C'est toute. C'est juste ça. *That's it.*

## CHAPITRE IX

### DEUXIÈME ANALYSE – COLOMBINE

#### 9.1 PRÉSENTATION DE LA PARTICIPANTE

Nous poursuivons notre processus d'analyse avec le verbatim de celle que nous nommerons Colombine, pour son amour du clown ainsi que pour son expressivité corporelle durant l'entrevue qui nous rappelait l'énergie et la sensibilité comique de la Commedia Dell'arte<sup>35</sup>. Colombine est une femme dans la fin trentaine qui a étudié le théâtre dans un programme universitaire d'art dramatique hors Québec. Elle s'est ensuite spécialisée par des formations continues privées dans l'art clownesque. En outre, elle a également une formation en danse et elle fait partie d'une troupe qui intègre le jeu théâtral, particulièrement le jeu clownesque de type « *slapstick*<sup>36</sup> », à la danse. Elle occupe plusieurs rôles au niveau de la création théâtrale, oscillant entre interprète, metteur en scène et directrice de troupe selon les besoins et la production.

Notre rencontre avec Colombine a été pigmentée d'une expressivité corporelle que nous pouvons qualifier d'énergique. En effet, à plusieurs reprises elle s'est levée pour mimer ce qu'elle essayait de nous communiquer. Par exemple, lorsqu'elle a voulu nous parler des

---

<sup>35</sup> Style de théâtre italien de la Renaissance caractérisée par l'improvisation comique qui utilise des personnages archétypaux, mais surtout qui fait appel à une grande maîtrise de l'expressivité physique dans le jeu, voire même acrobatique.

<sup>36</sup> Expression utilisée par la participante pour exprimer un style de jeu qui lui est propre. Le *Slapstick* est un style de théâtre humoristique qui mise sur une exagération caricaturale et comique de la violence physique.

rituels qu'elle avait intégrés à sa routine avant d'entrer en scène, elle a bondi de sa chaise et les a exécutés devant nous, allant même jusqu'à se coucher sur le dos pour montrer ses exercices de respiration. Autre exemple, lorsqu'elle essayait de nous expliciter comment elle actualisait sa façon d'utiliser son corps pour faire rire, elle le faisait en mimant son personnage maladroit qui essaie de s'accoter sur le bord de la table. En fait, lorsque Colombine répondait à nos questions, elle répondait souvent verbalement par des concepts plus réfléchis et intellectualisés, mais lorsque j'insistais pour l'amener vers les dimensions ressenties de son vécu, elle l'exprimait répondait presque toujours par le geste. Cette observation, bien que riche pour nous qui l'avons vécu et bien qu'informatrice sur le pouvoir d'explicitation du corps dans le jeu relationnel, pose tout de même un défi lorsque vient le temps d'analyser le contenu de l'entrevue. Ainsi, une grande partie de l'expérience vécue s'est perdue, car malgré nos notes personnelles et l'enregistrement audio, nous devons nous référer beaucoup à notre propre mémoire de ce que cette expressivité nous amenait à ressentir. Nous allons tenter de rendre compte par nos propres métaphores issues de notre mémoire affective de cette rencontre, mais en acceptant qu'une partie du sens s'est perdue partiellement.

#### 9.1.1 Contexte de l'entrevue

Les entrevues avec Colombine se sont déroulées chez elle. Nous y avons retrouvé la dimension festive vécue dans d'autres entrevues, mais celle-ci était davantage ancrée dans un plaisir à exprimer et mimer qui était pour nous palpable ; nous nous sentions parfois comme un public qui assistait à une représentation autour des questions que nous lui posions. L'autre particularité de la rencontre est que celle-ci avait un caractère moins intime. Bien que nous nous soyons assurée avec la participante que nous étions dans un espace permettant de préserver l'exigence éthique de confidentialité, nous avons été interrompues à deux reprises par une de ses colocataires. Quand je lui ai offert de prendre une pause, elle a décliné, affirmant qu'elle n'avait pas de secrets pour les personnes qui habitent avec elle. Une fois la première entrevue complétée, elle s'est même fait un plaisir

de montrer les espaces de travail créatif de ses colocataires qui étaient tous et toutes des artistes de différentes disciplines. Nous mentionnons cette atmosphère particulière, car elle nous apparaît être syntone avec un thème que Colombine a bien élaboré : son besoin de sentir qu'elle fait son métier d'artiste à l'intérieur d'une troupe qu'elle voit comme une « famille ». Les enjeux liés à la proximité en dehors de l'espace de jeu ainsi que la transition entre ces relations réelles très intimes avec les partenaires et les relations de jeu qui s'actualisent sur la scène ont beaucoup alimenté son discours. Finalement, il convient de préciser que nous avons réalisé deux entrevues, à une semaine d'intervalle, pour une durée totale de deux heures trente minutes.

## 9.2 ANALYSE DE L'ENTREVUE DE COLOMBINE

Les prochaines sections rendent compte notre analyse des entrevues avec cette participante. À la lecture du matériel, nous avons pu organiser le récit de son expérience à travers ces différents thèmes :

### ➤ **Le théâtre vécu comme un rituel sacré**

- *Présentation du thème ;*
- *Le sacré appelle l'humilité dans le jeu ;*
- *La dimension sacrée du théâtre active l'orgueil qui maintient en état de jeu ;*
- *Conclusion sur le thème.*

### ➤ **L'artiste franchit un seuil entre l'espace relationnel du quotidien et celui du jeu**

- *Présentation du thème ;*
- *La sensibilité relationnelle diffère selon qu'elle s'actualise dans le jeu ou dans le quotidien ;*
- *Le jeu vécu comme une aspiration et un repos mental ;*
- *Entrer dans le monde du jeu donne le droit d'être soi ;*
- *Les rituels permettent de franchir le seuil entre le monde quotidien et celui du jeu ;*
- *Le repositionnement vers le plaisir comme façon de traverser vers le monde du jeu ;*

- *Conclusion sur le thème.*
- **L'histoire de vie et les vulnérabilités influencent le jeu**
- *Présentation du thème ;*
  - *Le jeu reste influencé par le vécu relationnel de l'enfance ;*
  - *Le jeu implique de pouvoir montrer une vulnérabilité qui nous est propre ;*
  - *Le regard extérieur est important pour maintenir le seuil entre l'être quotidien et l'être du jeu ;*
  - *Conclusion sur le thème.*
- **La présence vécue comme une transe**
- *Présentation du thème ;*
  - *Lâcher prise sur le mental et investir le corps actif en l'état de présence ;*
  - *Conclusion sur le thème.*
- **La sensibilité au rythme comme façon d'être en relation avec le monde du jeu**
- *Présentation du thème ;*
  - *La réflexivité sensible au rythme comme façon de se positionner dans la relation intersubjective du jeu ;*
  - *Conclusion sur le thème.*

### 9.2.1 Émergence et ordre des thèmes

Les thèmes ont d'abord émergé grâce à un processus de réduction phénoménologique suivi d'un travail itératif de va-et-vient entre des jets d'écriture et l'analyse. Le thème d'entrée, « le théâtre vu comme un rituel sacré », s'impose par son omniprésence au fil de l'entrevue. En effet, ce thème nous apparaît implicitement comme faisant partie de l'identité professionnelle de la participante au point d'influencer son regard sur tous les autres. Certains thèmes sont organisés de façon plus intuitive, comme la présence. D'autres furent réorganisés après plusieurs réécritures, notamment le plaisir qui faisait originalement partie d'une catégorie distincte, mais qui s'avère avoir plus de sens lorsqu'il est intégré à l'idée du seuil. L'histoire de vie est aussi un thème important lié à celui du seuil, mais il nous apparaît, après plusieurs écritures, comme un thème en soit qui se devait de rester distinct. Le thème

du corps est omniprésent comme sous-thème à tous les autres. Enfin, la création du thème du rythme comme entité distincte a été faite dans l'hésitation, car il semble lié au corps et à une forme d'écoute, mais Colombine en parle suffisamment avec insistance pour que le présenter comme un phénomène essentiel.

### 9.3 LE THÉÂTRE VÉCU COMME UN RITUEL SACRÉ

#### 9.3.1 Présentation du thème

« C'est parce que la scène, c'est un autre lieu. Pour moi c'est un lieu, c'est très mythique, cet espace-là. Il y a quelque chose de très sacré. C'est un espace extrêmement sacré ».

L'idée que le théâtre est « quelque chose de sacré » se retrouve au cœur du discours de Colombine et teinte avec évidence tout son travail relationnel d'actrice. En fait, nous dirions que cela semble faire partie de son identité d'artiste. Nous débutons donc par celui-ci, car il est se manifeste comme l'idée qui ressort le plus dans le verbatim. D'ailleurs, dans l'extrait ci-dessus, nous pouvons sentir, via l'accumulation de superlatifs comme « très » et « extrêmement », que Colombine élève ce sens du religieux dans son rapport à l'art à une position de grande importance. En outre, elle y parle aussi de ce sacré comme d'une spatialité différente de la réalité : « c'est un autre lieu » en est un exemple, mais aussi « la scène c'est sacré, voyons ! ». Il y a donc l'idée d'un espace physique habité par cette attitude particulière, unique à son art, et cela transforme sa sensibilité relationnelle lorsqu'elle joue. Par exemple, elle nous explique, durant les entrevues, le grand respect qu'elle porte pour la salle de répétitions qu'elle présente comme d'un lieu qui doit être protégé.

### 9.3.2 Le caractère sacré du théâtre appelle l'humilité dans le jeu

Nous avons tenté durant les entrevues de comprendre comment Colombine peut vivre ce sens du sacré, mais plutôt que de nous l'exprimer en mots, elle nous l'a beaucoup fait sentir par son expressivité corporelle, notamment sa gestuelle et ses accents toniques. Lorsqu'elle parlait de ce sens du sacré, il y a dans sa voix et dans son corps un ton à la fois solennel et passionné qui nous semble révélateur de sa façon de vivre son rapport à la scène. Nous sentions, par ce qu'elle exprimait hors des mots, que nous étions dans quelque chose qui l'habite profondément et qui provoque un respect presque automatique pour son métier. En fait, nous avons presque l'impression d'avoir une religieuse qui nous racontait avec passion ce moment où elle a eu la révélation de sa foi et tout le parcours qui s'en est suivi. C'est donc par cette expressivité non verbale que ce sens du sacré nous a été le plus communiqué, mais il y a tout de même un extrait qui semble bien résumer la vision qu'a Colombine de ce lien entre le sacré et le jeu au théâtre :

C'est plus qu'une éthique. C'est profondément euh... (temps). C'est un lieu sacré. C'est comme tu *deal*<sup>37</sup> pas sur l'Autel là. L'Autel de Dieu là. Y se passe de quoi. Là, c'est comme si le rapport... on est au service de quelque chose de plus grand que notre individu. C'est sacré. L'art pour moi c'est sacré. La scène c'est sacré. Y'a pas d'affaire à l'ego là. Y'a pas d'affaire à RIEN là.

Outre les images fortes qui renvoient à l'imaginaire religieux, nous pouvons noter dans cet extrait le passage où elle mentionne « y se passe de quoi ». Par celui-ci nous prenons conscience d'un rapport à quelque chose d'invisible, de difficile à nommer, mais qui est bel et bien là pour elle. De plus, cet extrait introduit de façon très claire l'idée que ce rapport au sacré implique une position relationnelle particulière dans le jeu où « l'ego », que nous comprenons comme sa façon de décrire sa personne et son individualité, est mis entre parenthèses afin de pouvoir être placé au service de quelque chose de plus grand : « Y'a pas d'affaire à l'ego là ». Ainsi, ce rapport particulier à l'espace scénique teinte son rapport à

---

<sup>37</sup> Anglicisme pour « négocies ».

l'espace relationnel de la représentation théâtrale, car cette atmosphère mystique invite à s'effacer comme individu pour se placer au service de la réalité du jeu.

L'humilité comme préalable à l'entrée en relation de jeu est une attitude qui semble découler de ce rapport quasi religieux au théâtre qui impose le respect : « ça passe par l'humilité. Reste ouverte ! Soit humble... face à la matière. On travaille l'art. C'est sacré ». Ce respect pour l'œuvre artistique en vient donc à moduler la qualité de l'écoute de l'artiste qui, pour s'améliorer, doit réguler ses résistances liées à ce que Colombine nomme « l'ego ». La signification de ce mot n'a pas été abordée avec la participante, mais dans le contexte de l'entrevue, nous pouvons déduire qu'elle parle de la personne dans ses désirs de mettre de l'avant sa subjectivité personnelle plutôt que de s'effacer pour représenter quelque chose de plus grand que soi. Nous interprétons également cet « ego » comme une fragilité de la confiance en soi, un besoin de se valoriser par manque d'assurance dans le jeu.

### 9.3.3 La dimension sacrée du théâtre active l'orgueil qui maintient en état de jeu

« Chus orgueilleuse aussi, chus une personne... Ben, orgueilleuse... Ben à quelque part, il n'est pas question que je flanche devant mon public. Y'est pas question que je flanche. C'est sacré le rapport au public, c'est une question d'orgueil ».

Le sens du sacré exige de mettre l'ego de côté pour adopter une attitude d'humilité dans l'écoute. Mais voilà qu'elle nous mentionne dans ce dernier extrait que c'est son orgueil découlant de son sens du sacré qui l'empêche de décrocher. Devant cette apparente contradiction, il nous a fallu clarifier avec elle. En fait, elle nous explique que l'humilité demeure surtout nécessaire dans le rapport au travail hors représentation, comme une sorte d'éthique de l'écoute. Lorsque le metteur en scène lui livre des notes, elle doit être capable de recevoir et de s'adapter pour rester au service du jeu. Toutefois, cet « orgueil »

semble plutôt être décrit comme une forme de respect pour le public qui la pousse à rester dans l'état de jeu lorsqu'elle se retrouve en leur présence. C'est d'ailleurs ainsi qu'elle décrit ce lien entre représentation, orgueil et sacré :

Oui. C'est un espèce de sens sacré. C'est un sens profond sacré. Comme je te dis, si tu mets les pieds sur scène, c'est pour te donner. Pis on niaise pas. On... on *fuck* pas avec *l'puck*. Non. Chus très strict par rapport à la scène. Même quand je travaille... Actuellement je travaille avec un interprète, t'as pas le droit de décrocher là, t'as pas le droit. Ça, c'est l'orgueil... parce que c'est sacré justement.

Ce qu'elle appelle « orgueil » est donc une interdiction de décrocher de cette position qu'elle adopte sur scène, une sorte d'injonction faite à cette sacralité qu'elle a intériorisée. Jouer au théâtre la conduit à adopter une façon différente d'être-au-monde dans laquelle elle doit maintenir une éthique où elle demeure au service de la représentation. Sa sensibilité relationnelle se met alors au service du jeu et non l'inverse.

#### 9.3.4 Conclusion sur le thème

La décision de débiter l'analyse du récit de Colombine en racontant son rapport sacré à la scène s'impose assez rapidement. En effet, il nous semble évident que ce sentiment est ce qui oriente le plus la relation qu'entretient cette artiste entre cette idée et sa façon de comprendre les relations de jeu. Nous retenons surtout la notion de mise entre parenthèses du sujet dans le travail théâtral, surtout au niveau des capacités d'écoute, afin de moduler la sensibilité pour qu'elle soit au service de quelque chose qui est plus grand que l'individu. Parallèlement, cela s'accompagne d'un orgueil lié à la dimension sacrée de la scène, vécue comme une interdiction de décrocher de sa posture relationnelle dans le jeu au nom d'une vision sacrée de la relation avec le public.

## 9.4 L'ARTISTE FRANCHIT UN SEUIL ENTRE L'ESPACE RELATIONNEL DU QUOTIDIEN ET CELUI DU JEU

### 9.4.1 Présentation du thème

« C'est pas le réel. Oui. Oui oui. Mais c'est une autre vie. C'est une vie parallèle. C'est une vie sacrée. C'est un rituel ».

La section précédente fait déjà référence à l'idée que la scène et la salle de répétitions sont pour la participante des espaces sacrés qui imposent une posture particulière au niveau du jeu et de la sensibilité. Par contre, nous retenons aussi de nos rencontres avec Colombine qu'il y a une atmosphère particulière en lien avec les espaces de jeu qui se démarque de celle que Colombine retrouve dans son quotidien : « c'est une vie parallèle », dit-elle dans l'extrait cité plus haut. Par conséquent, cette démarcation entre les deux mondes laisse croire qu'il peut y avoir une sorte de passage entre ces atmosphères, celle du réel et celle du jeu théâtral.

### 9.4.2 La sensibilité relationnelle diffère selon qu'elle s'actualise en jeu ou dans le quotidien

L'entrevue de Colombine débute lorsque nous lui demandons comment elle entre en relation avec ses partenaires de jeu en ayant à l'esprit l'idée de comprendre comment cela s'actualise sur scène. Or, elle profite de cette occasion pour parler de ses dynamiques relationnelles difficiles avec les membres de sa troupe de théâtre en dehors de l'espace de jeu. Au début, cette association entre la question et sa réponse nous paraît peu pertinente,

mais à force de relire le verbatim de l'entrevue, il devient possible de réaliser que cet extrait parle de deux façons d'être au monde selon qu'elle est sur scène ou dans l'espace du réel.

Pour Colombine, les relations qui se déroulent en dehors du jeu semblent se vivre avec une certaine intensité. Pour comprendre cette affirmation, il faut préciser qu'elle fait partie de la même formation artistique depuis environ dix années, ce qui pour elle amène une « logique de troupe » qui entraîne « un côté cellule familiale avec ses plis, ses dynamiques ». Pour la participante, un interprète qui entre dans la troupe intègre une dynamique relationnelle proche de celle d'une famille. Or, Colombine nous a expliqué en détail comment certaines dynamiques conflictuelles et plusieurs tensions entre les membres pouvaient être difficiles à porter pour elle. Elle se voit comme un « pont » ou encore un « lubrifiant » entre ces personnes. Elle précise d'ailleurs que cette tendance qui la caractérise viendrait de sa propre dynamique familiale d'enfance et d'adolescence alors qu'elle aurait développé le réflexe de se mettre sur les épaules le poids de la responsabilité de gérer les conflits familiaux. Ainsi, le fait d'avoir dans son histoire de vie intériorisée cette tendance la rendrait très sensible aux tensions entre les membres de la troupe en dehors de l'espace du jeu, que ce soit durant les répétitions ou au souper où elle affirme vivre beaucoup d'anxiété liée aux relations entre les membres de la troupe : « *estie* que je suis pas capable de me reposer mentalement. Je sens vraiment beaucoup les tensions pis j'ai peur que ça pète ». Ici, nous pouvons rappeler le contexte d'entrevue où nous avons ressenti un malaise face à un certain flou dans le cadre de l'entrevue que nous tentions de maintenir confidentielle alors qu'une de ses colocataires est entrée à deux reprises. Cette atmosphère de colocation d'artistes dans laquelle elle nous recevait avait une résonance avec cette intimité de troupe qu'elle décrivait. Dès lors, nous avons compris qu'elle nous parlait d'une attitude dans le monde réel qui semble se distinguer du monde du jeu et qui, comme le démontre la prochaine section, se transforme au contact de l'espace « sacré » du théâtre.

En fait, de nouveau, c'est une métaphore religieuse qui nous vient à l'esprit pour exprimer l'essentiel de notre compréhension du discours de Colombine à ce sujet. En relisant son entrevue, nous songeons spontanément à cette idée que l'Église est un espace de rituel, mais aussi de refuge où il est de tradition de ne pas actualiser les conflits qui se vivent en dehors des murs de ce lieu sacré et de marquer cela par une série de gestes rituels lorsque le seuil du lieu sacré est franchi. L'espace de jeu devient ainsi un espace sécuritaire où la sensibilité relationnelle peut s'exprimer plus librement. La métaphore que nous venons d'utiliser ne vient pas de Colombine elle-même, mais c'est l'image qui nous est apparue à force de relire le verbatim pour comprendre la façon dont la participante semble vivre le passage entre les deux espaces.

#### 9.4.3 Le jeu vécu comme une aspiration et un repos mental

« J'm'en va dans un personnage. Je sors de ma vie, ça va être reposant. Je m'en va faire mon personnage, c'est de l'humour physique et je m'en vas ailleurs... C'est comme une fuite. C'est comme un repos mental là ».

Dans cet extrait, Colombine nous explique ce passage du réel vers le jeu comme une « fuite ». Lorsqu'elle entre sur scène, elle change sa position relationnelle devenant : « T'es ailleurs là. T'es une autre personne là. C'est pu du tout la même chose ». Elle ne voit plus les autres comme sujets du quotidien, mais comme des « personnages ». Lorsque le seuil est franchi, les conflits du réel laissent alors leur place aux conflits dramatiques qu'impose la scène. Par ailleurs, sur la scène, elle nous a dit se sentir « aspirée par l'autre » alors qu'au quotidien elle ressent le besoin de prendre une distance de ses partenaires. Cette idée de quelque chose qui l'aspire dans le jeu a par la suite été mise en parallèle de nouveau avec le fait que la scène est un lieu sacré. Nous notons aussi que cette histoire personnelle qui fait

qu'elle tend à vivre les conflits de sa troupe d'une façon ne paraît pas interférer dans son jeu.

Colombine nous raconte une anecdote qui est susceptible d'éclairer cette façon qu'elle a de vivre la transition entre le réel et le jeu. Dans cet extrait, elle évoque un moment où elle devait entrer sur scène pour une pièce. Elle y explique qu'elle n'était pas à ce moment tout à fait dans son état normal puisqu'elle venait alors de vivre une rupture amoureuse. Un collègue lui aurait alors dit qu'elle devait mettre de côté ce sentiment pour se concentrer pleinement sur les relations entre les personnages. Elle nous révèle avoir soudainement changé de posture en illustrant cette transformation durant l'entrevue par un claquement de mains. C'est ainsi qu'elle dit avoir pris conscience que le jeu lui permet de « souffler », donc de prendre une pause de ce que la séparation lui faisait vivre. En fait, elle explique sa transformation dans ces mots :

Tsé c'est comme avant j'étais de même (bruit d'étouffement en mimant la noyade) "aaaaarh". Pis là Ok, Colombine là (claque des mains), OUT... de ta tête tsé. Là tu rentres ! *fa-que* là j'ai dû rentrer dans le moment présent, complet, sortir de ma tête parce que la scène c'est ça. La scène pour moi, c'est une transe dans le moment présent. Y'a pas d'espace à réflexion dans le jeu. C'est vraiment... C'est ça qui est sacré. C'est une transe présente.

Dans cet extrait, elle nous dit que le jeu l'amène à « sortir de sa tête » pour « rentrer dans le moment présent ». Derrière l'idée de la « transe », nous voyons de nouveau apparaître l'idée du sacré, comme si le lieu même qu'est la scène avait une force mystique qui l'amène par défaut à mettre entre parenthèses les tensions et préoccupations issues de ses relations réelles. Elle nomme également un changement d'attitude par le fait que ses problèmes lui sont apparus « beaucoup moins dramatiques » après avoir joué sa scène. Passer ce seuil du réel au jeu semble donc exiger d'entrer pleinement « dans le moment présent » en contact avec ce sens du sacré qui caractérise l'espace de jeu. Nous retenons l'idée d'un niveau différent de celui « de la tête » où la comédienne s'investit plutôt dans l'action dramatique et dans le lien avec l'autre.

Enfin, pour la participante, ce passage d'un seuil entre le réel et le jeu et le changement de position relationnelle qui l'accompagne semble se faire aussi par va-et-vient :

Fait que tsé, t'as toutes sortes de présences dans ton équipe... ton histoire personnelle aussi qui influe beaucoup, euh... Mais quand on joue, oups, c'est un autre lieu. Je veux dire ok mettons, ok on pratique cette scène-là, gnagnagna gna... là y'a du *fun*. Mais entre on arrête. Oh là. Là oh. La dynamique interpersonnelle apparaît. Ça peut être genre 30 secondes dans ta tête. T'écoutes le metteur en scène, non vous avez pas fait ça... Dans ta tête intérieure. Pis là Ah, tu reviens dans le jeu, c'est comme (elle clique des doigts).

De plus, pendant qu'elle fait ce récit, elle mime parallèlement devant nous la lourdeur du monde réel par des épaules courbées et la posture du jeu en imitant la légèreté. Par conséquent, nous comprenons par ce mime qu'il y a un état de corps particulier lié à ce passage entre deux espaces.

#### 9.4.4 Entrer dans le monde du jeu donne le droit d'être soi

Un autre sous-thème qui est abordé abondamment par Colombine vient renforcer cette idée qu'elle vit le jeu comme un passage entre deux mondes, celui du théâtre et celui du quotidien. Par exemple, elle nous explique qu'elle peut « prendre toute la place » dans le jeu, ce qu'elle ne se permet pas de prendre dans ses relations de tous les jours :

Là c'est justifié que je veuille avoir ton attention. C'est justifié que j'aie des émotions ben trop grandes que nature. C'qui faut que je rétracte dans la vie quotidienne, parce que socialement ça va déranger, ou je vais avoir l'air d'une *criss* de folle, ou y vont dire "t'es ben trop intense". Là ça pas sa place. C'est ce que je pense, je devrais pas penser ça, disons. Mais la gêne, je suis gênée de mon intensité dans ma vie quotidienne. Alors j'ai un complexe. Mais là quand chus sur scène, j'aime le clown pour ça. On veut aller chercher ça de moi. Faque là je peux être moi-même, c'est comme si je peux être moi-même dans mon intensité.

Cet extrait témoigne du fait que Colombine se sentirait plus authentique lorsqu'elle entre dans le monde du jeu. À la lecture de ce passage, nous découvrons que les jugements et les biais qui la retiennent au quotidien semblent disparaître une fois rendue dans les relations de jeu, car elle perçoit que c'est cela qu'on attend d'elle et qui fonctionne. Pour elle, le théâtre facilite l'expression de quelque chose d'authentique : « c'est un lieu où je peux être moi-même étrangement ». Elle nomme donc un paradoxe, qu'elle ressent comme quelque chose d'étrange, qui touche au fait de se sentir plus elle-même sur scène que dans le reste de son existence. Effectivement, nous comprenons cela de manière paradoxale, car l'intuition nous indiquerait plutôt de voir « le réel » comme l'espace de l'authenticité alors, qu'au contraire, Colombine nous dit que c'est dans le jeu qu'elle peut être véritablement elle-même. Par conséquent, elle nous parle de son identité telle qu'elle est vécue dans le monde du jeu, c'est-à-dire moins inhibée. Somme toute, le passage vers le monde extraquotidien du théâtre lève des interdits qu'elle s'impose dans la vie de tous les jours, lui permettant une expression plus authentique.

#### 9.4.5 Les rituels permettent de sortir du monde quotidien pour entrer dans celui du jeu

Jusqu'ici, il apparaît de façon plutôt claire que pour Colombine entrer dans le jeu implique le passage entre deux mondes, celui du réel et celui de la scène. Colombine nous décrit une sorte de force d'attraction qui l'aiderait à mettre en œuvre la traversée, un changement dans son état de corps, mais elle nomme aussi plusieurs rituels qui faciliteraient ce processus.

Le premier rituel est l'idée d'une « coupure totale au niveau des relations » explicitées de cette manière : « En général, c'est sûr qu'avant d'entrer en scène, moi je ne peux pas coexister avec les autres, alors je m'en vais dans mon coin ». La participante a donc besoin

d'un moment d'isolement où elle se met à l'écart des autres membres de la troupe afin de paradoxalement pouvoir mieux entrer en relation avec ceux-ci à l'intérieur de l'espace de jeu. Elle ajoute que cette coupure l'aide à se « remplir d'énergie ». En outre, elle explique également que c'est un moment « d'immobilité » qui lui permet de faire ce plein. Nous en déduisons donc l'idée d'un moment d'arrêt qui permet d'entrer en contact avec soi, d'aller chercher une densité intérieure, afin de retourner dans la relation autrement, avec une intériorité enrichie.

Une fois ce moment établi, le reste des rituels de passage semblent beaucoup tourner autour d'une transformation du corps :

Là, je réchauffe le corps de mon personnage au niveau de sa gestuelle. Je refais toute sa gestuelle. (...). Je refais ma gestuelle (elle se lève et mime sa routine). Je *jam* avec mes notes qui sont corporelles. (...). Je vais aller chercher mon beat, dans quel *beat* y marche mon personnage (mimant sa recherche devant moi) ? Y fait quoi ? Toujours ça ? Ah ok ! Où est-ce que mon torse est ? Travailler le poids.

Ce passage de l'entrevue renforce ainsi l'importance du corps comme médium de passage du monde relationnel réel vers le monde plus sensible et plus incarné du jeu. Ce processus de réchauffement par le corps qui lui permet de passer de la vie quotidienne vers l'espace de la scène, elle appelle ça « allumer la joie ». Invitée à préciser davantage, sa réponse fut : « oui ! Allumer les yeux. Allumer la présence ». En fait, en réchauffant le corps, elle dit qu'elle « allume » les émotions qui activent ensuite son regard et sa présence. Elle donne l'exemple, tout en le mimant devant nous, de simplement lever les sourcils : « ah ! J'ai une sensation moi là » nous a-t-elle dit en jouant l'étonnement. Ainsi, elle change de posture relationnelle en réchauffant son corps vécu. Ici, réchauffer le corps semble signifier à la fois activer les perceptions et de devenir plus présente à son expérience corporelle. Le changement de monde du quotidien vers le jeu se vit donc à partir de la corporéité de l'artiste.

#### 9.4.6 Le repositionnement vers le plaisir comme façon de traverser vers le monde du jeu

« L'essentiel, c'est le plaisir. (...). Pour moi le focus au niveau de la performance n'est pas le bon focus. C'est le plaisir le focus ».

Nous venons de faire référence à un rituel qu'elle nomme « allumer la joie ». Cette citation introduit un autre sous-thème qui semble fortement lié à l'idée du passage entre deux mondes : celui du plaisir comme actualisation d'un changement de posture relationnelle. En effet, si pour cette participante les relations du quotidien paraissent synonymes d'une certaine souffrance, il lui semble important que celles du jeu s'ancrent dans un repositionnement que Colombine a présenté comme un « focus vers le plaisir ». Cette idée, elle l'a bien illustrée par une anecdote qui relate l'un de ses premiers contrats professionnels. Dans cet extrait, elle racontait comment la peur de la performance provoquait chez elle une énorme souffrance :

Là, je me suis retrouvée avec des comédiens professionnels super talentueux, j'avais pas d'estime de moi, et c'était l'horreur. Je me cachais dans les toilettes pour pleurer. Au dîner. Je voulais dont pas qu'on me parle parce que la gorge était tellement serrée, que ça allait pouh !

Pendant qu'elle raconte cette anecdote, elle mime une marche du désespoir afin de bien souligner sa souffrance, ajoutant qu'il lui était impossible dans cet état d'entrer en relation avec ses partenaires de jeu de façon présente. Puis, un déclic se serait produit : « j'ai dit là Colombine, ça marche pas. Si c'est ça le théâtre pour toi, souffrir, là y'a quelque chose qui faut qui change, parce que c'est une relation douloureuse. Ça fait pas de sens. N'attends plus le regard des autres ». Et c'est à ce moment qu'elle dit avoir pris conscience de l'importance de mettre le focus sur le plaisir qui s'oppose à une volonté de performer devant l'autre.

En outre, il semblerait que la mise en œuvre de ce focus s'obtient en partie par un effort de volonté : « ... c'est qu'avant de rentrer sur scène, j'me... j'me dis toujours ça. Ce n'est pas dans

la performance. Jamais ! C'est pour moi une erreur de focus ! Ça peut tuer quelque chose de vivant et de pur. Le focus est d'enlever le drame de la performance ». Par conséquent, ce discours intérieur s'ajoute aux rituels qui marquent son passage vers le monde du jeu théâtral. Elle précise également que ceci s'applique autant à la comédie qu'au drame. Ce repositionnement peut donc se faire même lorsqu'il s'agit de contacter des émotions plus difficiles. Celui-ci paraît prendre forme dans une sorte d'appréciation profonde de l'état de jeu qui se détache des préoccupations de performer pour l'autre.

Dans un autre extrait, Colombine revient sur l'état de plaisir, mais cette fois alors qu'il est question d'épuisement et de capacité de trouver l'énergie pour jouer dans plusieurs représentations. Ce focus s'avère alors aussi important lorsque la fatigue prend le dessus. Par exemple, elle raconte qu'en faisant du théâtre pour les enfants, il lui arrive de performer plus d'une fois par jour dans les écoles. C'est ici qu'elle décrit le repositionnement vers le plaisir comme une intention qu'elle doit réactiver en elle comme source de motivation, mais aussi comme un carburant qui fait contrepoids à la fatigue : « ok, chus fatiguée, fait que deuxième spectacle, faut que t'aïlles trouver un moyen de te connecter à ton plaisir pour que ça devienne moins épuisant, moins lourd, moins stressant. Le plaisir enlève beaucoup de stress ». D'autant plus qu'elle ajoute que c'est dans la fatigue que ses craintes liées à la performance refont le plus surface.

La comédienne rappelle aussi que les préoccupations liées à la performance sont toujours en danger de refaire surface. Par exemple, elle a raconté qu'en ce moment elle essaie d'intégrer dans un spectacle de la claquette, une forme de danse qu'elle ne maîtrise pas, et le simple fait de se retrouver à devoir maîtriser une nouvelle technique la ramène dans sa peur de la performance et, par conséquent, l'éloigne du plaisir du jeu. Nous pouvons comprendre ici que le plaisir est surtout en danger de se perdre lorsqu'elle est déstabilisée par la nouveauté non maîtrisée. Dès lors, elle a précisé l'importance de toujours se ramener vers l'état de plaisir

dans ces moments : « Colombine, n'oublie pas ton plaisir ». En fait, elle nous a parlé de quelque chose de déstabilisant qui l'amène à rechercher une zone optimale de confort et de plaisir. Cela nous fait également penser à l'idée d'une sécurité qui serait nécessaire pour que le jeu soit bien vécu.

Enfin, jusqu'ici l'état de plaisir semble s'atteindre pour la participante via un discours intérieur et le focus se réaliserait de façon volontaire, comme une espèce de recadrage cognitif qu'elle se ferait pour elle-même. Toutefois, en questionnant davantage Colombine sur ce qu'elle vit durant cet état de plaisir, il devient possible de nous rendre compte qu'il y a aussi quelque chose de l'ordre d'un contact avec l'état de présence et avec le corps. D'une part, le plaisir et l'état de présence sont intimement liés : « oui ! Ben oui ! Parce que quand on est présent, c'est ce que... c'est ça qui amène le plaisir. Si t'as tout... si t'es pas là, t'es pas en train de savourer le moment... là ». D'autre part, « le corps nourrit le plaisir, c'est un plaisir orgasmique ». Finalement, le dernier ancrage vers le plaisir serait la relation elle-même : « connecte-toi au plaisir de la relation ! ». Ceci fait écho aussi à cet exercice nommé plus tôt où le simple fait de jouer avec son sourcil allumait des sensations agréables, comme si celui-ci s'atteignait par le contact sensible avec le geste.

Le repositionnement et le focus vers le plaisir se vivent donc au-delà d'une simple restructuration de l'esprit. Colombine parle plutôt de la recherche « d'un état de plaisir méditatif ». L'image de la méditation nous renvoie de nouveau au rapport spirituel qu'elle entretient avec son art, ce qu'elle a renforcé un peu plus loin : « trouve... trouve ton retour aux sources... sacrées. C'est ça le plaisir ! ». La dimension de la méditation laisse donc croire que ce recadrage nécessite une capacité de reconnecter de façon sensible avec l'expérience du sacré, ce qui lui sert d'ancrage et de motivation au maintien de sa présence dans le jeu.

#### 9.4.7 Conclusion sur le thème du passage

Le monde réel est pour Colombine un lieu de tensions relationnelles où se rejouent des enjeux issus de son histoire de vie, ainsi qu'un espace de retenue où elle ne se permet pas une expression pleine. Le monde du jeu est pour sa part un lieu où les relations l'aspirent, où elle peut se reposer, mais aussi fuir. C'est un espace sacré qui nécessite un changement de position relationnelle, mais aussi un cadre qui permet de jouer pleinement. Au théâtre, elle semble être davantage dans un contact moins inhibé avec son identité affective. Le simple fait de passer le seuil d'un espace vers l'autre semble entraîner ce changement de position, mais celui-ci est tout de même facilité par des rituels qui impliquent une coupure des relations réelles et activé par le corps. Le focus et le repositionnement vers le plaisir lui servent de repère sensible pour bien s'orienter durant ce passage. Le simple contact sensible avec ses gestes est par ailleurs suffisant pour déjà « allumer » ce plaisir.

## 9.5 L'HISTOIRE DE VIE ET LES VULNÉRABILITÉS INFLUENCENT LE JEU

### 9.5.1 Présentation du thème

Jusqu'ici, le discours de Colombine peut donner l'impression qu'au moment où elle passe le seuil entre les relations réelles et les relations de jeu, que tout ce qui est lié à son univers personnel se retrouve mis entre parenthèses pour laisser place au personnage. Toutefois, en lisant attentivement le verbatim de l'entrevue, on se rend rapidement compte qu'il faut apporter des nuances à cette idée qu'une fois le seuil franchi, le monde du réel n'existe plus. En fait, dans plusieurs sections plutôt touchantes, avec une grande générosité et beaucoup de réflexivité, Colombine parle de comment son histoire personnelle influence son jeu et de l'importance de se laisser être vulnérable sur scène même si cela active des enjeux personnels pour réussir à toucher le public. Entrer dans le monde du jeu, même si cela amène un « *break mental* » et un plaisir ne signifierait donc pas pour autant que Colombine, la personne derrière le personnage, disparaît complètement.

### 9.5.2 Le jeu reste influencé par le vécu relationnel de l'enfance

J'aimais ça faire rire... Quand tu fais rire tes parents, c'est une forme d'attention, d'amour, de regard, d'obtenir le regard positif et amoureux d'une mère, tsé, euh... (temps). Y'a un focus qui est sur moi, prendre le focus par ça était euh... Peut-être un des seuls endroits où... où je sentais ma mère en glorification de moi-même (rire)... On va dire ça. Beaucoup d'élans admirateurs tsé. Un esti de bon public tsé. Chus comme son héroïne.

Dans l'extrait qui précède, Colombine nous parle avec beaucoup d'introspection de comment son rapport à la comédie et au clown a pris naissance dans son lien d'attachement à sa mère.

Elle y révèle que l'atmosphère familiale était souvent lourde et que la dynamique faisait en sorte que, comme enfant, elle se sentait souvent très écrasée par celle-ci. Au travers de cette dynamique, elle croit qu'elle n'avait pas toujours l'attention de la part de sa mère qu'une enfant de son âge aurait pu souhaiter avoir. Mais un jour, elle affirme avoir découvert que sa mère la trouvait drôle et que, lorsqu'elle faisait sa petite clown, tout d'un coup elle recevait cette attention tant désirée de la mère au point de devenir son « héroïne ». Mais quel lien pouvons-nous faire entre cette constatation et le jeu ? En fait, nous comprenons qu'elle puise dans cette histoire pour nourrir son jeu. En effet, elle dit transférer cette recherche d'attention dans ses personnages : « disons que là, les carences affectives et les besoins d'attention ont toute leur place, sans jugement. Les clowns ont besoin de beaucoup d'amour et d'attention ». Le mécanisme d'adaptation relationnel issu de son histoire est ainsi transformé pour être mis au service du théâtre.

Dans un deuxième temps, après avoir parlé de l'influence du rapport à sa mère sur son jeu relationnel au théâtre, Colombine évoque le même phénomène, mais cette fois en lien avec son père et surtout en lien avec les dimensions corporelles de ce rapport entre son histoire familiale et le jeu. Plus spécifiquement, Colombine dévoile avoir vécu un rapport au toucher durant son enfance et son adolescence qu'elle nomme comme étant « inadéquat et incestueux ». Elle explique ensuite comment son rapport au toucher et au corps reste teinté de cette expérience, incluant dans son jeu théâtral. Elle dit avoir développé un côté « très dur » et « peu bienveillant » envers son corps qu'elle affirme avoir récupéré dans sa façon de jouer :

Y'en a qui doivent l'apprendre (le jeu physique). Ils arrivaient... Ben par exemple faire une scène. Tu te places à tant de distance, tu mets ta main... Ok. Travailles là. Ok. Tu tombes. Moi j'arrivais étonnamment, je savais que mon corps allait réceptionner. J'arrive, *slack, tack, pouf!* Pis j'ai pas peur (claque des doigts). Je connais la violence physique on dirait. Y'es capable naturellement de se protéger, j'ai pas besoin d'y penser, il va absorber le choc.

Nous précisons ici qu'elle a mimé les deux états et nous sentions dans son jeu la différence entre l'effort mental qu'elle perçoit chez les autres pour arriver à jouer des scènes dures physiquement par rapport à son sentiment que cela lui est facile. Elle ajoute toutefois par la suite avoir pris conscience qu'elle devait faire un plus grand effort pour apprendre à utiliser son corps avec plus de douceur dans son jeu, ce qui l'aurait grandement confrontée. Conséquemment, nous pouvons imaginer que cela parle d'une réflexivité qui lui est nécessaire pour développer une flexibilité dans l'utilisation relationnelle du corps.

Tous ces exemples renforcent l'idée que l'être dans le jeu, tout comme l'être dans le réel, entre en relation avec autrui par l'intermédiaire d'une histoire de vie unique à chaque personne, incluant un corps vécu, lui-même imprégné d'une mémoire des relations. En fait, nous croyons que la description que fait Colombine de son expérience révèle la mémoire comme corps en relation. Dans sa façon de comprendre le jeu, il n'y a pas de dualité entre le souvenir et le corps vécu. Parfois ce vécu relationnel et corporel peut devenir une force, mais parfois Colombine doit aussi connaître les limites qu'impose ce vécu à d'autres possibles formes d'expressions. Il est également intéressant de nommer que la participante mentionne avoir élaboré plus concrètement plusieurs de ces liens entre son histoire de vie et son jeu dans une psychothérapie. Ainsi, il semblerait qu'un processus réflexif, ici accompagné par un tiers thérapeute, a aidé la participante à mieux cerner la personne qu'elle est dans le jeu et à prendre conscience de ses forces et de ses limites. Dès lors, si le vécu intersubjectif historique, psychique et corporel, influence le jeu, le fait d'être accompagné dans un processus introspectif à ce sujet s'avère important.

### 9.5.3 Le jeu implique de pouvoir montrer une vulnérabilité qui nous est propre

Colombine a raconté jusqu'ici que, pour être pleinement présente, il lui faut pouvoir mettre de côté les doutes et les jugements intérieurs. Cette façon de parler du jeu pourrait nous amener à croire que, pour jouer, il faut parvenir à mettre entre parenthèses certaines vulnérabilités. Toutefois, elle nous informe parallèlement que pour être authentique et toucher le public, l'artiste doit être en mesure de se laisser être vulnérable dans son jeu : « Ben oui. Faut que tu t'ouvres complètement affectivement avant... faut que tu laisses... que tu te laisses voir ». Ainsi, s'il était de mise de nuancer la position voulant que franchir le seuil vers le jeu exige de mettre de côté sa posture relationnelle du quotidien, il faut aussi nuancer l'idée que la personne doit taire sa vulnérabilité.

En fait, elle nous explique que le travail n'est pas d'écraser la vulnérabilité, mais le « travail, c'est de jouer avec cette insécurité, de laisser voir aux autres. Faut que tu le partages. Un clown, c'est vulnérable ». Sans cela, elle nous dit que ni le public ni les partenaires ne pourront être touchés. Ainsi, il s'agirait ici d'une vulnérabilité au service du jeu qui a été réfléchie et qui demeure ancrée dans le plaisir. En outre, la scène aurait un effet protecteur lui permettant d'exprimer davantage celle-ci : « Sur scène, c'est *l'fun*, j'ai pas besoin de me protéger. Dans la vie faut que je me protège. Dans mes dynamiques, faut que je protège tout cet état de vulnérabilité, tandis que là, on veut y avoir accès ». Donc le contexte du jeu, la convention liée à cet espace extraquotidien qui pour elle s'inscrit dans une forme de sens du sacré, lui permet d'exprimer avec plus de liberté la vulnérabilité nécessaire à une pleine expressivité sensible. La dimension de l'investissement de la spatialité par son imaginaire prend ici tout son sens. Dans ce contexte, nous revenons à l'idée que toucher l'autre requiert la création d'un espace sécuritaire qui facilite l'expression la partie vulnérable de la comédienne qui joue.

#### 9.5.4 L'importance du regard extérieur pour maintenir le seuil entre l'être quotidien et l'être dans le jeu

L'espace du quotidien et celui du jeu sont présentés par Colombine comme deux façons sensibles distinctes d'être en relation. Toutefois, nous venons de le voir, il ne s'agit pas pour elle de frontières étanches, et l'être du quotidien, avec son histoire de vie, existe dans le monde du jeu théâtral malgré le seuil qui sépare les deux mondes. Les rituels aident à marquer cette transition, mais l'entrevue de Colombine met aussi en évidence l'importance qu'elle accorde à la réflexivité qui se construit bien souvent par le regard d'une personne tiers. Parmi les exemples, on retrouve un moment où elle nomme avoir pris conscience que son regard se voilait lorsqu'elle n'était pas présente dans le jeu grâce au reflet d'un professeur. De nombreuses anecdotes impliquant des enseignants, mais aussi des metteurs en scène ou des collègues viennent renforcer cette idée que le regard de l'autre lui a été nécessaire. Elle nomme même sa psychothérapie personnelle comme élément lui ayant permis de mieux comprendre l'implication de son histoire personnelle dans son jeu. En outre, elle précise qu'elle en vient à éventuellement réussir à intégrer ces tiers observateurs et à développer sa propre réflexivité dans l'action intersubjective : « oups ! là je me rappelle ce que la répétitrice a dit. C'est Colombine qui joue là, pas le personnage » démontre comment ces reflets finissent par s'intégrer pour permettre une distance suffisamment critique pour nuancer son jeu.

#### 9.5.5 Conclusion sur le thème

Dans la section précédente, il semble clair que l'histoire de vie de Colombine influence son rapport aux relations dans l'espace de jeu. Autant son histoire d'enfance peut être vécue comme une force lorsqu'il s'agit de puiser dans certains aspects de son expérience, dont le désir de plaire ou le jeu physique plus dur, autant elle doit travailler sur d'autres aspects qui

sont plus difficiles à atteindre. En outre, pour toucher le public et les partenaires, elle explique qu'il faut réussir à dévoiler sa vulnérabilité. Il semble par conséquent y avoir un rapport paradoxal à la vulnérabilité. À la fois nécessité d'un dévoilement et de l'autre nécessité de la connaître pour l'utiliser comme un lever au service du jeu (à la fois expérience d'un appui et d'un laisser voir, laisser être).

## 9.6 LA PRÉSENCE VÉCUE COMME UNE TRANSE

### 9.6.1 Présentation du thème

À quelques reprises durant l'entrevue, Colombine utilise l'expression « transe présente ». Cette description de la présence nous ramène donc de nouveau dans un rapport au jeu théâtral qui semble s'ancrer dans une dimension mystique, celle de la transe :

C'est une transe. C'est une relation complète. Je suis là. Complètement avec la personne, complètement dans cette relation-là. C'est ça pour moi la pureté de... (temps). Pour moi c'est là, toute la générosité, tout l'art relationnel de la performance, elle est toute là, dans cette capacité d'être présent là. Tsé. D'être euh... D'avoir euh... C'est un *break* de ton mental, d'une espèce de surmoi qui apparaît pis t'autojuge. L'idéal c'est d'être vraiment... juste vraiment dans l'émotion, le senti, le corps, le regard de l'autre... qu'il n'y ait pas d'autre... Y'a pas d'espace pour autre chose.

L'idée principale est donc d'être « complètement là » avec l'autre dans la relation. À cela s'ajoutent quelques composantes qui définissent la présence, incluant le « *break* mental » qui met de côté la critique et l'idée de la présence comme don à l'autre. En outre, Colombine nomme aussi que la présence est quelque chose qu'il faut activer pour passer du monde réel vers le monde de la scène, ce qui implique que la présence est aussi vécue comme un état qui actualise le passage du seuil.

### 9.6.2 Lâcher prise sur le mental et investir le corps active l'état de présence

« Non. Il n'y a pas d'espace pour le dialogue mental. Non. Ça c'est quand t'es dans le sacré pis dans la transe, t'arrives à aller là. Pis c'est reposant ».

Pour Colombine, être présente, c'est être suffisamment investie dans le jeu pour faire taire les discours intérieurs. Plus précisément, l'état mental dont il faut s'éloigner semble être composé de jugements, ou du moins de discours intériorisés qu'elle appelle le « surmoi » en faisant référence à la psychanalyse : « la présence scénique, c'est quand t'as pas les autres structures du psychique qui viennent jaser, qui viennent dire criss t'es pas bonne. (...). Si la voix du jugement est là, si tu laisses le pouvoir à l'autre, à cette voix, à toute cet espace psychique là, t'es pas présente ». Par la suite, elle explique par quelques anecdotes que cet état se voit par un « regard voilé ». Ce regard est subtil, de l'ordre d'un « invisible », est présenté comme une absence de vie dans le corps. Le vide que laisse cette absence est alors remplacé par un dialogue mental et des doutes envahissants.

Le corps sensible entre en opposition avec une autre partie d'elle-même, son « mental », lui-même présenté comme une autocritique malveillante. Si le jeu est un repos pour le « mental », c'est parce qu'elle investit pleinement ses sens : « t'es vraiment dans tes sensations. Très présente, le vent, la lumière, y rentrent dans tes yeux ». De plus, elle compare cet état à la méditation : « quand t'es dans ta respiration, ça se recoupe un peu tsé, ceux qui font du Tai-chi là, t'es vraiment dans tes sensations ». Par ailleurs, ce rapport entre la présence et le corps se vit aussi au travers une sensation d'absence d'ancrage dans celui-ci : « t'es pas en équilibre, t'es en haut, pas dans ton corps, t'es pas assis dans ton corps ». La non-présence se traduit également par un « manque de *ground*, de FORCE, t'es pas dans tes bassins, dans tes pieds, dans le sol ». Nous retenons donc l'idée d'un arrimage avec le corps en action pour parvenir à conserver une présence dans le jeu qui évite d'être dispersée. La

« transe présente » semble donc se vivre comme une qualité de contact avec le jeu qui passe par un enracinement du corps dans celui-ci.

### 9.6.3 Conclusion sur le thème de la présence

La présence est un état vécu comme une « transe » et qui s'allume. Celle-ci se caractérise par la confiance et l'abandon d'un discours mental autocritique. À l'opposé, il semble se vivre pour la participante comme un investissement dans une vie corporelle concrète. Le regard « voilé » témoigne d'un manque de présence alors que le regard « allumé » est quant à lui signe de celle-ci.

## 9.7 LA SENSIBILITÉ AU RYTHME COMME FAÇON D'ÊTRE EN RELATION AVEC LE MONDE DU JEU

### 9.7.1 Présentation du thème

Le rythme est un thème qui est aussi abordé durant l'entrevue à plusieurs reprises. Celui-ci est décrit comme étant intimement lié au corps. Le rythme est présenté et vécu par Colombine comme une expérience qui passe d'abord par le corps. Pour elle qui est à la fois formée en danse et en jeu théâtral, le rythme occupe une place quand même importante dans son jeu. En fait, elle élabore son processus de construction de personnage comme étant ancré dans un rythme : « un autre personnage... faut trouver un autre rythme... son *beat* ». Par contre, elle distingue le rythme de la danse de celui du théâtre en expliquant que dans le premier, elle retrouve une musicalité plus « mathématique » alors que dans le jeu théâtral le rythme est présenté comme une musicalité plus « émotive ». Elle dit même s'être demandé s'il était possible de calculer le rythme du jeu de façon mathématique, mais en est venu à la

conclusion qu'en faisant cela, il se perdait une qualité dans l'expressivité du jeu : « je ne pense pas que ça se calcul... ça ferait pas rire autant dans le clown ». Par conséquent, communiquer un état semble impliquer pour Colombine d'être en contact avec une temporalité intérieure plus intuitive.

#### 9.7.2 La réflexivité sensible au rythme comme façon de se positionner dans la relation intersubjective du jeu

La dimension intersubjective du rythme semble se préciser lorsqu'elle parle du danger d'être « trop collée au rythme de l'autre ». Elle raconte une anecdote où elle joue avec un partenaire : « tout d'un coup (claquant des doigts et jouant le rythme devant moi), je commence à bouger vite. Non estie, c'est pas ça moi. C'est lui. Moi si je colle a lui, y'a plus de dynamique. C'est plus intéressant. Il se passe plus rien ». Il semble donc y avoir un risque de confluence des sujets qui se fait à travers l'interpénétration des rythmes. La confluence du rythme pour la participante, c'est la possibilité que deux sujets qui se rencontrent fusionnent leur temporalité respective et lorsque cela survient, la qualité du jeu relationnel en viendrait à disparaître. Et c'est par le corps que cela se produit : « ah je le sais. Parce qu'un moment donné je prends conscience, voyons mes jambes qu'est-ce que je fais là à bouger de même tout le temps ? Pourquoi *j'hyperboug*e là ? Oui, c'est l'observation. Une grande conscience corporelle ». Le rythme du sujet reste donc habité et communiqué par le corps, mais c'est aussi par le corps que le mimétisme du rythme du partenaire se produit.

Afin de préserver la « différenciation des rythmes » nécessaire à l'élaboration d'un jeu de qualité, Colombine explique qu'il faut avoir une connaissance très fine de son propre rythme ainsi qu'un sens de l'observation de soi en action. En fait, « c'est comme si on a chacun une note intime, un rythme corporel, émotif » avec lequel il faut rester en contact pour ne pas se perdre dans la fusion avec le rythme de l'autre. Pour y parvenir, la comédienne parle de la

nécessité d'être toujours consciente de son rythme ce que l'on pourrait traduire comme une sorte de réflexivité du rythme : « y faut connaître très très bien son rythme. Faut en être conscient. Sinon y'a deux notes différentes, pis tu vas perdre la différenciation ». En outre, cette réflexivité passerait par une observation de ce qui se produit dans le corps, en étant « à côté » et en s'observant. Plus précisément, elle explique que c'est comme si elle se voyait aller quand elle prend conscience qu'elle est en train de trop se coller au rythme de l'autre.

Par ailleurs, l'ajustement rythmique est décrit par Colombine comme étant quelque chose de complexe. En effet, le contact des rythmes ne se fait pas pour elle qu'avec les partenaires, mais avec tout un contexte. Elle indique par exemple qu'il faut qu'elle reste consciente « du rythme du personnage versus le rythme de la scène. Tsé dans un chœur par exemple, chacun a son rythme émotif qui doit s'ajuster au rythme du spectacle. Il y a superposition des rythmes, il faut réussir à les agencer sans qu'ils ne s'absorbent complètement ». Et pour y parvenir, « ça prend une conscience profonde du corps et de l'émotion ». C'est comme si elle nous parlait d'une polytemporalité dont il rester conscient pour préserver la subjectivité du sujet.

### 9.7.3 Conclusion sur le thème du rythme

La sensibilité au rythme dans l'ajustement intersubjectif est très importante pour Colombine. Il est l'élément par lequel elle s'ancre comme sujet dans la relation, mais aussi celui par lequel elle réussit à se différencier de l'autre ou du contexte, ce qu'elle accomplit par la réflexivité. Il devient donc possible de comprendre que le sujet se définit notamment par sa partition rythmique qui s'insère dans un ensemble harmonique plus large. Le rythme est lié au corps et à l'émotion. Il ne s'agit pas pour elle de quelque chose de technique qui se calcule, mais de quelque chose d'organique.

## 9.8 CONCLUSION SUR L'ANALYSE DE COLOMBINE

Nous avons vécu nos rencontres avec Colombine comme si nous assistions à la représentation d'une scène de théâtre très physique. L'autre image centrale est celle du sacré. En effet, chez Colombine, le théâtre apparaît comme un lieu de culte et ce qui résume le mieux la position qui englobe l'ensemble de l'analyse, c'est cette phrase : « tsé, tu *deal* pas sur l'autel » faisant ainsi référence à l'image du Christ qui chasse des commerçants d'une église. Les métaphores faisant référence au sacré restent donc nombreuses lorsque je pense au rapport de Colombine au jeu relationnel théâtral.

Ce rapport quasi mystique à l'art teinte tous les autres thèmes élaborés par la participante durant l'entrevue. Par exemple, c'est parce que le théâtre est sacré qu'il semble vécu comme un espace différent. Au travers cette section, il a en effet été question de la transition qui se fait entre une façon d'être au monde au quotidien et celle du jeu théâtral dans lequel elle est aspirée. Cette transition se vit de plusieurs façons, notamment par le corps, mais également par le plaisir ressenti une fois de l'autre côté. Ce même plaisir est vécu comme une force qui aide Colombine à rester connectée à son jeu malgré la fatigue. Toutefois, nous avons vu que même si un seuil est franchi entre le réel et le théâtre, la participante entre dans ce monde tout de même avec une histoire de vie qui l'habite et qui influence sa façon d'entrer en relation. Ce bagage peut être facilitant dans certaines situations, mais peut également devenir un obstacle à l'ajustement dans ses façons de jouer à d'autres moments d'où l'importance d'une réflexivité qui s'actualise notamment au travers des personnes qui lui servent de tiers. Cette histoire influence également sa vulnérabilité qui lui est essentielle pour toucher l'autre et le public. Le thème de la présence a été compris comme un état de lâcher prise sur le mental pour investir le corps sensible. Le rythme pour sa part a été présenté

comme un ajustement entre deux sujets, mais qui nécessite surtout et d'abord une connaissance intime du sien.

En conclusion, l'entrevue de Colombine marque la compréhension du phénomène de l'ajustement sensible dans la relation par plusieurs thèmes, mais ce qui reste des entrevues avec elle, c'est cette impression que les relations sensibles dans le jeu théâtral sont imprégnées par le grand respect et la passion de l'artiste.

## CHAPITRE X

### TROISIÈME ANALYSE – MASHA

#### 10.1 PRÉSENTATION DE LA PARTICIPANTE

Nous avons choisi d'appeler la prochaine participante Masha, car il y avait une qualité de présence chez cette comédienne qui nous rappelait l'atmosphère de drame comique que l'on retrouve dans le théâtre d'Anton Tchekhov. En effet, elle élaborait avec une douceur et un calme qui n'était pas sans rappeler les dimensions subtiles du jeu théâtral réaliste russe, mais en même temps il nous était possible de voir apparaître chez elle une dose bien mesurée d'une expression qui évoquait son amour pour l'art clownesque. Au fil du temps que nous avons passé en sa compagnie, il nous a été possible d'observer ce mélange de gestes évocateurs d'images qui étaient à la fois précis et contenus. Par exemple, à un moment durant l'entrevue, elle cherchait à nous expliquer la notion d'échange entre les partenaires de jeu. Elle a alors déposé un bracelet en bois sur la table en suggérant que ceci représentait la proposition qu'un comédien dirige vers un autre. Immédiatement notre attention s'est portée sur cet objet tellement cette action nous a semblé vivante, voire même envoûtante. Le bracelet venait de prendre vie grâce à ce mouvement subtil et pleinement assumé ce qui eut pour effet de le transformer dans notre imaginaire en une évocation sensible de l'expérience explicitée. Prenant conscience de la force d'évocation de ce théâtre d'objet qui se déroulait sous nos yeux, nous avons questionné Masha sur ce qui avait servi de moteur à ce geste, ce à quoi elle a simplement répondu que c'était sa façon d'être, qu'elle avait ce réflexe de créer des images avec son corps en mouvement. Nous avons donc ressenti chez elle une expressivité qui prenait la forme d'une poésie subtile du geste jusque dans sa façon

de se raconter en entrevue de recherche, et ce autant dans le contenu léger et comique que lorsqu'elle parlait de ses vulnérabilités comme femme artiste.

Au niveau de son parcours, Masha, femme trentenaire, a été formée dans l'une des écoles de théâtre professionnelles du Québec, débutant son parcours à l'intérieur d'une technique collégiale intensive de quatre années. Elle est sortie de sa formation un peu plus de quinze ans avant l'entrevue et en dehors de contrats comme comédienne pour le théâtre, elle vit aussi d'un métier de clown thérapeutique. Ce dernier métier a teinté l'entrevue à certains moments alors qu'elle faisait plus de liens entre l'art théâtral et la relation d'aide. Toutefois, son expérience de jeu dramatique est restée au cœur des élaborations autour des thèmes abordés.

#### 10.1.1 Contexte de l'entrevue

Nous avons réalisé deux entrevues avec Masha pour un total de trois heures d'enregistrement. Celles-ci se sont déroulées dans un local de l'Université du Québec à Montréal. Il s'agissait d'un espace un peu froid, sans fenêtres, éclairé par des néons. Le contact original s'est fait par courriel alors qu'elle a répondu à une chaîne de recrutement de bouche à oreille. Lors de la première rencontre, nous avons échangé avec une distance instaurée par le vouvoiement, mais sans que nous en ayons discuté de façon explicite, elle a transféré au tutoiement lors d'échanges subséquents par courriel ainsi que durant l'entrevue qui a suivi. Il y a donc quelque chose qui a changé dans la proximité de la relation malgré le contexte d'accueil neutre. Nous notons que c'est elle qui nous a relancée pour la deuxième rencontre, car elle souhaitait ajouter des éléments qu'elle avait oubliés en sortant de l'entrevue initiale. Masha nous a également questionnée sur l'objectif de notre projet et démontrait une curiosité pour les liens entre la psychologie et le théâtre. En fait, elle paraissait étonnée que son métier puisse être d'un intérêt pour le monde de la psychologie,

ce que nous comprenons comme une possible intériorisation d'une dévaluation de son métier. Elle nous a aussi posé des questions sur notre parcours se demandant si elle pouvait continuer de vivre du théâtre et si elle pouvait également se réorienter dans une autre discipline, ce qui laisse supposer certaines projections possibles vis-à-vis de notre propre situation.

Cette rencontre était pour nous la quatrième pour la présente recherche alors que nous avons acquis une année d'expérience clinique, et cela se sentait. En effet, nous avons l'impression d'avoir été moins rigide et nous pensons avoir davantage mis en place les éléments d'une entrevue ouverte et peu structurée. Bien qu'il soit pertinent de se demander si cela parle de nous, de notre progression comme intervieweuse, nous pouvons aussi nous demander si cela parle aussi de la participante, de son calme et de son ton posé. Cela pourrait aussi être significatif de sa conception du jeu décrite dans le prochain chapitre qui semble ancrée dans l'idée d'un lâcher-prise sur le contrôle de l'interaction. Ainsi, en lisant l'analyse proposée dans les prochaines pages, il serait probablement pertinent de garder à l'esprit notre propre façon d'entrer en relation avec elle qui pourrait avoir été le fruit de la rencontre intersubjective de nos sensibilités respectives.

Le discours de Masha est donc organisé en débutant par ce thème de l'écoute, mais s'enchaîne par la suite de la façon suivante :

➤ **L'écoute comme préalable essentiel au jeu**

- *Présentation du thème ;*
- *L'écoute comprise comme un accordage sensible entre les sujets qui jouent ;*
- *L'écoute dans le jeu comprise comme un lâcher-prise sur la volonté de contrôler ;*
- *Le tango comme métaphore de l'écoute sensible ;*
- *Conclusion sur le thème.*

- **La présence comme manifestation sensible de l'acteur dans le jeu**
  - *Présentation du thème ;*
  - *La présence comprise comme une générosité et une assurance dans le jeu ;*
  - *L'abandon et la détente du corps comme façon de laisser la présence émerger dans le jeu ;*
  - *L'écoute et la présence comme postures complémentaires dans le jeu ;*
  - *Conclusion sur le thème.*
  
- **La sensibilité au rythme comme façon de moduler la relation dans le jeu**
  - *Présentation du thème ;*
  - *Les silences habités et la primitivité comme qualités du rythme dans le jeu ;*
  - *Conclusion sur le thème.*
  
- **Le jeu exige un abandon**
  - *Présentation du thème ;*
  - *Le lâcher-prise sur la volonté comme façon de vivre le jeu sensible ;*
  - *Le corps du jeu compris comme un corps primaire qui s'oppose à un corps civilisé ;*
  - *L'entrée dans le mouvement comme manière sensible de pénétrer dans le monde du jeu ;*
  - *Conclusion sur le thème.*
  
- **L'entrée dans le jeu exige de passer d'une posture quotidienne à une posture de jeu**
  - *Présentation du thème ;*
  - *L'espace du jeu vécu comme une bulle qui protège l'imaginaire sensible ;*
  - *Le passage dans le monde du jeu s'actualise par un plaisir ressenti.*

## 10.2 ÉMERGENCE ET ORDRE DES THÈMES

Nous faisons le choix de débiter l'analyse par le thème de l'écoute, car Masha l'a désigné explicitement comme la condition préalable la plus importante pour que s'opère le jeu relationnel théâtral : « l'écoute est à la base de l'échange en théâtre ». Par contre ce thème, même si jugé par la participante comme l'essence du jeu relationnel théâtral, n'a donc été abordé qu'en début de deuxième entrevue. En fait, c'est elle qui nous a contactée pour mentionner qu'elle avait oublié de parler de l'écoute, réalisant que cela est au cœur du jeu

sensible au théâtre. Le choix de l'ordre des thèmes qui suivent est venu après un travail itératif de va-et-vient entre l'écriture et l'analyse. Le récit suit une logique où certains thèmes émergent de ceux présentés dans les sections précédentes. La présence suit l'écoute à cause de la proximité des concepts. Autre exemple : le travail sur l'abandon a émergé alors qu'il semblait sortir en filigrane des autres thèmes, tout comme l'idée du passage entre le monde du quotidien et celui du jeu.

### 10.3 L'ÉCOUTE COMME PRÉALABLE ESSENTIEL AU JEU

#### 10.3.1 Présentation du thème

L'écoute est présentée explicitement comme le thème le plus important lié au contact sensible avec l'autre dans le jeu théâtral, mais pourquoi ne pas l'avoir nommé dès la première entrevue ? Plusieurs interprétations peuvent être évoquées, notamment le fait que ce thème n'était pas dans notre grille d'entretien et que peut-être que durant la première rencontre l'alliance n'était pas assez établie pour qu'elle ose nommer des idées que nous ne proposons pas ? Ou est-ce que c'était trop évident pour elle ? Une chose est certaine, elle-même ne semblait pas trop savoir pourquoi elle avait oublié ce thème alors qu'il lui apparaissait si essentiel et qu'à notre avis permet de bien comprendre le reste du discours de la participante.

#### 10.3.2 L'écoute comprise comme un accordage sensible entre les sujets qui jouent

À la base, pour Masha, «écouter... écouter... c'est... c'est entendre. Comprendre. Intellectuellement comprendre. Pis aussi euh... se laisser toucher». Ainsi, pour cette comédienne, l'écoute serait l'intégration d'une dimension cognitive et d'une dimension

sensible liée à la résonance affective. La dimension plus intellectuelle est peu abordée durant l'entrevue alors que la participante se concentre davantage sur l'idée de se laisser toucher par l'autre. Questionnée sur son expérience en lien avec cette dimension sensible de l'écoute, elle répond en disant que cela peut simplement prendre la forme « d'un *vroum* dans la poitrine » en réaction à la proposition de ses partenaires. Nous comprenons alors que l'écoute se présente à l'artiste comme un écho corporel, ce que la participante confirme, affirmant qu'essentiellement, « ce toucher affectif passe par le corps ». En outre, elle explique que lorsqu'un comédien sur scène sent qu'il se perd, que l'angoisse prend le dessus, si la scène le permet, le simple fait de prendre la main de son ou de sa partenaire et de sentir sa présence physique permet de retrouver son ancrage dans l'écoute de l'autre, et au travers ce contact, elle dit sentir toute une charge affective se déposer sur son épiderme. Ce pouvoir du toucher peut expliquer pourquoi elle qualifie le toucher direct de peau à peau comme étant quelque chose de « puissant ». Toutefois, elle ajoute également que le toucher affectif n'implique pas toujours ce contact direct. En effet, elle explique plus tard que tout ce que l'autre nous envoie et qui provoque une sensation dans le corps ou une émotion entre dans cette catégorie de toucher affectif. En fait, elle parle de conscience d'être touchée via son ressenti corporel : « chus comme... ah chus consciente que ça vient de descendre dans ma poitrine, tsé, pis que ça touche ton cœur. C'est un peu quétaïne comme image, mais c'est un peu ça la sensation de ah... ça vient met toucher en dedans ». Nous retrouvons donc l'idée de l'enracinement dans le jeu qui passe par le contact sensible avec ce qui se passe dans celui-ci.

L'effet de cette écoute serait alors de pouvoir « rebondir sur la proposition ». Cette image d'un rebondissement nous apparaît significative dans le sens où il s'agit d'une façon d'entrer dans une relation intersubjective qui est vécue comme une impulsion kinésique. Rebondir semble ici faire référence à un mouvement en réaction à un autre mouvement :

C'est ça qui te donne du ressort, c'est ça qui te nourrit. Si t'écoutes pas ce que les autres disent, ben t'es toute seule à rebondir, tandis que si t'écoutes ce que les autres

disent, t'as une force qui est plus... euh... organique... qui est plus rattachée aux autres aussi. Qui est plus large, plus... euh... englobante.

Ainsi, le mouvement de rebond se fait à deux. Nous soulignons par le fait même la métaphore alimentaire via l'idée d'être « nourrie » par la proposition de l'autre, ce qui évoque l'idée de quelque chose qui entre en nous lorsque l'on est en position d'écoute. Par ailleurs, la participante relate une liste de qualités qui émergent de l'écoute et qui semblent toutes avoir comme idée centrale celle de l'accordage entre les subjectivités. Masha parle d'une dimension organique dans l'écoute des partenaires ce qui évoque chez nous la métaphore de ce corps composé d'innombrables éléments qui fonctionnent ensemble pour permettre des actes réflexes aussi simples que de marcher par exemple.

L'écoute modulerait également plusieurs dimensions qualitatives du jeu. En effet, la participante explique que « c'est en se laissant toucher... qu'on est plus vrai, pis qu'on entre dans un dialogue plus profond, plus sensible ». Ainsi, la position d'écoute permet un mouvement, un rebond, favorise l'organicité tout en amenant une qualité d'authenticité et de profondeur. En outre, l'écoute permettrait d'alimenter une créativité dans la répétition. En effet, au théâtre, les comédiens doivent jouer les mêmes scènes pendant plusieurs soirs, mais selon elle, si « j'écoute vraiment, tsé, ça va être teinté d'un petit quelque chose de différent, d'un geste un peu différent, ou d'une intention... euh... un peu différente... à chaque fois, même si c'est toujours la même réplique ». Dès lors, il devient possible de voir l'écoute comme ce qui permet l'émergence de variances subtiles au-delà du contenu répété.

### 10.3.3 L'écoute dans le jeu comprise comme un lâcher-prise sur la volonté de contrôler

Dans une section subséquente de l'entrevue, Masha parle d'un changement de perspective sur l'écoute qu'elle a actualisé au cours de sa carrière. En effet, elle raconte qu'au début de son parcours comme comédienne, elle présentait une tendance à débiter son travail en soulignant en jaune toutes ses répliques se disant que de toute façon les autres personnages étaient le travail des autres comédiens : « tout était souligné, y'avait du jaune partout sur mes feuilles ». Son attention se posait donc sur sa partition personnelle. Cependant, avec le temps, elle dit avoir appris qu'il était plus efficace de plutôt concentrer son écoute sur les répliques du partenaire que d'essayer d'anticiper sa réponse à partir de son texte. Toutes les qualités de l'écoute nommées ci-haut, la fluidité, la créativité, l'authenticité ou encore l'organicité, n'étaient pas présentes lorsqu'elle travaillait de cette façon. Plus particulièrement, elle nomme l'importance de se connecter non pas au texte que l'on connaît et que l'on anticipe, mais à la personne elle-même qui est devant soi, à son non verbal, à sa façon d'être jusque dans sa façon de respirer alors qu'elle livre ces lignes. Ce changement de perspective favorisant un ancrage dans l'expressivité de l'autre aurait été pour elle déterminant dans l'amélioration de sa qualité de jeu.

Par la suite, elle explique qu'en étant à l'écoute, elle peut non seulement nourrir son jeu, mais également alimenter celui de ses partenaires. Enfin, elle conclut par une nouvelle métaphore alimentaire : « juste par mon écoute, je peux être très nourrissante ». L'utilisation des verbes « alimenter » et « nourrir » qui s'ajoute à l'idée de « rebondir » nous renvoie surtout vers l'idée de se remplir soi et de remplir l'autre en écoutant. Masha parle aussi d'une nécessaire absence de volonté dans l'écoute, car le volontarisme serait un obstacle à la bonne réalisation de celle-ci. « Pas trop de volonté » nous dit Masha, mais ce « pas trop » vient-il avec un dosage précis ? Difficile à dire, mais en écoutant la participante, elle situe la réponse à ces questions dans la zone de l'intuition sensible : « Je ne connais pas la recette exacte, mais je sais qu'on

peut sentir quand on essaie trop ». Nous retenons aussi l'idée que quelque chose qui semble intuitivement passif, son écoute, est pourtant ce qui selon elle sert au jeu de ses partenaires.

Mais que faire lorsque l'autre ne semble pas être dans l'écoute ? Faut-il alors reprendre le contrôle et la responsabilité de la relation pour que se construise une proposition ? Pour répondre à cette question, Masha nous raconte l'anecdote d'une improvisation où elle sentait que son partenaire essayait de contrôler la situation dramatique. Elle précise avoir senti le manque d'écoute de celui-ci par sa rigidité dans le scénario, comme si justement il s'était donné l'entière responsabilité de construire la réalité scénique. Elle dit avoir alors ressenti une certaine colère initialement, puis un « sentiment d'être poche », mais a par la suite transformé cette émotion par un « aspect de bon, t'arrives pas à t'ajuster à moi, moi je vais m'ajuster à toi, vas-y, je... je te regarde, je t'observe. Je vais essayer de voir ce qui se passe pis d'entrer s'il y a un moment pour moi d'entrer ». Donc elle nous dit que face à sa sensation que l'autre n'était pas accordée à elle, elle a fait un choix conscient de prendre la responsabilité de cet accordage, de le faire elle. Depuis, lorsqu'elle sent que quelque chose ne fonctionne pas, elle se met en retrait pour se calmer afin de mieux écouter la proposition de l'autre. Finalement, en lâchant prise sur une volonté de lutter pour le contrôle du jeu et en adoptant cette position d'écoute, elle s'est dite « surprise de voir qu'il y avait quelque chose d'intéressant... qui fonctionne ». En définitive, nous soulignons l'importance, lorsqu'il semble y avoir une impasse dans l'écoute, de surveiller certains écueils, dont la colère et l'autocritique exacerbée qui bloquent toutes les deux la relation de jeu. Masha parle d'une écoute qui semble se désresponsabiliser par son lâcher-prise, mais qui au contraire exige une capacité de choisir volontairement de ne pas chercher à contrôler l'espace relationnel.

Finalement, nous explorons avec la participante le travail qui est susceptible de permettre ce lâcher-prise qui facilite l'écoute sensible. Selon elle, la réponse à cette question se trouve

dans la « dilatation », état qui peut être facilité grâce à la relaxation du corps. En effet, elle explique que comme débutante, elle était tellement prise dans l'intégration de ses compétences de comédienne qu'elle entendait plus ou moins ce qui se passait autour d'elle : « t'es prise sur une tâche, pis un moment donné par contre t'arrive à te dilater un peu plus, pis à ouvrir un peu plus tes perspectives, pis d'être capable d'entendre les réactions ». Elle ajoute que la dilatation permet d'entrer dans un lien plus sain avec le public, non pas une écoute préoccupée par leurs réactions, non plus une écoute rigide qui tente de contrôler et de prendre la responsabilité de la scène, mais une écoute détendue capable de se laisser calmement diriger par ce qui émerge de la proposition relationnelle. Il semble donc y avoir plusieurs modalités différentes de l'écoute qui ont des effets spécifiques et qui demandent un type de présence particulière. La dilatation est donc une forme de détente du corps et de l'esprit qui favoriserait la capacité de recevoir et qu'il semble nécessaire de pouvoir développer :

Ben c'est aussi de... de développer... tsé un débutant, un amateur, quand tu fais du théâtre, t'es tellement pris dans ce que t'as à faire que t'entend plus ou moins le public parce que t'es pris sur ta tâche, pis un moment donné t'arrives à te dilater un peu plus, pis à... à.... ouvrir un peu tes perspectives, pis d'être capable d'entendre la réaction du public. De... de leur faire sentir aussi que t'as entendu, que tu les as entendus.

Ainsi, pour Masha, « la relaxation permet d'entendre tout ce qui se passe, pis de capter toutes les possibilités ». Ce dernier extrait semble aussi souligner que la détente permet non seulement une meilleure écoute, mais aussi une capacité améliorée à communiquer cette écoute. Ainsi, l'écoute peut ici être comprise non pas comme un processus de réception unidirectionnel, mais plutôt comme un processus qui nécessite aussi de transmettre une confirmation de celle-ci. Nous retenons également une association qui peut émerger entre le mot « dilatation » et l'idée d'un mouvement dynamique d'expansion, comme si la détente amenait une façon différente d'habiter l'espace.

#### 10.3.4 Le tango comme métaphore de l'écoute sensible

Masha suit des cours de tango et à plusieurs reprises elle utilise cette danse pour illustrer son travail d'écoute comme comédienne au théâtre. Dès lors, le tango se présente à la fois comme une métaphore pour bien comprendre la façon dont elle entre en relation avec l'autre via son écoute, mais aussi comme un entraînement ludique qui l'aide à travailler sur son jeu relationnel. Elle nous parle aussi d'un transfert entre deux arts alors qu'elle raconte comme elle se sert de la danse pour évoluer comme actrice. C'est d'ailleurs en parlant de ses expériences avec cette danse qu'elle répond le plus aux questions visant à lui faire expliciter ses expériences vécues en lien avec l'écoute dans la relation. En effet, elle explique que dans celle-ci, « y'a des pas de base, mais je veux dire en tant que tel, y'a pas de séquence de pas, *faque* euh... c'est vraiment un truc de communication ». Ici, elle semble donc parler de l'importance d'une « non-structure » qui permet alors d'ancrer la relation dans la communication. Puis, elle ajoute qu'il y a une personne qui guide et une personne guidée, mais aussi de subtils échanges de rôles, de temps en temps. Or, elle explique que lorsqu'elle ne comprend pas le guide, elle a « l'impression d'avoir une chicane sur la piste de danse... devant tout le monde... et là la communication devient impossible ». Ainsi, elle fait le lien avec le théâtre où le regard du spectateur peut devenir un facteur qui accentue les problèmes de communication, la « chicane » devenant un enjeu plus difficile à gérer lorsqu'un tiers regarde. La seule chose qui demeure stable dans cette danse improvisée serait la position de départ qui sert de point de repère afin de mieux pouvoir s'abandonner par la suite dans un jeu relationnel moins dirigé. Il faut donc un cadre qui sert de repère et qui permet l'abandon de la comédienne dans le jeu.

Masha a aussi recours à son rapport au tango pour parler du mystère de la connexion avec l'autre qui peut parfois aller de soi, parfois non, et qui ne serait jamais gagnée d'avance :

Des fois tu tombes en amour... pendant trois chansons t'es comme "oh mon Dieu, j'ai vécu euh...", tsé comme si t'avais vécu quelque chose d'intime avec quelqu'un. Pis c'est sans paroles, mais t'as l'impression d'avoir vraiment connecté. Ben c'est ça, c'est ce qui arrive je trouve euh... dans le jeu aussi en théâtre, ou des fois, c'est tellement facile que ton partenaire te rend meilleur que ce que t'es en réalité, pis d'autres fois... d'autres fois ben t'a un partenaire qui te fait sortir les côtés les plus sombres (en riant) de toi... ou c'est ça, les affaires les moins belles. Qui fait ressortir toutes tes résistances.

Elle exprime alors l'idée d'un « ingrédient mystérieux dans la mayonnaise des relations », une autre métaphore alimentaire qui évoque l'idée d'un goût qui peut changer à partir d'un subtil ajustement du dosage difficile à identifier. Il y a dans cet extrait un aspect de la relation réelle qui semble teinter la relation de jeu qu'elle vit autant dans la danse qu'au théâtre. Nous retenons que la particularité et l'unicité de chaque relation intersubjective joueraient alors un rôle important alors que certaines personnes provoquent une réaction différente des autres dans l'écoute. À titre d'exemple, elle parle d'une soirée de tango où un partenaire l'a invitée à danser et où tout lui semblait « magique » tellement le mouvement lui paraissait fluide dans cette bulle d'intimité. Or, quelques jours plus tard, elle retrouvait ce partenaire sur la piste et enthousiaste à l'idée de recréer cette belle expérience, elle a dansé avec lui de nouveau pour réaliser que rien ne fonctionnait plus, il n'y avait plus de communication, l'intimité était devenue lourde. Pourquoi ? Comment interpréter ce changement avec le même partenaire ? Masha dit ne pas avoir de réponse, que des hypothèses, celle d'un « *mood* » différent, d'attentes trop élevées, mais ce que l'on peut également comprendre, c'est l'importance du temps présent qui s'oppose à la projection d'un futur anticipé, et du contexte qui l'accompagne. En outre, dans un autre extrait, elle raconte comme le fait d'apprendre le décès d'une cousine avant d'entrer en scène a rendu son écoute plus sensible. Il devient donc possible d'en déduire que la vie teinte l'écoute, que ce qui arrive avant le jeu théâtral influence la qualité d'écoute de Masha. Mais est-ce que cette anecdote ne dévoile pas non plus l'importance de quelque chose qui se dit dans le moment présent ? Qui n'est pas reproductible à l'identique de la même façon ? On reste tout de moins sur l'impression que pour la participante, la relation sensible vient également avec une part de mystère qui ne peut être anticipée.

### 10.3.5 Conclusion sur le thème de l'écoute

En résumé, nous retenons que l'écoute est une condition préalable et primordiale au jeu relationnel pour Masha. Celle-ci est définie par la participante comme une dimension de compréhension cognitive, mais surtout comme sensible, qui résonne à travers le corps affectif. Nous retenons aussi que l'écoute nourrit le jeu relationnel alors que chaque partenaire peut « rebondir » sur l'autre. L'écoute véritable se vit comme une expérience de dilatation, de détente et de lâcher-prise. Enfin, c'est en parlant de la danse tango que la participante explicite son vécu de l'écoute, à la fois comme lieu où elle pratique concrètement sa qualité d'écoute, mais aussi comme métaphore de son rapport à l'écoute. Cette dimension de la relation reste teintée de mystère et d'immédiateté, mais en s'appuyant sur une écoute sensible, l'artiste parvient à créer un nouveau sens même dans la répétition.

## 10.4 LA PRÉSENCE COMME MANIFESTATION SENSIBLE DE L'ACTEUR DANS LE JEU

### 10.4.1 Présentation du thème

Il paraît pertinent d'analyser le discours de Masha sur la présence tout de suite après celui sur l'écoute, car ces thèmes semblent intimement liés entre eux. En effet, la présence est décrite comme une façon d'être en relation qui donne une texture particulière au contact avec les partenaires de jeu, notamment en modulant la qualité d'écoute et d'expressivité face à l'autre.

Il est intéressant de nommer qu'à aucun moment durant l'entrevue, Masha parvient à nommer une définition concrète de ce qu'est la présence qui semble être pour elle une notion

très abstraite qui, avant tout, se vit. En effet, pour la participante, il s'agit d'une habileté surtout intuitive, car même si elle « imagine que c'est quelque chose qui se travaille, c'est surtout quelque chose qui vient un peu naturellement ». Nous retenons donc qu'il y a une dimension implicite et mystérieuse à l'état de présence, quelque chose qui se définit difficilement. Nous explorerons donc ce thème à partir de la description expérientielle qu'elle en fait.

Le plus proche d'une définition qu'il est possible de retrouver dans son discours se présente sous forme d'une métaphore, celle d'avoir des « antennes allumées » à tout ce qui se passe, mais la présence dans le jeu relationnel se distinguerait de l'écoute surtout dans la capacité de laisser rayonner ce que ces antennes captent. Nous comprenons par l'explicitation qu'elle fait de cette métaphore des antennes allumées, que la présence est la trace que laisse l'artiste sensible dans le jeu. Être présente, c'est donc un rayonnement de ce que captent les antennes qui sont en permanence en contact avec le monde intersubjectif du jeu. Toutefois, la composition de cette présence telle que décrite par Masha est complexe, comme en témoignent les prochaines sous-sections de ce thème.

#### 10.4.2 La présence comprise comme une générosité et une assurance dans le jeu

Plutôt que de définir directement ce thème, elle le décrit plutôt par une série de qualités relationnelles et expressives que l'acteur doit avoir lorsqu'il joue et qui, selon la comédienne, seraient l'effet ressenti de l'état de présence. En fait, la présence se définit par son effet sur l'autre. La première de ces qualités qui émerge est celle de la générosité : « la présence, c'est quelqu'un de généreux... la présence c'est... c'est se donner. Tsé quand tu vois un acteur sur scène qui a de la présence, pour moi, c'est parce qu'il donne de lui-même ». Se donner à l'autre, aux partenaires, au public, voilà ce qui émerge comme la première essence de la présence pour elle. Par conséquent, il semble possible d'interpréter la présence comme étant

d'abord un mouvement vers l'autre qui engage totalement le sujet et qui s'inscrit dans le registre du don.

En outre, elle vit cette générosité comme quelque chose « qui est super agréable à recevoir », ce qui permet d'ajouter un autre registre, celui du plaisir. Il y aurait donc un plaisir à recevoir la présence de l'autre lorsque celle-ci se manifeste, un plaisir « palpable » qu'elle dit ressentir par les sens. La participante explique aussi vivre la présence « comme une invitation à communiquer, à vivre avec l'autre personne ». Il semble intéressant de souligner l'utilisation du mot « avec » qui laisse apparaître une notion « d'être ensemble » dans un temps immédiat. Et c'est également pour elle un état qui se voit « même dans le silence, même dans l'immobilité », renforçant l'idée que cet état se communique autrement que par l'expression verbale. Elle ajoute avoir particulièrement ressenti cet état durant le jeu improvisé où plus l'autre offre sa proposition avec générosité, plus il lui est facile de s'en nourrir pour à son tour alimenter le jeu. L'improvisation étant une forme de jeu qui est moins structurée, on semble retrouver ici l'idée d'une présence à l'autre qui s'ancre dans une pleine conscience du moment présent.

L'autre qualité liée à la présence pour Masha semble être l'assurance : « Ouais... Ouais... C'est comme une espèce de... Je sais pas si c'est une assurance. Ouais. Ben c'est l'impression que ça donne en tout cas. Il y a un espèce de déploiement ». Ainsi, la présence naîtrait d'une certaine confiance intériorisée qui amène la personne à prendre sa place avec assurance. Elle ajoute que pour faire place à la présence, il ne faut pas trop laisser de place aux doutes, aux discours autocritiques. La notion de déploiement nous apparaît également très intéressante à souligner. En fait, cela donne l'impression à entendre Masha parler que les artistes en état de présence à l'autre deviennent des espèces de géants sur scène illuminés d'une aura qui engendre une certaine fascination. Plus précisément, elle le décrit ainsi : « y'a une espèce d'ampleur, de... c'est comme si ça dépasse un petit peu de chaque côté de la personne ». Puis

un peu plus tard elle ajoute ceci : « Tsé des fois tu vois des acteurs qui font cinq pieds deux, tu les trouves magistrales sur scène, pis après ça tu les vois dans la vraie vie pis tu dis ah oui... t'es si petit, parce qu'il y avait cette qualité de présence en scène ». Enfin, « cette assurance, cette solidité, cet ancrage, c'est comme un peu magnétique, tsé, ça... physiquement c'est comme si on épouse un peu la même position ». Ce dernier extrait ajoute la notion de magnétisme qui amène la personne à être connectée à l'acteur présent. Ainsi, l'assurance aurait un effet d'attraction sur l'autre. Le deuxième élément est évoqué lorsqu'elle parle d'épouser la même position, comme si cette assurance magnétique pouvait avoir quelque chose de communicatif qui entraîne un état similaire chez la personne qui le reçoit. Elle parle aussi d'ancrage et de solidité qui apparaissent comme des positions physiques qui solidifient cette assurance. Cette assurance se communiquerait également « physiquement » à ceux qui viendraient à adopter la même position. En fait, pour Masha, le corps est central dans la présence, car « être en présence, c'est d'abord être dans son corps, enraciné ». Ce sentiment d'enracinement semble être essentiel à cet état de confiance et le fait de se sentir en contact avec le sol et non avec les pensées est présenté par la participante comme un ancrage de la présence. En somme, la présence est présentée comme une assurance, elle-même décrite comme une ampleur spatiale et magnétique qui se vit et se communique par le corps.

#### 10.4.3 L'abandon et la détente du corps comme façons de laisser la présence émerger dans le jeu

Pour Masha, tout comme pour l'écoute, la présence exige également d'être dans un état de détente et de dilatation. Ce sentiment de relâchement corporel qui se transforme en expansion par la suite est donc aussi important pour le sentiment d'être présente que pour celui d'être à l'écoute :

La qualité de présence pour moi c'est le... ça se passe dans une forme de dilatation corporelle où il y a plus d'espace entre les... les articulations. Le diaphragme justement peut se déployer davantage. (...) Comme si tout d'un coup je grandis de six pouces là.

Y'a de l'espace entre les... dans mes articulations. Je deviens plus grande que nature. Pis même tsé... ma... ma voix à porte plus, ma respiration est plus profonde, tout est plus... euh... large.

De plus, l'une des composantes qui apparaît comme majeure en lisant le discours de Masha est cette idée qu'on peut travailler la présence, non pas forçant son émergence, mais plutôt par l'abandon et le lâcher-prise. L'image qu'il me vient en tête pour illustrer notre compréhension de son discours est celle de la sculpture alors que pour voir émerger une forme on doit libérer la matière de son carcan informe qui pour elle se vit comme une rigidité corporelle. Moins elle tente de contrôler sa présence, plus celle-ci a des chances d'être là :

La présence on voudrait toujours l'avoir, être toujours allumée. Comme quand t'es en train de jouer une scène, pis que là tu dis "ah mon Dieu chus pas dedans, faut que je sois présent, faut que je sois dans le moment présent..." C'est comme... c'est un peu... C'est difficile d'aller... de provoquer la... la présence. C'est pas en se disant faut que je sois dedans que ça va arriver.

En fait, elle nomme qu'il est difficile de provoquer la présence, car si cet état est présenté comme le fait d'avoir les « antennes allumées », ce ne serait pas quelque chose qui s'allumerait d'un simple coup d'interrupteur, « il n'y a pas une switch *on* ou *off* » que nous lui disons, reflet qu'elle valide : « c'est difficile d'aller... de provoquer la présence ». Au début de sa carrière, elle explique que lorsqu'elle ne se sentait pas pleinement présente, elle tentait de se convaincre qu'elle devait l'être. Toutefois, la stratégie du volontarisme se serait avérée avec le temps peu efficace et c'est au contraire en lâchant prise sur la volonté d'être présente qu'elle serait finalement arrivée à atteindre cet état.

Une expérience révélatrice serait survenue pour elle alors qu'elle venait d'apprendre une très mauvaise nouvelle concernant son père. Elle raconte qu'à ce moment, elle se sentait fragile et qu'elle n'avait pas l'énergie pour se mobiliser vers cet état, mais paradoxalement, en vivant cet abandon il s'est avéré au final qu'elle a vécu l'une de ses meilleures performances de sa jeune carrière de l'époque. Son partenaire lui aurait d'ailleurs confirmé avoir pleinement

ressenti sa « présence toute en émotions et en fragilité » à ce moment et s'être senti plus où les discours autocritiques avaient été mis de côté pour mieux adopter une position d'acceptation de ce qu'elle vivait comme émotion dans le moment présent. En fait, c'est comme si quelque chose s'était imposé, malgré elle, au-delà de son choix volontaire dans l'ici et le maintenant ce qui évoque la dimension temporelle de la présence.

Masha a par la suite associé avec une petite histoire tirée de son enfance qui semble bien expliciter son apprentissage du lâcher-prise, ou du moins l'illustrer par un exemple vécu en dehors du contexte du jeu. En fait, elle associe sa tendance à figer face à l'entrée en jeu à une expérience d'enfance. Elle raconte qu'elle restait paralysée le matin lorsque l'autobus arrivait même si elle devait suivre toujours la même séquence de choses à faire. Puis elle ajoute : « je revois souvent ce genre de comportement là quand... go ! Quand il faut que je sois dans l'action vite, c'est comme je fige, pis je fige dans mon corps, dans mon senti, dans mes pensées, c'est comme si tout s'arrête, pis chus... euh... statue là ». Ainsi, lorsqu'elle n'arrive pas à investir sa présence, c'est qu'elle est prise dans un temps arrêté tout en ressentant qu'elle est déconnectée de la capacité de son corps de s'engager dans l'action. La présence dans la relation s'active en entrant dans le mouvement, mais tenter de contrôler cette entrée par la volonté ne fonctionne pas pour la participante :

Quand chus pas à l'aise dans une situation de jeu, ben mon corps est... est pas habité, y'a pas d'énergie qui circule dans le corps. Je... Je sais pas quoi faire de mes mains, euh... chez pas quoi... comment... me pos... c'est comme si tout à coup j'ai conscience de mon corps, mais une conscience comme plus un jugement de mon corps dans l'espace... euh... euh... Ouais, c'est ça. Pis des fois même je me dis ben BOUGE, comme pour te sortir de... de cette léthargie-là tsé... comme bouge ton corps, pis ça va... ça va faire circuler le... le reste. Tsé les idées vont venir, pis l'émotion va arriver, pis euh... C'est ça, des fois je... même quand... quand chus pas bien... comme... arrête justement de dire... respire... concentre-toi. On passe pas par la volonté ou la conscience, va dans ton corps pis ça va...

La mise en marche de la présence est paralysée par une conscience qui juge son vécu corporel. À l'opposée, l'activation se réalise par un focus sur les sensations et le mouvement.

#### 10.4.4 L'Écoute et la présence comme postures complémentaires dans le jeu

Masha définit également la présence en relation avec la notion d'écoute, les deux thèmes étant à la fois différents, mais connectés l'un à l'autre. Si l'écoute est cette capacité de se laisser toucher par l'autre et de le comprendre, la présence serait ce qui permet de prendre une distance face à cette écoute. En fait, Masha décrit l'écoute comme un mouvement vers l'intérieur et la présence comme étant une expansion dirigée vers l'extérieur.

La présence serait également ce qui permet la distance d'avec les émotions qui émergent du fait de se laisser toucher par l'autre : « ... je me dis qu'au fond, la présence, c'est cette distance-là. C'est la distance par rapport à l'émotion. Où je sens l'émotion, j'en suis consciente, mais je ne suis pas l'émotion tsé. Je... j'suis présente, j'suis consciente, mais j'suis pas... euh.... L'émotion ».

Par conséquent, elle en vient à distinguer ainsi le rôle complémentaire de la présence et de l'écoute en fonction de leur rapport respectif à la sensibilité et à l'émotion :

Ouais. C'est comme si euh... l'écoute c'est se laisser toucher, pis dans la présence ben, c'est ça, pour moi dans le fond, dans un état méditatif, t'es présent, mais tu euh... t'essaies de pas être dans l'affect tsé. Tu... tu... tu focus pas sur l'affect, tandis que dans l'écoute, t'as une attention particulière à ce qui se passe au niveau émotif.

L'état de présent se vit donc comme un état méditatif, comme une forme d'abandon qui lâche prise sur les doutes et jugements qui paralyse : être présente, c'est être là avec l'émotion qui naît de l'écoute tout en gardant une distance face à celle-ci.

Ensuite, Masha explique ce qui l'aide à conserver cette distance afin de ne pas devenir l'émotion. En fait, elle nomme que la réponse se trouve surtout dans le fait que le jeu théâtral est une convention et qu'on entre en relation non pas en tant que la personne que nous sommes, mais comme personnage : « Le personnage permet d'être plus sensible car c'est une convention, ce n'est pas moi. Je peux me replier au besoin si la sensibilité devient trop grande. Je peux gérer ainsi ma sensibilité ». Par conséquent, si la présence au jeu relationnel exige un abandon à l'action et à l'émotion, il nécessite aussi une régulation par la distance de ce que provoque ce lâcher-prise.

Au bout du compte, elle rappelle que l'écoute et la présence restent intimement liées l'un à l'autre alors qu'elle nomme que « lorsque l'on est en écoute on est en présence ».

#### 10.4.5 Conclusion sur le thème de la présence

Dans cette section, la présence a été définie par ses attributs, soit une capacité pour la comédienne d'être généreuse et d'avoir confiance. En effet, la confiance semble donner une aura décrite comme quelque chose de spatial et de magnétique, et qui permet aux spectateurs et aux partenaires d'être davantage touchés par son jeu. Or, cette confiance n'est pas expliquée comme une capacité « d'être au-dessus de ses affaires », mais plutôt comme une capacité à s'abandonner dans un jeu actif, de se concentrer sur le mouvement jusque dans la respiration plutôt que de connecter avec les doutes. Il s'agit donc ici de réussir à plonger, un acte qui nécessite d'abandonner une certaine volonté de bien jouer. La dilatation est évoquée comme une façon de construire cette aura de confiance rappelant ainsi que le corps, un corps détendu et qui laisse l'énergie circuler, un corps qui respire, reste central lorsque vient le temps de penser à la façon de faire naître la présence. Toutefois, cet abandon doit tout de même être régulé ce qui fait voir qu'il y a une interaction complexe entre cet état

de lâcher-prise et le fait que la présence ne doit pas devenir une fusion avec l'état que l'écoute provoque. On sent donc une forme de paradoxe apparent : pour être présente à l'autre elle cherche à se laisser guider par la sensation de l'entrée en mouvement, mais sans devenir celle-ci ce qui nécessite donc une sorte de réflexivité dans laquelle certains jugements peuvent apparaître.

C'est ainsi que dans un dernier temps elle démontre que l'écoute et la présence sont à la fois liées et complémentaires. La présence nécessite à la fois un contact et une distance de la résonnance affective qui vient avec l'écoute. La présence permet donc une qualité de contact dans l'écoute.

## 10.5 LA SENSIBILITÉ AU RYTHME COMME FAÇON DE MODULER LA RELATION DANS LE JEU

### 10.5.1 Présentation du thème

La prochaine section aborde ce qu'évoque le thème du rythme pour Masha et comment celui-ci s'actualise dans l'entrée en relation avec l'autre. En fait, selon elle : « quand ça fonctionne, y'a du rythme. Y'a du *beat* ». Invitée à préciser cette pensée, elle est revenue sur l'exemple du tango. Pour elle, sa façon de sentir que « ça connecte » avec un partenaire lorsqu'elle pratique cette danse sociale, c'est lorsque le rythme semble aller de soi, et ce serait ainsi pour l'échange sur la scène de théâtre. L'évidence de la connexion à l'autre semble donc être un rythme ressenti comme adéquat. À titre d'exemple, elle donne une expérience de jeu improvisé où elle et son partenaire jouaient pour un jeune public. Lors de cette expérience, elle raconte avoir alors senti que naturellement l'échange avait atteint une certaine fluidité rythmique entre sa proposition et la réponse gestuelle de son partenaire parce qu'ils se sont écoutés. Elle aurait alors comparé ce moment à une « construction musicale ». Puis en étant

sensible au fait qu'un geste de son partenaire avait provoqué le rire chez les enfants, elle et son partenaire se seraient mis à jouer un jeu où il allait répéter le geste et où elle l'interrompait par une présentation loufoque, et vice-versa. Pour elle, c'est comme « si j'avais senti qu'il (le partenaire) faisait partie d'une partition musicale que nous avons construite ensemble ». Dans cet exemple, le rythme est ici présenté donc comme la conséquence d'une qualité d'écoute et d'une sensibilité au partenaire et au jeune public. Masha nous parle aussi d'une conscience des effets de son action sur l'autre.

Donc est-ce à dire que le rythme est le signe ou la conséquence d'une relation fluide entre les partenaires ? En tout cas, Masha semble dire que, pour elle, sentir si les échanges battent la mesure avec fluidité devient un indicateur d'une qualité de connexion avec l'autre, mais nous avons tout de même cherché à savoir si le rythme avait des qualités en lui-même et comment il se développait.

#### 10.5.2 Les silences habités et la primitivité comme qualités du rythme dans le jeu

Pour la comédienne, un rythme qui serait vivant et authentique, « c'est un rythme où... euh... où les silences sont habités... sont pleins... parce qu'il y a du *beat*, c'est parce qu'il y a de la musique » alors que ceux qui servent d'indice à une relation moins fluide seraient un « rythme où les silences sont... des malaises (elle rit), parce qu'on aime pas la musique, le silence est un vide ». Ici, j'ai rajouté l'indication du rire afin de souligner que la simple évocation de ces malaises dans le rythme évoquait dans son imaginaire, avec le recul, quelque chose d'évidemment loufoque. Je note aussi l'idée d'un silence qui est plein comme étant un indicateur d'une rythmicité sentie comme réussie. Mais comment sentir cette plénitude dans le silence ? Comment distinguer ce silence plein du silence habité par un malaise ? La réponse ne peut ici qu'être interprétée car nous n'avons malheureusement pas enquêté plus cette question, mais des quelques indices implicites qui se dégagent de l'entrevue, il semble que

l'on peut comprendre cela comme des silences où la présence à ce qui se passe dans la relation est maintenue, et ce même lorsque des mots ne sont pas échangés :

... c'est un rythme où euh... où les silences sont habités (ok). Pis des fois y'a des rythmes où les silences sont... des malaises (rire), parce qu'on aime pas la musique, le silence, c'est un vide. Tandis qu'il y a des silences qui sont euh... pleins, ben ça c'est parce que... c'est parce qu'il y a du beat, c'est parce que y'a une musique.

L'autre qualité que l'interviewée attribue au rythme est son ancrage dans une dimension primaire qui serait présente à l'aube de notre vie, mais avec laquelle nous perdons contact en grandissant :

... le rythme pour moi, c'est une autre chose qui est animale, *basic*. C'est un lien avec les... les battements de cœur, une des premières choses qui apparaît dans le... le fœtus dans l'embryon, c'est comme le cœur qui se met à battre de façon plus ou moins régulière au départ, et le rapport au rythme c'est... c'est un rapport très primaire. Pis je pense qu'on perd le rapport au rythme en devenant adulte. On est sensible à différents degrés au rythme, mais euh... je ne vois pas comment on peut être complètement insensible au... au rythme parce que c'est... c'est en nous depuis le début.

Par conséquent, l'ancrage de base qui nous amène au rythme serait celui qui bat en nous dès les premiers moments de notre vie quasi cellulaire. Le terme animal semble évoquer un état relationnel qui est davantage de l'ordre de la nature plutôt que du civilisé. L'aspect animal du sujet humain renvoie généralement à une posture où est absente la conscience socialisée par la culture. Mais comment faire pour atteindre cette sensibilité au rythme ? Pour Masha, le secret se trouve dans une capacité d'abandon. En fait, « c'est un mélange d'abandon et de conscience de ce qui se passe », c'est-à-dire d'une conscience du rythme de l'environnement scénique. Ainsi, le rythme serait aussi lié à l'écoute de soi ainsi qu'à l'écoute de l'organicité des échanges qui se déroulent sur scène. « Pour avoir cette sensibilité-là, je pense que ça prend un niveau... d'abandon, de confiance, parce que si t'es dans d'autres considérations, ben t'es pas attentive aux subtilités du rythme ». Nous revenons donc de nouveau aux notions de confiance dans le jeu afin de nous y abandonner ce qui permet une écoute plus sensible

du rythme des échanges avec les partenaires, plus proche de cette qualité primaire recherchée.

Par quels moyens développe-t-elle sa sensibilité fine au rythme relationnel ? La réponse se trouverait pour elle dans la musique. En effet, elle explique qu'elle essaie de s'initier à différents instruments de musique, mais aussi de s'exposer à différents styles musicaux pour développer un plus grand registre rythmique. L'écoute attentive de ces musicalités variées faciliterait donc sa capacité créatrice à s'ajuster au rythme d'autrui. Nous trouvons intéressant de souligner que cet accès à une dimension primaire se fait par quelque chose de l'ordre de la culture.

### 10.5.3 Conclusion sur le thème du rythme

Dans cette section, la participante a surtout décrit le rythme relationnel sur scène en fonction des qualités qui permettent de sentir qu'il est authentique. Elle croit que l'objectif est de retrouver un rythme primaire et très organique qui selon elle serait naturel pour le nouveau-né et qui aurait tendance à disparaître en grandissant. Au final, c'est de nouveau la capacité d'abandon qui passe par la confiance qui permet de développer une sensibilité plus fine au rythme, sensibilité qu'elle peut aussi entraîner en jouant d'instruments de musique ou en écoutant différents styles musicaux. L'objectif est qu'elle en arrive à se sentir comme faisant partie d'une partition musicale dans son rapport à ses partenaires ou au public. Il se dégage donc l'idée d'une unité, de faire partie de quelque chose qui l'englobe, qui nécessite une sensibilité pour pouvoir y trouver sa place comme sujet. Son discours sur le rythme parle aussi d'une sensibilité à la temporalité comme mode d'ajustement intersubjectif et qui permet de faire naître une harmonie dont la somme reste plus grande que les rythmes individuels.

## 10.6 LE JEU EXIGE UN ABANDON

### 10.6.1 Présentation du thème

L'abandon est un thème qui se retrouve en toile de fond tout au long de l'analyse jusqu'ici. En effet que ce soit au niveau d'être capable d'avoir une écoute qui ne cherche pas à contrôler la réception de la réplique de l'autre, l'échec du volontarisme dans la présence, ou encore la recherche d'un rythme relationnel primaire, il semble clair que pour Masha lâcher prise est payant et susceptible de créer une relation de jeu plus authentique. Toutefois, comment travaille-t-elle cet abandon ? Le thème est tellement central dans l'analyse du discours de cette participante qu'il devient possible d'y consacrer une section indépendante qui élabore davantage que ce qui a été évoqué jusqu'ici. Tout au long de cette section, nous avons en tête une petite fille figée devant l'action, incapable de franchir le seuil de sa porte pour aller rejoindre le monde représenté par l'autobus scolaire. C'est cette petite fille intériorisée avec laquelle Masha semble parfois lutter dans le travail de l'abandon.

### 10.6.2 Le lâcher-prise sur la volonté comme façon de vivre le jeu sensible

L'apprentissage de ce lâcher-prise, elle dit l'avoir fait avec le temps. « Au début, quand j'ai commencé, avant d'aller travailler, j'me *crinquais*, pis j'me disais (jouant la scène) : "*lets go, t'ose, t'as du plaisir* ». Donc avant d'entrer en scène, elle essayait d'activer les différents éléments qui lui permettaient de s'abandonner dans le jeu relationnel correctement. Dans ce cours extrait, s'ajoute la notion de plaisir à ce qui ne peut être provoqué par le simple fait de se convaincre. Pour moi, c'est comme si la comédienne cherchait à reproduire pour elle-même cette mère qui forçait l'enfant figée qu'elle était à quitter le seuil de la maison pour se mettre en action vers son objectif. Toutefois, cette mère intériorisée qui lui dit « *lets go, ose* », elle a rapidement senti que cela la coupait du jeu. En fait, elle tentait de se convaincre qu'elle devait se mettre dans les états de jeu, moins il lui restait de place pour se connecter avec

sensibilité à l'espace de jeu. « Tsé je me coachais. Pis j'arrivais pour jouer pis c'était pas nécessairement plus facile parce qu'avec cet effort, y'avait comme plus... d'espace ».

En fait, elle compare cet état à la schizophrénie, c'est-à-dire qu'en acceptant ce qui l'habite et en lâchant prise sur les stratégies volontaires elle a pu plus facilement être le personnage qu'elle doit être sur scène en relation avec les autres personnages. C'est d'ailleurs ce qu'elle aurait vécu quand elle a été confrontée à cette nouvelle triste juste avant d'entrer sur scène. « Pis finalement, ça été comme : wow ! ... Y'avais aucune tristesse dans ce que je faisais, ou je sais pas si c'était le fait de justement de... ce que je porte est tellement... lourd, que je peux pas l'amener avec moi ». La grande tristesse semble donc avoir permis de laisser tomber une défense nuisible à la sensibilité relationnelle. De plus, c'est au travers son corps qu'elle a ressenti l'effet de cet abandon alors que son émotion serait « descendue de la gorge vers la poitrine et le plexus ».

#### 10.6.3 Le corps du jeu compris comme un corps primaire qui s'oppose au corps civilisé

Un autre sous-thème intéressant qui apparaît dans le discours de Masha sur l'abandon est celui d'un corps « civilisé » qui s'oppose à un corps « primaire » et même « animal ». En effet, il semble que pour elle, l'entrée en relation avec l'autre est plus authentique lorsqu'elle est faite par l'abandon d'un corps « civilisé » et « formaté » par la technique. Elle présente le corps formaté comme un obstacle à une expression authentique tout comme cela nuit à l'écoute, à la présence ou au rythme de l'échange. Elle donne comme exemple un spectacle de ballet auquel elle a assisté : « j'étais pas capable d'apprécier le spectacle, j'étais comme "wow", c'est comme... pour faire des affaires de même, c'est parce que tu pousses ton corps, c'est pas naturel ». En fait, dans cet extrait, elle dit qu'elle ne pouvait faire autrement que de voir la douleur de ce « formatage » extrême. Masha ramène ensuite cela à son expérience

avec des partenaires de scène, particulièrement avec une artiste issue du monde du cirque avec qui elle avait de la difficulté à jouer une scène clownesque. « Je la sentais plus dans un rapport de performance, de... moins connectée à l'émotion ». L'effet immédiat pour elle serait d'avoir « de la difficulté à interagir avec un corps qui est dans ce type d'expression », ajoutant que cela l'amène à se fermer à l'autre. L'image qui me vient en tête est celle d'une armure lourde à porter qui entrave le contact sensible avec le monde. Pour elle, le corps trop formaté par un ancrage technique des danseurs, « c'est un corps qui est pas euh... organique, vivant, ou nourrit par l'émotion ». Bien entendu un danseur pourrait probablement nuancer cette perception, mais au-delà de la critique du médium il faut retenir surtout cette idée qu'un corps si préoccupé par la performance qu'il en vient à être dissocié de l'expérience par l'intermédiaire d'un surplus de technique. Le corps ancré dans la technique perd de sa souplesse lorsqu'il se connecte à l'autre. Il perd aussi de son authenticité car l'être se dévoile au travers sa présence incarnée : « on peut cacher moins de choses par le corps. Il nous révèle plus ».

À l'opposé de ce corps « formaté par la civilisation, elle parle d'un corps « primaire » et « animal » qui pour sa part serait plus proche de l'émotion. Masha semble donc nous parler de deux types de corps vécu. L'un façonné de manière restrictive par les règles techniques et presque civilisationnelles alors que l'autre serait du côté libre de l'animal, guidé par ses instincts préverbaux. En fait, pour elle, plus le corps se délaisse de sa rigidité technique, plus elle sent qu'il se crée de l'espace pour une entrée en relation plus authentique.

Toutefois, certains obstacles techniques en théâtre éloigneraient également le sujet acteur de ce contact avec son corps primaire, notamment l'apprentissage d'un texte ou de certaines techniques d'interprétation : « Au début j'étais tellement dans mon texte que j'étais pas dans les subtilités du jeu et de l'interprétation » dit-elle alors qu'elle parle de ses débuts dans le métier. En fait, elle explique que tant qu'elle ne connaît pas son texte sur le bout des doigts,

elle a de la difficulté à aller vers cet abandon, mais le défi est de ne pas formater de façon trop rigide cette mémorisation afin de perdre ce contact avec cette dimension animale et primaire dont elle parle plus haut. Comment alors réconcilier ces deux besoins ? Car bien qu'elle parle de sa difficulté avec la danse professionnelle qu'elle associe à cette expression d'un mouvement moins naturel, il reste que le théâtre n'est pas à l'abri d'un « formatage » rigide non plus. D'ailleurs, Masha évoque elle-même le théâtre du répertoire classique rédigé en alexandrins qui constitue un obstacle technique de taille. Selon elle, le travail débute par une mémorisation extrême du texte et un entraînement qui permet à la technique de devenir une deuxième nature ne faisant plus obstacle à cette expression primaire. Par cet exemple, Masha nous parle de quelque chose qui s'intègre et qui ne demande plus une attention. Les prochaines sous-sections expliquent ce travail préalable qui permet l'abandon dans le jeu sensible.

#### 10.6.4 L'entrée dans le mouvement comme manière sensible d'entrer dans le jeu

Dans un passage d'intérêt Masha explicite ses débuts dans le métier alors qu'elle était comédienne amateur et par la suite étudiante dans une école de théâtre : « Fait que la première pièce de théâtre que j'ai fait, je l'ai fait avec les jambes tendues comme ça, pis je me trouvais bonne alors je me disais que pour être bonne là, faut que je pousse mes jambes ». J'ajoute qu'en évoquant cette anecdote, elle a tendu ses jambes devant moi comme si le souvenir seul ramenait cette sensation et a terminé en riant, laissant croire qu'avec le recul elle porte un regard différent de cette façon de faire. Et c'est d'ailleurs ce qu'elle dit un peu plus loin lorsqu'elle mentionne que cette tension était devenue une « tension inutile qui me donnait la sensation d'être engagée dans le jeu, qui était une béquille... mais qui fait aucun sens là ». Ainsi, elle raconte qu'elle s'accrochait à une tension comme indicateur d'un engagement dans la relation, mais qui au final et avec le recul avait l'effet contraire. Elle croit qu'en étant trop ancrée dans cette tension qui était une sorte de repère, elle perdait en

qualité dans le jeu relationnel : « je pense que j'étais moins attentive à tout ce qui se passait autour. Juste me rappeler mon texte c'était déjà beaucoup fait que là (rire)... je me *jackais* sur mes jambes, pis là je disais mon texte ». Ici, c'est comme si cette fillette qui paralyse le matin avant de sortir attraper son autobus scolaire en était venue à dépendre d'une tension qu'elle devait reproduire à chaque fois pour réussir à franchir la porte. En outre, c'est suite à sa prise de conscience de cette béquille qu'elle aurait compris l'importance de la détente et de la dilatation du corps. Elle aurait réalisé qu'en abandonnant cette tension, qu'elle devenait plus attentive aux subtilités du jeu relationnel. En fait pour elle, « tendue il ne peut rien se passer, tendue il n'y a pas d'espace pour le jeu ». Nous comprenons donc qu'un certain état de corps efface l'espace de jeu.

Enfin, c'est lorsqu'elle a découvert la technique d'Alexander Feldenkrais qu'elle aurait concrétisé ce lien entre l'abandon de tensions comme béquille de jeu, la détente et la création d'un plus grand espace pour entrer dans une relation de jeu plus authentique. En effet, la technique Feldenkrais représente pour elle une façon de travailler le corps qui reste beaucoup plus proche de cette recherche d'un corps primaire et authentique qu'un travail de corps plus technique ne pourrait le faire. Conséquemment, on retrouve à nouveau l'idée d'un apprentissage de quelque chose qui se fait dans le temps. Par contre, le Feldenkrais est ici présenté comme le médium par lequel elle a appris la détente et le contact avec ce corps primaire. Dès lors, elle semble voir cette technique comme une qui n'oriente pas le corps vers la performance, mais plutôt vers le lâcher-prise. Du moins, on peut tout de même retenir que le corps impliqué dans le Feldenkrais n'est de toute évidence pas le même que celui auquel elle fait référence en évoquant la danse classique.

L'autre élément important qui ressort de l'analyse est l'entrée dans l'action, ou l'entrée dans le mouvement. Si nous reprenons l'image de l'enfant qu'elle était et qui demeurait figée devant sa porte, c'est comme si une fois poussée dans l'action, elle parvenait à sortir de sa

tête pour aller rejoindre l'autobus. Concrètement en termes de travail lié au jeu relationnel, cela prend plusieurs formes pour elle, par exemple le fait de réciter son texte pendant qu'elle roule en vélo. En fait, elle dit qu'en apprenant son texte dans l'action, cela lui permet d'ancrer la mémorisation plus technique dans quelque chose de plus fluide. Nous ne sommes plus ici dans le corps présent, mais dans quelque chose d'inscrit dans le quotidien. Et quel est l'effet du mouvement ? Selon elle, le résultat serait une plus grande authenticité dans le contact avec l'expérience relationnelle :

C'est comme si je trouve qu'en mouvement, on a un rapport plus honnête, plus authentique, à travers le corps, le mouvement. C'est comme si ça va chercher aussi un aspect plus euh... animal, ou primaire. Non mais c'est vrai, c'est parce que tu bouges, pis là tu sues, tsé, t'as des cernes de sueur, pis là tu pues, y'a comme un aspect moins... civilisé tsé, que... que la parole, ou l'intellectuel. C'est comme c'est dans le mouvement. Y'a quelque chose de plus primaire, de plus authentique, de plus euh... *groundé*<sup>38</sup>.

Dans cet extrait, elle parle d'un corps qui quitte son formatage intellectuel pour devenir plus animal par la mise en mouvement. Ici, l'animalité de la corporéité est précisée davantage grâce à l'image de la sueur. De plus, il y a quelque chose de l'ordre d'un sentiment d'être plus en contact avec quelque chose de concret lorsqu'elle trouve cet état préverbal. Ainsi, ce n'est pas en suranalysant la situation ou en utilisant des béquilles qu'elle parvient à briser sa paralysie, mais en s'ancrant dans la sensation-même que provoque l'amorce d'un mouvement vers l'action.

Enfin, il est aussi possible d'ajouter à cette idée du mouvement que Masha fait référence dans un court extrait à l'improvisation comme façon de travailler son lâcher-prise dans l'action :

Y'a un travail que je fais qui est... qui est relié plus à du jeu d'improvisation. Pis euh... Ça ça fait en sorte que euh... on est... comment dire ? On est un petit peu plus vulnérable aux.... aux euh... aux sensibilités de chacun, aux zones euh... C'est comme... Ben j'ai l'impression que ça va peut-être un petit peu plus vers la personnalité de

---

<sup>38</sup> Anglicisme pouvant se traduire comme « ancré ».

l'acteur que quand c'est un travail plus euh... avec un texte, on perd ce contact avec l'authenticité. L'improvisation c'est plus... primaire.

#### 10.6.5 Changer de position dans l'espace peut faciliter l'abandon dans le jeu

Un autre passage révélateur du travail que Masha fait pour réussir à lâcher prise sur le formatage technique pour s'ancrer davantage dans le côté primaire du travail relationnel est lorsqu'elle parle de ses cours de chants. Dans cet extrait, Masha parle de sa vulnérabilité alors qu'elle apprenait un nouveau médium qu'elle ne maîtrisait pas, soit le chant. Elle explique ne plus avoir la protection du jeu lorsqu'elle chante car elle est en contact direct avec le public. Elle oppose ceci au théâtre où « y'a cet aspect schizophrénique, où je suis dans un autre monde, pis y'a un mur invisible, c'est une autre réalité ». Elle raconte avoir alors figé, comme si la perte de sécurité avait été ressentie par la paralysie de la capacité d'action de son corps. Après avoir eu le réflexe de retourner à ses « béquilles », elle aurait réussi à sortir de ce blocage en « cassant sa verticalité », c'est-à-dire en se mettant à quatre pattes. Comme si le jeu servait de protection, permettant l'expression sensible de la vulnérabilité avec plus de facilité, et que c'est en retrouvant l'esprit de celui-ci dans son geste qu'elle serait parvenue à retrouver son sentiment de sécurité. Le récit de Masha nous présente le travail corporel comme un lâcher-prise dans une attitude plus que comme une maîtrise.

#### 10.6.6 Conclusion sur le thème de l'abandon

Nous pouvons retenir plusieurs éléments de cette section particulièrement riche en réflexions sur le rôle de l'abandon dans le travail sensible de la relation. Premièrement, que pour Masha, le volontarisme ne fonctionne pas. Tout au long de l'analyse de cette section, nous gardions en tête l'enfant qu'elle était et qui n'osait pas franchir le seuil de la maison pour rejoindre

l'autobus scolaire que je vois comme le monde et l'autre. À l'image de sa mère qui lui pousse dans le dos, elle a longtemps utilisé comme stratégie le fait de se « pousser elle-même », mais sans succès. En outre, par volontarisme, on peut inclure une série de stratégies visant à tenter de contrôler l'entrée sensible en relation qu'elle présente comme des « béquilles ». Or, que ce soit en essayant de reproduire une tension physique ou en tentant d'anticiper et de contrôler les répliques de l'autre et sa réaction à celles-ci, ces stratégies avaient pour effet de l'éloigner de l'authenticité. Toutefois, une série d'expériences lui ont fait réaliser que c'était en lâchant prise qu'elle pouvait y parvenir, notamment lorsqu'elle a abandonné sa volonté de tout noter les commentaires qui lui étaient attribués, ou lorsqu'elle a échoué à retrouver son état de jeu en reproduisant artificiellement une tension. Toutefois, l'expérience du cours de chant lui rappelle que ce lâcher-prise n'est jamais définitif, les habitudes tensionnelles pouvant toujours se manifester de nouveau. Voilà pourquoi la centration sur la détente devient importante, car c'est dans la tension qu'elle est à risque de perdre la dimension primaire de sa sensibilité relationnelle.

En dernier lieu, à plusieurs reprises Masha fait référence à sa vulnérabilité qui est plus difficile à contacter lorsqu'elle sort de son personnage, c'est-à-dire de la convention du jeu théâtral qui lui permet d'exister au monde au travers un rôle, ce qui permet d'introduire le prochain thème, soit celui du passage d'un seuil entre l'espace de jeu et l'espace réel et la façon dont ce changement de posture module sa façon d'être sensible dans la relation.

## 10.7 L'ENTRÉE DANS LE JEU EXIGE DE PASSER D'UNE POSTURE QUOTIDIENNE VERS UNE POSTURE DE JEU

### 10.7.1 Présentation du thème

Du point de vue de Masha, l'espace de jeu théâtral et l'espace réel sont deux mondes qui lui permettent de vivre différemment sa façon d'entrer en relation. D'un côté, il y a la Masha du quotidien qui se décrit comme une personne timide, celle qui lorsqu'elle se greffe à un projet artistique reste à l'écart et observe avant d'oser prendre un peu plus de place. D'autre part, il y a la Masha comédienne, celle du jeu qui ose s'engager dans un contact plus sensible et vulnérable avec le monde. La question qui nous intéresse est alors comment se vit ce changement ? En effet, si dans la section précédente nous avons vu que le volontarisme ne fonctionnait pas et que l'objectif était l'abandon, qu'est-ce qui fait que cette personne timide réussit à se laisser aller dans une expressivité sensible qui l'expose davantage dans la vulnérabilité ? Une partie de la réponse semble se trouver dans le simple fait de passer d'un espace quotidien vers un espace de jeu. C'est comme si cette enfant figée à l'arrivée de l'autobus en arrivait à se laisser aller dans cet autre monde en changeant sa perspective sur ce qui se trouve de l'autre côté de la porte. De plus, ce passage semble se faire sur deux niveaux, un qui est matériel, comme la salle de répétition, mais surtout un qui est de l'ordre de l'imaginaire et d'une convention en lien avec un cadre extraquotidien.

### 10.7.2 L'espace de jeu vécu comme une bulle qui protège l'imaginaire sensible

Durant l'entrevue, il a été question de comment l'espace de jeu affecte la sensibilité relationnelle de la participante. Pour elle, l'espace matériel influence définitivement, de plusieurs façons, son expérience de contact avec l'extérieur. Par exemple, elle explique dans

un passage que le simple fait de ressentir la chaleur de l'éclairage sur sa peau active sa présence et son plaisir du jeu. Elle parle d'un « quatrième mur », c'est-à-dire d'une sorte de frontière invisible, que l'on reconnaît par convention, et qui sépare les comédiens du public. Elle raconte également qu'elle ne vit pas de la même façon ce travail relationnel lorsqu'elle est sur scène, lorsqu'elle fait du clown ou encore lorsqu'elle joue au cinéma. Dans le dernier cas, elle dit avoir plus de difficultés car le partenaire n'est pas toujours présent, au sens concret du terme, durant les tournages. Nous comprenons par cette dernière affirmation que l'espace de jeu se construit à deux et que lorsque le partenaire n'y est pas, notamment en cinéma, qu'il lui est plus difficile de se sentir être en jeu. En outre, dans le cas du clown, l'absence du « quatrième mur » ainsi que le contact direct avec le public imposent des défis supplémentaires car cela est plus confrontant : « proche d'un monsieur c'était plus gênant de pleurer ». Toutefois, au-delà de l'espace physique, ce serait plutôt la façon dont le cadre du jeu permet l'activation d'un imaginaire qui faciliterait ce passage de la personne timide à la personne qui ose plus le contact avec sa sensibilité dans la relation.

En fait, pour elle, le jeu est une convention qui facilite l'abandon : « je trouve en scène, on est plus protégé de ça parce que... si y'a trop d'émotions, ben, euh, y'a une convention que c'est un jeu ». Ainsi, la convention et le cadre du jeu semblent rendre plus acceptable l'expression sensible de certaines émotions. La « mécanique codée » du théâtre pourrait selon elle en partie expliquer cet effet facilitateur. Pour elle, le fait de répéter avec un certain degré de précision une mise en scène est vécu « comme un engrenage. C'est tellement organisé, tellement pas naturel, que tout à coup ça te permet d'aller dans... dans quelque chose de beaucoup plus... comme le vélo, ça te permet d'aller plus dans l'émotion ». Nous retrouvons ici le cadre qui sans être rigide permet un engagement dans l'action. Le jeu suspend le fait d'être sous le regard de l'autre pour plutôt être en relation avec l'autre. L'effet d'entrer dans cet engrenage serait de lui permettre « d'oublier un petit peu le regard des autres ». Conséquemment, on peut en comprendre que la convention de jeu est un cadre qui sépare deux états d'être, deux manières d'être au monde.

En franchissant ce seuil, elle dit entrer dans une « bulle qui protège l'imaginaire », c'est-à-dire un espace de transition qui permet de retrouver l'esprit du jeu davantage présent chez les enfants et qui devient plus difficile à actualiser une fois que nous sommes devenus adultes : « quand on est enfant, c'est peut-être moins difficile de sortir dans le jeu. Quand on est adulte... je sais pas... c'est comme si le jeu est moins accepté, ou moins normalisé peut-être, donc on... on sort plus rapidement ». Nous trouvons intéressant ici de noter la formulation alors qu'elle parle de sortir « dans » le jeu, comme s'il y avait quelque chose de l'ordre d'une pénétration de ce monde. Dès lors, le jeu « primaire » auquel elle fait référence à de nombreuses reprises se libère donc davantage par le simple fait qu'il s'accomplit au théâtre.

L'autre aspect qu'il semble important de retenir dans cet extrait est la notion de « bulle imaginaire », car si l'espace de jeu est matériellement différent et peut être vécu comme un engrenage qui entraîne la comédienne vers le jeu, c'est surtout par l'intermédiaire de la création d'un espace imaginaire que semble se médiatiser pour elle le changement de position relationnelle. Cela est important car pour elle « c'est l'imaginaire qui va... permettre au corps de s'engager. Si... si j'ai... si j'ai pas d'imaginaire, je... mon corps y... y s'ancre nulle part. L'imaginaire est super important pour... c'est ça, pour permettre au corps de s'engager dans... dans l'émotion ». Cette autre spatialité dans laquelle elle peut vivre différemment ses relations n'est donc pas nécessairement physique, mais plutôt un espace investi par une subjectivité différente. Nous sommes donc ici dans le domaine de l'invisible, de quelque chose qui est capté par la sensibilité plus que par les sens, et qui permet à Masha d'entrer dans le mode d'action qu'exige le jeu dramatique.

Par contre, l'espace physique aurait quand même un rôle à jouer, notamment dans l'ajustement des imaginaires entre les partenaires. Avant de jouer dans le décor de la scène,

les comédiens tentent de s'entendre sur ce que va être l'espace de jeu de façon plus ou moins précise, mais une fois que tous les partenaires se retrouvent dans le même décor, « on s'aligne et on s'approprie tous un peu plus la même chose ». Toutefois, elle précise que le décor, les éclairages et toute la scénographie en générale doivent arriver vers la fin. Effectivement, elle croit que le dépouillement demeure nécessaire dans les phases initiales pour se concentrer et pour bien ancrer le jeu dans les dynamiques de relations entre personnages plutôt que sur des effets externes. Dès lors, il est possible de déduire qu'il est possible de créer un espace imaginaire commun avant que le décor physique n'entre dans le jeu, une sorte de « être ensemble » qui se coconstruit par l'ajustement sensible des partenaires de jeu.

Par contre, Masha mentionne aussi que pour elle les espaces imaginaires ne sont pas égaux dans leur capacité à l'aider à franchir ce seuil qui lui permet de s'engager dans le jeu avec plus de générosité. Pour illustrer cela, elle s'est rappelé une pièce dans laquelle elle se rappelle avoir « eu beaucoup de difficulté à nourrir (son) imaginaire ». Le résultat a été qu'elle se « sentait vraiment loin, comme étrangère » de cet univers. L'effet sur le jeu relationnel s'est alors fait sentir pour elle : « c'est comme si j'avais de la difficulté à... à... à être dans la pièce. Je me sentais toujours un peu à côté. Pis par ça, ben c'est clair que j'aidais pas non plus mon partenaire à être en dialogue avec moi ». Cette difficulté à s'ajuster sur le plan des relations de jeu semble donc pouvoir être comprise comme une incompatibilité de l'imaginaire qui a amené ce sentiment d'être « étrangère » au monde qu'elle tentait d'habiter, comme une absence de connexion entre la sensibilité et l'aire de jeu : « je comprends intellectuellement, mais c'est comme si je suis pas capable de l'intégrer. Je me sentais fausse ». L'imaginaire est présenté par Masha comme une condition nécessaire, une sorte de levier pour construire cet « être avec l'autre », mais en même temps, il existerait des limites et certaines incompatibilités à sa capacité de se laisser toucher par celui-ci.

Enfin, en analysant le discours de Masha sur l'espace, il est aussi possible de retenir que l'espace imaginaire peut aussi s'actualiser au travers d'autres conventions comme le simple fait d'habiter un personnage. Pour illustrer cela, elle explique comment son travail de clown peut représenter un défi pour sa capacité de s'abandonner dans la vulnérabilité n'ayant pas la scène pour la protéger, ni la mécanique bien huilée de la mise en scène puisqu'elle doit improviser. Ce serait alors le simple fait de savoir qu'elle est un personnage qui lui permettrait cet abandon : « quand je me présente en clown, les gens savent que je suis là pour jouer ». La « bulle imaginaire » peut dès lors être comprise comme un espace qui existe à travers la convention du « nez rouge ». Il se forme donc dans le monde intersubjectif, c'est-à-dire grâce à ce qui est donné par le regard de l'autre, à ce qui existe par l'imaginaire de la personne qui reçoit.

### 10.7.3 Le passage dans le monde du jeu s'actualise par un plaisir ressenti

Enfin, un dernier élément qui semble permettre à Masha ce passage entre deux façons d'être en relation, celle caractérisée par le jeu et celle issue du quotidien, c'est le plaisir ressenti lorsqu'elle passe d'un monde à l'autre. Pour illustrer cela, elle revient sur son adolescence où elle raconte qu'elle avait beaucoup de plaisir à être perçue comme une personne retirée et timide pour ensuite surprendre ses camarades par sa vivacité en mettant les pieds sur la scène. « Pis j'ai gardé ce plaisir-là de... de l'écart entre la personne très réservée dans la vie qui tout d'un coup... c'est comme si, plus l'écart est grand on dirait, plus ça me donne de l'élan pour une fois en jeu, me déployer ». Elle ressent ce « plaisir taquin » comme une sorte d'excitation ressentie physiquement qui alimente ce mouvement vers l'action qui est si difficile en dehors de l'espace de jeu. Par conséquent, elle ressent comme un « plaisir » le passage d'un mode d'être où elle est davantage réservée vers un mode d'être où elle s'exprime avec une plus grande liberté dans sa sensibilité.

#### 10.7.4 Conclusion sur le thème du jeu vécu comme un passage

Cette section a permis de mettre davantage en évidence la différence sur la façon dont Masha vit ses relations du quotidien et ses relations de jeu. Dans un cas, elle est une personne timide qui préfère observer et rester à l'écart alors que dans l'autre elle ose plus la vulnérabilité dans le jeu relationnel et qui se met en jeu. Plusieurs explicitations permettent de comprendre que l'espace de jeu, physique mais surtout imaginaire, permet le passage de ce seuil vers un engagement plus authentique et sensible dans les relations.

Nous retenons surtout la capacité de protéger l'espace imaginaire décrit comme une bulle. Parce que le jeu est une convention, il permet une expressivité authentique que l'adulte a inhibée en quittant l'enfance. Des rituels peuvent aider, mais pourvu que ceux-ci facilitent un ancrage qui n'est pas une tension susceptible d'obstruer le contact sensible avec le monde extérieur. Finalement, le plaisir ressenti au passage de ce seuil aurait un effet facilitant l'engagement dans cette autre façon d'être au monde.

## 10.8 CONCLUSION DE L'ANALYSE DE MASHA

L'image qu'il nous reste de nos entrevues avec Masha est celle de la petite fille figée devant la porte qu'elle a déjà été. Cette petite fille est devenue une artiste qui se questionne sur sa façon d'entrer dans l'action relationnelle. La douceur précise qui caractérisait ses gestes durant l'entrevue et qui captait notre attention de façon si vivante semble trouver des racines dans un parcours teinté de nombreuses prises de conscience. Cette personne timide qui éprouve un plaisir à surprendre les personnes autour d'elle a en effet développé une pensée riche sur son jeu relationnel sensible, elle-même ancrée dans de nombreuses expériences évocatrices. La dilatation dont elle a tant parlé durant l'entrevue, cette expansion spatiale qui passe par le corps, nous l'avons vu se manifester devant nous par ses gestes qui, malgré leur minimalisme, nous semblaient à chaque fois enveloppés d'une aura fascinante. Nous avons devant nous une artiste calme à l'apparence timide, mais qui pouvait soudainement prendre toute la place et devenir presque une géante. La générosité et la confiance qu'elle attribue à la présence étaient là, données par ma sensibilité.

Plusieurs éléments peuvent être résumés dans cette conclusion. Dans un premier temps, il y a l'écoute, nommée comme la condition essentielle à tout jeu relationnel au théâtre. Complexe et parfois mystérieuse, l'écoute est surtout caractérisée par sa dimension sensible qui passe par le corps et qui est facilitée par la détente. Même chose pour la présence qui se déploie par la dilatation vécue comme une confiance. Le contact avec le monde du sensible, à l'opposé d'un contact avec les pensées critiques, facilite l'entrée dans l'action. La capacité de contact avec l'expérience, on la retrouve également dans le rapport sensible au rythme

qui actualise un ajustement à l'autre. Au cœur de ces trois thèmes, s'inscrivant comme *leitmotiv*, se trouve l'idée d'une absence de volontarisme, d'un lâcher-prise face à la rigidité, mais atteindre cet état semble nécessiter un travail sur soi, sur ses vulnérabilités. Ainsi, nous retenons la possibilité que la relation dans le jeu est un savoir-être bien avant d'être un savoir technique. En fait, c'est un savoir-être qui exige un retour dans le temps, un contact avec la présence créatrice de l'enfant dans son rapport au corps, au temps et à l'espace. L'actualisation de cette façon différente d'être au monde, cette posture « primaire » s'accomplit par un changement de posture facilité par le passage du seuil entre le quotidien et l'extraquotidienneté du théâtre. L'espace physique réalise ce passage, mais il se fait aussi par l'imaginaire, le personnage, par le plaisir. Dès lors, nous pouvons comprendre que l'être passe du sujet quotidien au sujet dans le jeu théâtral de façon intersubjective, par un contact sensible avec l'autre et avec l'imaginaire.

## CHAPITRE XI

### QUATRIÈME ANALYSE – CLAUDE

#### 11.1 PRÉSENTATION DU PARTICIPANT

Le dernier participant qui a prêté sa voix pour le présent projet de recherche portera le prénom fictif de Claude. Ce choix est inspiré du personnage du même nom au cœur de la pièce de Michel Tremblay (1989) *Le Vrai Monde ?* En fait, tout comme le Claude de la pièce de Tremblay, le participant utilise le théâtre pour mieux comprendre l'impact de son histoire familiale sur sa vie actuelle avec l'idée que cette exploration personnelle exprimée sur scène aura une résonance plus large pour le public. Par conséquent, selon lui, la sensibilité personnelle de l'artiste est mise au service de l'expression de thèmes universels.

Artiste quarantenaire formé comme comédien professionnel dans une école professionnelle de théâtre de niveau collégial il y a environ vingt ans, nous retenons l'impression d'un homme passionné qui utilisait beaucoup son expressivité corporelle pour tenter de me transmettre le sens qui l'habitait. Dans son cas, cette expressivité prenait la forme d'une projection par la voix, d'un regard soutenu, d'un corps qui se penchait vers l'avant lorsque venait le temps de souligner certains passages, comme s'il cherchait à venir déposer quelque chose d'important. Il racontait son expérience au travers de gestes larges mais précis et assumés. Ceux-ci remplaçaient fréquemment les mots dans l'explicitation des thèmes abordés. Par exemple, dans un extrait alors que nous demandions à Claude comment il vivait sa relation sensible aux spectateurs, il a simplement répondu en traçant un fil imaginaire de son cœur vers l'extérieur, puis en mimant les bras ouverts quelque chose qui semblait par la suite sortir de lui. Ce comédien de formation qui doit occuper un

emploi en restauration pour survivre est également auteur et metteur en scène. Plus récemment, il aurait commencé à faire ce qu'il appelle des performances inspirées d'un documentaire sur l'artiste Marina Abramovic (Akers, 2012), et qui consisteraient à inviter un public à entrer chez lui pour improviser des situations avec lui.

#### 11.1.1 Contexte de l'entrevue

Le participant dit avoir été interpellé par notre projet ce qui l'a incité à répondre à notre invitation lorsqu'il a appris que nous abordions le thème de la sensibilité telle que vécue par les artistes de scène. Il semble avoir compris ce thème en lien avec une réflexion personnelle qu'il fait sur les notions du sensible et de l'invisible en création.

Nous avons rencontré Claude une seule fois dans un local étudiant neutre de l'université, pour une durée totale d'enregistrement de une heure et vingt minutes. Il est le premier participant interviewé, mais son entrevue est la dernière à être analysée près de trois années après celle-ci. La justification derrière ce choix est liée à une hésitation initiale sur la pertinence du matériel retenu. Tout d'abord, il s'agissait d'une première entrevue où la capacité d'amener le participant à expliciter son expérience s'est avérée plus difficile. En outre, nous avons découvert en rencontrant cet artiste que malgré sa formation de comédien professionnel, son travail récent est plutôt axé sur l'écriture et la mise en scène. Il lui arrive de se donner des rôles silencieux d'observateur sur scène dans ses propres pièces, mais l'essentiel de son travail récent demeure surtout centré sur l'écriture et la mise en scène. Par contre, vers la fin de l'entrevue, il a commencé à parler de ses performances calquées sur le modèle de l'artiste Marina Abramovic<sup>39</sup> qui, selon lui, alimente beaucoup plus sa réflexion sur la sensibilité, et plus particulièrement sur « l'invisible » du sensible. Ce

---

<sup>39</sup> Marina Abramovic est une artiste d'art contemporain qui a pour médium la « performance ». Cette dernière est une représentation artistique éphémère et comportementale qui a lieu devant un public.

travail de performance, consistant à recevoir des gens chez lui dans son quotidien pour improviser et où il se trouve en contact direct avec le public, s'est avéré très intéressant pour nous car il davantage partagé et élaboré sur des thèmes liés à notre recherche. Malheureusement, ce comédien a jugé qu'il n'était pas pertinent de nous voir pour d'autres entrevues, limitant le potentiel d'explorer davantage cet aspect de son travail beaucoup plus en lien avec le sujet de recherche de cette thèse.

Découvrir que le participant ne satisfait pas tout à fait les critères d'inclusion du projet de recherche était déjà déstabilisant, mais en plus, Claude ne cessait de répéter que pour lui les thèmes abordés de l'invisible et du sensible ne s'explicitaient pas vraiment. Pour cet artiste qui semble privilégier l'expression scénique sur la description verbale, ces phénomènes restent enveloppés d'une aura de mystère. En fait, selon lui, ceux-ci se vivent davantage qu'elles ne s'expliquent. En outre, nous nous souvenons également d'une certaine rigidité de notre part provoquée par ce déséquilibre alors que nous insistions pour avoir tout de même sa compréhension et que nous ne parvenions pas à le guider vers l'expression de ses expériences vécues. Ceci explique probablement pourquoi il nous a recontacté pour nous dire qu'il n'avait pas l'impression d'avoir quoi que ce soit à rajouter. Toutefois, malgré ce contexte, en relisant avec du recul le verbatim, il est possible de découvrir quelques idées qui paraissent pouvoir enrichir la réflexion sur l'expérience du sensible dans les relations de jeu. Plus particulièrement, nous retenons les points suivants :

- **La sensibilité comme mise en résonance de l'espace intime**
  - *Présentation du thème ;*
  - *Le rapport sensible à l'espace intime comme source potentielle de souffrance ;*
  - *Conclusion sur le thème.*
  
- **Le jeu sensible comme communication invisible de l'intime**
  - *Présentation du thème ;*
  - *La sensibilité comme un donné qu'il faut apprendre à écouter ;*

- *Le corps expressif comme médiateur d'un récit invisible ;*
  - *La nécessité de créer : moteur de l'expression sensible imbriqué dans le récit invisible du jeu ;*
  - *Conclusion sur le thème.*
- **La présence comme processus actif d'entrée en relation sensible.**
- *Présentation du thème ;*
  - *La présence dans le jeu est une action empreinte d'affects ;*
  - *La présence est une disponibilité active ;*
  - *La présence est à la fois une harmonie et une distance intellectuelle ;*
  - *La présence nécessite une forme physique et émotive ;*
  - *Conclusion sur le thème.*
  -

## 11.2 LA SENSIBILITÉ COMME MISE EN RÉSONNANCE DE L'ESPACE INTIME

### 11.2.1 Présentation du thème

L'intérêt de Claude pour le projet de recherche résidait dans le désir de parler de la sensibilité dans les relations, un mot qui semble avoir résonné fortement avec son identité d'artiste. Toutefois, là où des doutes ont émergé sur la pertinence de cette entrevue en lien avec la question de recherche, c'est au niveau de la dimension relationnelle du jeu qui devait servir de trame de fond à l'entretien. À première lecture, Claude apparaît surtout parler de sa sensibilité comme un état intérieur qui n'est pratiquement pas dirigé vers l'autre. En fait, lorsqu'il évoque la sensibilité, il parle surtout de l'utilisation qu'il fait du théâtre pour explorer l'impact qu'ont eu certains traumatismes d'enfance sur sa vie actuelle. Toutefois, en relisant attentivement, il devient possible de réaliser qu'il demeure un artiste dont l'expression part d'une sensibilité à son vécu intime : « pour moi, tout processus de création est intime. Pour moi, tu montes *Sisters Act* parce que t'es Denise Filiatrault... ça demeure intime. Parce que ça révèle énormément. Parce que ça révèle et dépasse de beaucoup ce qu'on présente ». Cette citation dit quelque chose sur la place de l'autre comme quelqu'un à qui on se dévoile. Ainsi nous en arrivons à comprendre que pour

lui, le sensible part d'un état intérieur avant d'être une relation avec le monde extérieur. Nous réalisons par le fait même que notre difficulté initiale à accepter ce que Claude nous livrait était liée à une préconception de ce qu'était la sensibilité dans le jeu. Pour ce comédien, afin de toucher l'autre, il faut d'abord être touché en soi. Ensuite, une fois le contact avec cet espace intime établi, l'expression, qui semble ici présentée comme une forme de dévoilement, émerge dans l'espace du jeu afin d'aller résonner chez l'autre. En somme, Claude nous rappelle que la sensibilité c'est aussi la capacité de réagir à un état affectif qui vient en premier lieu de soi. En outre, de son discours, il semble possible de penser qu'il est surtout en lien avec un Claude situé dans un espace et un temps autre qu'il ramène dans l'ici et maintenant de la création. En effet, il parle surtout du fait qu'il puise beaucoup dans des expériences traumatiques passées pour nourrir son jeu créatif.

Cette relation entre son affect et l'autre, il l'explicite difficilement en mots et préfère la décrire visuellement comme un contact qui part de lui vers l'autre en dessinant un geste de la main. Ce tracé invisible qu'il esquisse dans l'air relie d'abord son cœur, son torse et son sternum pour ensuite illustrer un mouvement vers l'extérieur, dans ce cas vers l'interlocutrice qui se trouve devant lui. La relation sensible dans cet espace intérieur est donc décrite visuellement par une sorte de lien avec le corps vécu avant qu'il ne devienne lien avec le monde extérieur : « tout ce passe dans le non-dit, les autres le comprennent quand c'est ancré là » dit-il en faisant son geste et en parlant de comment cet état se communique aux acteurs et actrices qu'il dirige. Par conséquent, le rapport sensible à un espace intime incarné est ce qui va toucher l'autre, comme si le sensible intime se déployait de façon invisible dans l'espace, pour atteindre autrui.

#### 11.2.2 Le rapport sensible à l'intimité comme source potentielle de souffrance

Selon Claude, le jeu relationnel qui s'appuie sur une sensibilité de l'intime vient avec un risque, celui d'être envahi par celle-ci. Pour parler de ce point, il explique qu'il avait

tendance à se « détruire » lorsqu'il a commencé dans ce métier comme comédien. Plus précisément, il semble parler de la souffrance qui émergerait d'un contact trop direct, sans filtre ni réflexivité, avec cette résonance sensible à l'intimité affective. Il ajoute qu'il « subissait sa sensibilité » plutôt que de la mettre au service du jeu : « j'ai toujours été extrêmement sensible, mais j'ai beaucoup subi ma sensibilité dans le passé. Je la retournais contre moi. Je savais pas comment... manque d'amour, d'estime... je la retournais contre moi ». Ce que Claude semble décrire dans cet extrait, c'est un contact trop brut avec celle-ci qui était par la suite vécu comme une forme de masochisme autodestructeur. De plus, il décrit un manque, d'amour ou encore d'estime de soi, qui compliquerait ce rapport plus problématique à l'autre qui passe par soi. Par conséquent, peut-on comprendre que, d'après ce participant, pour éviter d'être détruit par ce contact sensible avec l'intimité, l'artiste doit avoir une certaine bienveillance envers sa valeur personnelle ? Une confiance qui permettrait de réguler ce lien avec les fragilités du soi intérieur ?

En outre, Claude introduit l'idée d'une distance avec cette sensibilité qu'il présente comme une « quête », témoignant de l'importance qu'il accorde à celle-ci, mais aussi du fait qu'il s'agit d'un processus qui est en constante évolution. Acquérir une distance est quelque chose qui se développe avec le temps et en affrontant des difficultés. La façon d'y parvenir, c'est de mettre en œuvre une certaine réflexivité dans l'intuition car « même si y'a une partie du geste qui demeure instinctif, non réfléchi, l'idée c'est quand même d'y réfléchir ». Dès lors, la réflexivité semble servir de régulateur à l'utilisation du sensible dans l'espace de jeu et ce, même si ce comédien ne cesse de répéter tout au long de l'entrevue que la sensibilité se comprend davantage comme quelque chose de l'ordre d'un ressenti intuitif qui ne s'explique pas vraiment et qui reste plutôt mystérieux. L'instinct et le mystère doivent donc également laisser de la place à une distance pour réfléchir l'expérience. Pour décrire cette distance, il fait référence à l'idée de devenir « témoin » de ce qui se passe dans la relation : « quand je te disais que ma sensibilité me nuisait, c'est que je recevais, pis là je laissais rentrer à l'intérieur de moi, pis je me sentais comme eux autres. Maintenant

j'observe, je vois ». L'artiste qui joue adopte donc deux postures relationnelles qui existent simultanément, soit une qui paraît vivre intuitivement la sensibilité, mais aussi une qui observe celle-ci en action dans la relation. De plus, il nous parle aussi d'une nécessaire frontière entre soi et l'autre pour que puisse exister la sensibilité dans le jeu.

Au final, il termine sur cette idée en disant que ce « témoin » est ce qui lui permet d'évaluer davantage l'espace qu'il doit laisser aux autres. Il donne en exemple une participante à son projet de performance improvisée et qui semblait vouloir accaparer toute l'attention. Il explique qu'auparavant, cette attitude l'aurait irrité et il aurait eu le réflexe de vouloir protéger les autres membres du public qui jouaient avec lui. Toutefois, c'est en prenant cette posture de relation consciente avec sa sensibilité, ce qui implique la possibilité d'une distance qui observe et réfléchit, qu'il dit avoir trouvé la juste mesure pour laisser à cette personne un espace suffisant pour s'exprimer tout en n'écrasant pas celle d'autres membres du public qui participaient à l'exercice.

### 11.2.3 Conclusion sur le thème du jeu comme résonance de l'intime

Claude nous rappelle l'importance de la sensibilité en relation à son propre espace intime dans la relation au jeu. En effet, la sensibilité peut être intersubjective comme en témoignera la prochaine section, mais elle part d'abord et avant tout d'un contact avec un espace intérieur. Le devoir de cet artiste repose donc sur une relation sensible à soi qui ensuite est transmise à l'autre. Ce monde en soi, il est constitué d'une histoire qui dans le cas de ce participant est teintée de traumatismes interpersonnels, d'où l'importance pour l'artiste de travailler sur lui-même. Dans son cas, cette réflexivité s'est développée durant les processus de création alors qu'il dit « avoir beaucoup pleuré » en répétition à cause de ce contact trop brut et direct avec cette intimité. Ici, nous pouvons nous demander s'il y avait eu quelque chose qu'il aurait pu faire qui lui aurait permis d'atténuer cette

confrontation directe et sans filtre avec ses traumatismes. Une chose demeure évidente, son récit nous dévoile l'importance d'une certaine régulation de la résonance intime afin de rester au service du jeu, car c'est ainsi qu'il a appris à garder une distance suffisante vis-à-vis des autres joueurs pour permettre à ceux-ci d'également se déployer au contact de ce qu'il transmettait.

### 11.3 LE JEU SENSIBLE COMME EXPRESSION INVISIBLE DE L'INTIME

#### 11.3.1 Présentation du thème

C'est ça mon travail. C'est ce qui m'intéresse, ce qui est invisible, pis c'est qui est basé uniquement... Dans mes spectacles, y... y s' passe presque rien (rire). Ce qui m'intéresse c'est ce lien-là entre le spectateur, l'acteur et ce qui peut se transmettre, ce qui peut... se passer.

Le paradoxe évoqué plus haut entre la dimension réflexive et la dimension intuitive du sensible, Claude le résume ainsi : « la sensibilité, c'est archiconcret... pis ce l'est pas ». Il s'agit pour lui de quelque chose qui est invisible, mais dont l'existence nous est donnée en l'expérimentant. Ce comédien nommé d'ailleurs ne pas très bien comprendre ce que notre thèse cherche à accomplir puisqu'il s'agit de quelque chose qui pour lui ne se traduit pas en mots. Il parle bien sûr un peu plus haut d'une réflexivité pour éviter de se détruire, mais celle-ci a pour but de s'observer dans l'expérience de ce lien invisible avec la dimension sensible de l'expérience du jeu et non de l'expliquer. Pour comprendre la communication sensible telle que vécue par cet artiste, il semble qu'il faille réussir à mettre entre parenthèses notre volonté d'idéaliser les concepts pour simplement aller à leur rencontre en les décrivant.

Un peu plus tard durant l'entrevue, alors que nous lui demandons s'il faut lâcher prise sur l'idée du récit en théâtre en faisant référence au texte dramatique, il répond ceci : « y'a pas de récit, mais y'en a un. Apprenez à l'écouter. Il est différent pour chacun ». Il ajoute que c'est cette dimension invisible du récit qu'il souhaite rétablir par son art, critiquant par le fait même l'esprit du temps actuel qui selon lui aurait tendance à l'évacuer. Il donne comme exemple le documentaire de Akers (2012) sur l'artiste Abramovic. Ce film nous présente le processus de création d'une artiste qui travaille sur la présence et la rencontre comme performance artistique. Plus précisément, elle installe deux chaises se faisant face et qui sont séparées par une table, puis elle s'assoit et invite les gens à simplement venir prendre place en face d'elle dans le silence avec comme simple instruction que les deux personnes en présence l'une de l'autre ne peuvent se toucher physiquement. Le documentaire nous explique par la suite que des gens pouvaient faire la file durant des heures pour simplement se retrouver devant elle. Claude invite les personnes qui cherchent à comprendre ce qu'il tente de communiquer à simplement visionner ce documentaire en portant une attention particulière à ces moments où cette femme rencontre chaque individu. Selon lui, tout ce que l'on sent exister entre ces deux personnes alors qu'aucun mot n'est prononcé, c'est cela le véritable récit d'une relation sensible. De plus, en affirmant que ce récit est « différent » pour chaque personne, il semble également dire que ce rapport sensible entre deux intimités qui se rencontrent construit ensemble une histoire unique à chaque fois. Il y a donc quelque chose qui échappe au visible et à la fixation au travers l'échange sensible. Une histoire s'écrit, mais pour l'entendre il faut accepter d'écouter ce qui est inaudible à l'oreille, mais pourtant émouvant pour l'être sensible.

### 11.3.2 La sensibilité comme un donné qu'il faut apprendre à écouter

À plusieurs reprises durant l'entrevue Claude rappelle que selon lui la sensibilité n'est pas quelque chose qui s'apprend car « tu l'as ou tu l'as pas ». En fait, il semble y avoir quelque

chose de l'ordre d'un constat immédiat, quelque chose que l'on découvre comme présent en soi en en faisant l'expérience. Toutefois, si le participant semble avoir de la difficulté à la concevoir comme quelque chose qui peut apparaître si elle n'était pas déjà présente au départ, il semble tout de même croire qu'on peut apprendre à l'écouter : « c'est lié à une éducation, puis à un entraînement, tu deviens plus conscient de... d'une sensibilité. Tu y prêtes plus attention. Est-ce que c'est inné ? Peut-être. Mais ce que j'apprends c'est à écouter mes instincts, mes intuitions. Ça devient des guides pour moi ». La sensibilité est donc déjà là et l'apprentissage consiste à laisser cette sensibilité se manifester à soi.

La première posture proposée par Claude en est une d'écoute de ce qui est invisible, mais à cela s'ajoute celle de la confiance qui est aussi nécessaire pour permettre de laisser émerger cette sensibilité intime jusqu'à la conscience : « *tsé*, tu peux te tromper, t'as pas de preuve. Il faut quand même faire confiance en ce guide ». Nous notons ici le paradoxe entre l'idée de l'écoute et celle de l'invisible, mais aussi le fait de devoir faire confiance en quelque chose qui n'est en apparence pas là. Ce qu'il semble dire, c'est que malgré son caractère invisible, l'écoute sensible de l'intime peut nous offrir une direction à prendre dans la rencontre avec autrui, mais il faut mettre entre parenthèses le doute qui vient avec l'absence de preuves concrètes de son existence, n'étant pas habitués à ce niveau d'abstraction peu valorisé dans notre temps. Nous notons donc l'idée de la confiance, mais aussi du guide, c'est-à-dire de la façon dont l'écoute de l'expérience sensible en soi permet de donner une direction au récit émergeant dans la rencontre.

### 11.3.3 Le corps expressif comme médiateur d'un récit invisible

Si l'expérience sensible se communique au-delà des mots, elle trouve néanmoins chez Claude un appui dans le corps des personnes impliquées dans le jeu. Il décrit bien le corps qui sert de repère au récit invisible alors qu'il parle d'une pièce qu'il a écrite et dans laquelle il se donne un rôle silencieux d'observateur sur scène. Durant une représentation, son regard se serait porté sur une dame qu'il aurait vu avancer tranquillement jusqu'au bout de son siège tout au long de la pièce, comme si son corps traduisait une tension montante que l'acteur ressentait par ce mouvement subtil vers le proscénium. Puis, au moment où une chute dramatique est révélée, il dit avoir ressenti quelque « comme quelque chose qui s'est libéré en elle, qui a relâché à l'intérieur d'elle... quelque chose qui s'est ouvert en elle ». De nouveau, les métaphores qu'il évoque font état d'un mouvement sous forme d'un relâchement d'une tension qui lui était perceptible grâce à une attention sensible portée sur le corps expressif de cette spectatrice. L'invisible se communique donc par les corps vécus, l'affect intérieur devenant manifeste pour celui ou celle qui sait l'entendre. En outre, il explique qu'en observant cette dame, il enrichissait sa propre expérience intime, comme si un cercle d'affects invisibles se dessinait entre elle et lui. Plus il sentait son corps tendu par la pièce, plus il sentait en lui monter une tension intérieure qui anticipait la réaction de cette dernière. Nous notons au passage qu'il est le seul de tous les participants à faire explicitement référence au corps du public l'intégrant pleinement dans sa vision du jeu.

Claude donne également d'autres exemples, notamment en parlant de l'intervieweuse. En effet, en élaborant sur le développement de la sensibilité, il affirme avec conviction ceci : « toi, tu l'a, c'est là, on le sent ». Invité à élaborer sur ce qu'il perçoit comme sensible en nous, il explique que cela se ressent dans la qualité du regard porté sur ce qu'il raconte, mais aussi sur de subtils mouvements du corps qui s'avance vers lui à certains moments clés. Il fait aussi le même constat alors qu'il parle de la performance de Marina Abramovic car, pour lui, tout passe par le regard de cette artiste dans le documentaire qui semble tant l'inspirer. Conséquemment, on devine que pour lui, le corps expressif, du regard au

mouvement, est ce par quoi la sensibilité devient présente à l'autre. Ayant été interpellée par le participant, nous pouvons aussi nourrir l'explicitation par notre propre réflexion. En effet, alors que nous analysons notre propre subjectivité suite à son reflet sur sa perception de notre sensibilité, nous nous rendons compte que celle-ci était portée par une attention à la présence expressive du corps du participant qui était manifeste au travers la tonalité de sa voix et la précision de son geste. Si on se fie à cette réflexivité de l'intervieweuse en relation sensible, il semble donc que cette attention à la présence corporelle et sensible de l'autre nourrisse la nôtre, et vice-versa, car cette qualité qu'il a décrite en nous, nous la sentions être la réponse à une qualité que nous sentions chez lui. En l'occurrence, il est possible de comprendre l'expressivité corporelle comme médiateur de l'intersubjectivité sensible. Par conséquent, si le sensible part de l'intime pour devenir un récit invisible dans la rencontre, le corps apparaît comme un diapason subtil qui crée la résonance chez l'autre.

En somme, écouter la sensibilité pour le participant, c'est être sensible au corps de l'autre comme au sien :

Oui. Ben tout est dans le corps justement. Tout est dans le... pour moi tout se traduit par le corps. Je peux me promener dans la rue pis je vais voir quelqu'un pis je vais sentir que son foie est malade, ou je vais comprendre par sa position physique... ou juste par sa position physique... les épaules courbées par exemple... on le voit, on le détecte. Ben c'est la même chose pour les comédiens, c'est la même chose sur scène, mais ça se fait naturellement. Si le comédien son enjeu est clair, la situation pis l'enjeu pour son personnage, ce qu'il vit, ce qu'elle vit... euh... comment il le vit... euh... ben le corps se positionne naturellement. Le corps s'inscrit dans ça. Pis après nous on reçoit ça aussi par le corps. On le reçoit !

La sensibilité est ici définie comme la capacité du corps à recevoir dans le quotidien, dans le lien à l'autre, puis de le traduire dans le jeu.

#### 11.3.4 La nécessité de créer : moteur de l'expression sensible imbriqué dans le récit invisible du jeu

Selon Claude, créer doit toujours partir d'une nécessité d'exprimer qui sert de moteur à la création : « Pour moi, le moteur de création, c'est le besoin » affirme-t-il un peu plus loin avant d'ajouter qu'il « crée par nécessité... sans nécessité il n'y a pas de création possible ». Mais la question qui émerge alors est la suivante : d'où vient ce besoin ? En écoutant ce participant, on a l'impression que celui-ci prend justement forme à travers son rapport à son monde intime. En effet, si la création part d'un sentiment de nécessité, la sensibilité paraît ici être à la base de cette impulsion de créer. En fait, c'est parce qu'il est un être sensible que le comédien ressent cette urgence. Par la suite, cette nécessité se diffuse dans la création et est ressentie par l'autre, qu'il soit partenaire de jeu ou spectateur :

C'est la nécessité que les acteurs et le public vont ressentir. Elle place le travail dans une toute autre réalité parce que ton engagement est différent, y'a quelque chose de nécessaire, pis c'est d'arriver à le transmettre pis de le faire comprendre aux gens, au-delà des mots. Tsé, quand l'équipe, pis après le public... comprend ce qui se passe... d'où ça vient... que c'est du nécessaire... de l'essentiel... (geste de la main qui se lève vers le plafond, comme pour illustrer quelque chose qui monte)... au niveau de l'énergie... de l'engagement, c'est pu la même chose. C'est plus facile de travailler.

Le sentiment d'urgence et d'importance enveloppe donc de son aura l'action créatrice du jeu et c'est cela que les autres acteurs, les spectateurs et toutes les autres personnes impliquées reçoivent. Il y a quelque chose de l'ordre d'une contagion de l'essentiel qui active tous les partenaires impliqués dans le jeu de la création.

En outre, on entend assez rapidement dans la réflexion de Claude que son rapport éthique au jeu fait intrinsèquement partie de son identité d'artiste. En comprenant cela, il devient possible de tisser un lien entre le sous-thème de l'invisibilité du sensible et celui de l'intime abordé plus tôt. En fait, nous avons hésité longuement entre parler de cette nécessité comme sous-thème du récit de l'invisible ou bien dans la réflexion sur l'intime comme source du sensible, pour réaliser que cette idée s'accorde aux deux thèmes. Dans un

premier temps, rappelons que cette « nécessité de créer » est issue de son histoire personnelle. Effectivement, il nomme explicitement que ce sont ses traumatismes qui l'ont conduit à cette urgence. En outre, c'est cette « importance » et ce « nécessaire » qu'il dit surtout communiquer au-delà des mots. Par conséquent, nous comprenons que lorsqu'il parlait de se protéger de sa sensibilité, il ne faisait pas référence ici à l'idée de nier ce sentiment d'urgence, car il demeure un élément essentiel de l'invisible porté vers la sensibilité de l'autre, mais plutôt de savoir l'utiliser comme levier d'expression porteuse de sens. Il s'agit donc ici de s'en servir à bon escient pour qu'elle nourrisse le jeu relationnel.

Enfin, pour que le jeu se complète, Claude doit aussi apprendre à lâcher prise sur ce qu'il a investi dans le récit invisible qu'il cherche à construire. Ce qu'il ressent comme nécessaire et qui vient de son soi intime ne lui appartient plus lorsqu'il touche l'autre dans l'espace de jeu : « *ok, j'ai pu le contrôle. Pis y vont faire ce qu'ils veulent. Pis c'est important, je crois, qu'ils prennent le plaisir, pis qui prennent le contrôle, pis qui construisent le spectacle* ». Il décrit donc un processus de l'ordre d'un « lâcher quelque chose d'intime dans l'échange » pour que l'autre se l'approprie à son tour. Nous notons aussi que selon lui, cette réception/appropriation sensible de l'intime doit s'ancrer dans le plaisir de le faire.

Enfin, il termine en affirmant que cette urgence communiquée à l'autre a le potentiel de faire monter un sentiment « d'engagement » dans l'échange. En effet, il explique que lorsqu'il crée dans l'urgence, les artistes avec qui il collabore semblent davantage mobilisés dans le jeu. Nous retenons donc que les participants qui s'engagent dans le jeu semblent contaminés par ce sentiment d'urgence, ce qui a pour effet d'augmenter leur désir de jouer, mais qu'en même temps ils s'approprient à leur tour ce récit qui se construit au travers la rencontre.

### 11.3.5 Conclusion sur le thème du jeu comme expression invisible de l'intime

Claude s'intéresse à l'invisibilité du récit. Ce qu'il nous dit, c'est qu'il faut apprendre à l'écouter et à lui faire confiance pour que le jeu soit nourri d'une authenticité. La concrétude de l'invisible devient évidente lorsque l'on sait la communiquer et la recevoir. En outre, ce que l'artiste communique, c'est surtout une intimité ressentie comme importante alors que celle-ci est à la fois motrice de la création, mais aussi ce qui est transmis. Cela nécessite aussi un lâcher-prise qui permet à l'autre de s'approprier ce qui lui est donné et l'échange devient jeu lorsqu'il y a une mobilisation sous forme « d'engagement » et de « plaisir » chez celui qui reçoit. On sent donc ici que ce sont deux mot-clés qui témoignent de sa façon de sentir que ce qu'il communique est reçu. De plus, le corps joue un rôle majeur dans cet échange alors que c'est en étant sensible à de subtils mouvements de celui-ci que le récit se coconstruit dans l'espace intermédiaire qui unit les êtres qui jouent. Nous avons l'impression que c'est ce que Claude tentait de nous communiquer alors qu'il questionnait notre sujet de thèse, comme si pour lui il y a quelque chose d'évident, mais qui ne s'explique pas par la parole, qui est inaudible et invisible, pourtant bien présent.

## 11.4 LA PRÉSENCE COMME PROCESSUS ACTIF D'ENTRÉE EN RELATION SENSIBLE

### 11.4.1 Présentation du thème

« C'est comme si pour moi, c'est ce qui est important, c'est le moment pis... la présence, la disponibilité. Pis l'amour, l'affection... pis l'action ».

Pour Claude, la présence est un « mystère » qui ne s'explique pas vraiment. Toutefois, on la retrouve dans l'extrait ci-haut associée à plusieurs mot-clés : action, disponibilité, affection et amour. Ces mots parlent de la façon dont il actualise l'intime et l'invisible dans la relation

de jeu, et ce autant dans son rôle de comédien que celui de metteur en scène ou d'artiste de performances.

#### 11.4.2 La présence dans le jeu est une action empreinte d'affects

Durant l'entrevue, le comédien semble associer librement entre le thème de la présence et celui de l'action, ce qui témoigne d'une interconnexion de ceux-ci. En réalité, ce qu'il nous dit, c'est que la présence est action. Être en état de présence, c'est vivre le jeu relationnel comme une mobilité intérieure et extérieure en constante relation avec le monde : « c'tune action... une présence ».

Plus particulièrement, le jeu relationnel en art est vécu par Claude comme une « action d'amour » qui nécessite d'activer « le muscle du cœur ». La première expression est étrange et son interprétation dans le contexte de l'entrevue nous amène à croire qu'il parle ici d'une activité qui serait à la fois intérieure et extérieure et qui serait également teintée d'une affection pour l'autre. Nous en comprenons donc que ce geste relationnel doit être teinté d'un « amour » qu'il est possible d'interpréter comme une volonté éthique de toucher l'autre d'une façon plutôt bienveillante, ou encore comme une qualité affective du jeu.

Par ailleurs, il ajoute que cette même qualité affective donne une direction à ses actions : « je vais vers celles que j'aime, qui m'intéressent... que je suis bon et que j'ai du plaisir à faire, ou aussi des fois où tu peux te mettre des défis ». Nous notons ici au passage les notions de plaisir, d'intérêt et de compétence qui sont brièvement évoquées pour faciliter cette mise en action de la sensibilité. Le théâtre et la performance sont des médiums d'action qu'il a choisis, car il en retire du plaisir et parce qu'il est compétent. Par conséquent, le sentiment de plaisir, qui a été associé plus tôt à l'idée de l'appropriation

dans le jeu, est maintenant associé à ce qui motive intrinsèquement l'artiste à exprimer un geste qui est à la fois créatif et affectif. Cette motivation est également alimentée par une tension entre le sentiment de compétence et la possibilité de le vivre comme un défi. Enfin, le sentiment de compétence et le plaisir de ce geste « d'amour » facilitent la mobilisation de la présence comme action.

Au surplus, on peut aussi lier cette idée des « actions d'amour » à sa réflexion sur l'invisibilité. Il précise ce qu'il entend par ce lien en nous renvoyant de nouveau à la performance de Marina Abramovic dans le documentaire cité plus tôt où celle-ci offrirait à l'autre sa présence affective. Dans cette optique, on comprend donc ces « actions » comme des gestes invisibles qu'on ne voit pas, qu'on ne peut que ressentir par le contact. « L'action » est ainsi comprise comme le geste expressif et sensible qui touche l'autre et « l'amour » comme l'affect invisible qui la teinte.

Un exemple qui peut aider à comprendre son explicitation concerne ce moment précédemment décrit où il a compris lors d'une performance chez lui qu'il devait se mettre en retrait pour laisser la place à une personne du public. Dans cet extrait, l'action consiste à être alerte à ce qui se présente dans l'échange et à faire le geste de retrait approprié à ce moment. Conséquemment, peut-on comprendre cette activité comme une modulation dans son rapport entre soi et l'autre, du moins une capacité à tolérer la mise en retrait ? La retraite serait donc le mouvement actif et cette capacité à l'actualiser pour l'autre serait cette idée d'amour selon l'interprétation que nous faisons de son discours. Nous croyons ici que l'on peut interpréter cette posture comme un positionnement éthique dans la relation qui a pour objectif de s'assurer que la sensibilité reste au service du jeu.

### 11.4.3 La présence est une disponibilité active

La présence est notamment décrite par Claude comme une « disponibilité » à l'autre et à ce qui se produit dans l'espace de jeu : « la présence... c'tune présence... c'est ça... c'tune disponibilité... quotidienne ». Dans cet extrait, il y a l'idée d'une quotidienneté de la présence qui se retrouve inscrite dans la vie de tous les jours et qui, par conséquent, n'est pas réservée au monde théâtral. D'ailleurs, l'enthousiasme de cet artiste est palpable alors qu'il parle des performances improvisées faites chez lui, transformant son appartement en un monde unique où le jeu théâtral et la rencontre quotidienne se mêlent.

De surcroît, il parle également « d'accueil » et « d'abandon », deux idées qui contribuent à leur tour à enrichir la posture de la disponibilité propre à la présence :

Mais moi je suis accueillant, alors j'accueille. Mais j'y vais aussi avec ce qui a là tsé. Avec ce qui avait là. Ce qui habite, ce qui se passe, la personne. Les gens arrivent différentes... de différentes façons. Y'en a qui sont scept... pas sceptiques mais euh... pis c'est pas craintif non plus, mais euh... comment dire... plus en retrait, plus observateurs, donc très actifs, faut trouver l'équilibre à l'intérieur dans ça. L'espace. L'espace à l'intérieur de moi aussi où moi *chus* bien. Parce que... ça demande beaucoup d'humilité... beaucoup de... ça demande beaucoup d'abandons, beaucoup de disponibilité, de laisser-aller.

Dans ce dernier extrait, nous remarquons comment il relie ensemble « l'accueil » et « l'abandon ». Plus spécifiquement, l'accueil est ici présenté comme un abandon à ce que l'autre amène dans la relation. Il s'agit d'une disponibilité à la situation présente et aux particularités des gens. De plus, cet abandon est une posture d'humilité qui lui permet de rester disponible, donc présent, à ce qui se passe. Les mots « laisser-aller » démontrent bien comment la présence relationnelle est vécue comme un mouvement actif d'abandon dans la réception, comme si quelque chose en lui lâchait prise sur une anticipation de quelque chose. Il est également intéressant de pointer un petit passage de cet extrait où il parle des gens qu'il accueille, disant que ceux-ci arrivent « en retrait, plus observateurs, donc très

actifs ». Nous notons dans ce passage un paradoxe alors que l'observation, que nous pourrions comprendre intuitivement comme quelque chose de passif, est ici plutôt présentée comme une forme d'action. Ceci confirme de nouveau pour lui que la passivité apparente est aussi une action et que le mouvement de retrait est un acte relationnel. L'artiste de théâtre ajoute également qu'il y aurait quelque chose de très « euphorisant » dans la disponibilité et l'abandon. La notion de plaisir jamais abordée directement par ce participant se retrouve donc un court instant en filigrane évoquée de nouveau. L'abandon est ainsi ressenti comme une sensation de bien-être dans le contact, probablement facilité par le fait qu'il a choisi un mode de jeu dans lequel il se sent bien.

#### 11.4.4 La présence est à la fois une harmonie et une distance intellectuelle

Pour terminer, les dernières postures qui paraissent définir qualitativement la présence pour Claude se retrouvent sous forme de complémentarité entre deux façons de la vivre qui semblent à première vue opposées. Dans un premier temps, il décrit la présence comme une sorte de congruence entre une identité et une action : « je pense en fait que c'est une harmonie entre qui on est et ce qu'on fait ». D'autre part, il fait aussi référence à l'idée d'un regard plus intellectuel sur cet état de présence, comme si dans l'abandon et l'harmonie avec l'action, il devait se garder une partie de lui qui réfléchit : « ... tsé je vis des émotions... j'ai des questionnements, mais j'ai plus besoin de me comprendre ». Il y a donc deux types de présence qui demandent des habiletés différentes et qui s'harmonisent pour jouer ensemble, chacune avec sa voix, l'une davantage dans la congruence et l'autre dans la réflexivité.

#### 11.4.5 La présence nécessite une forme physique et émotionnelle

« Le sport amène la force, la vitalité, ça délie mon corps, ça donne de la souplesse, de la méditation, de la concentration, de la compréhension. Ouais tout ça c'est quelque chose qui (bruit de bouche)... qui m'assoit, je pense ».

Pour le participant, la présence exige aussi un entraînement qui fait à la fois appel au corps et aux émotions. Plus précisément, Claude pratique le yoga et le vélo dans l'optique conserver une forme physique, car le jeu est exigeant : « j'ai envie d'être en forme, d'être disponible pour accueillir n'importe qui. Il peut y avoir des choses physiques qui peuvent se passer. Faut être en forme et avoir bien mangé. Tu ne te nourris pas de poutine chaque matin quand tu fais ça ». Ainsi, d'après Claude, un « corps en forme » est une force qui permet de s'ancrer et de rester disponible lorsqu'il joue, deux conditions qui permettent de maintenir l'état de présence.

En outre, l'entraînement doit aussi comporter une dimension émotive : « c'est un muscle le cœur, ça s'entraîne... dans la vie. Ça se poursuit dans mon quotidien, les deux se croisent ». Par exemple, il explique que son travail de bénévole pour une ligne d'écoute le nourrit dans son travail artistique, et vice-versa. On ne parle donc pas ici tant d'un entraînement physique ou d'une activité physiologique que du développement de quelque chose qui est de l'ordre d'une activité affective. Il s'agit en fait d'une pratique, qui prend aussi la forme d'une répétition et d'une attention et qui porte sur la sensibilité. De plus, on sent que la frontière entre la posture relationnelle sensible de la quotidienneté et celle du jeu théâtral est perméable. Il s'agit d'une dimension de la présence qui s'entraîne au quotidien et qui diffuse ensuite sur le jeu.

Par ailleurs, après avoir révisé l'entrevue avec Claude et en comprenant qu'il la cite comme son modèle à plusieurs reprises, j'ai écouté le documentaire sur Abramovic auquel il fait

référence et je retiens un passage où cette artiste parle de l'entraînement à la présence. On y présente une retraite en campagne où les personnes qui vont performer se retirent pour s'exercer à être là, devant l'autre. Cet extrait semble faire écho avec l'idée de Claude voulant que la disponibilité affective s'entraîne au même titre que le corps physique, mais la différence que je note entre l'expérience de Claude et celle de Marina est que cette dernière amène ses artistes à s'entraîner dans un cadre sécuritaire loin du quotidien, celui d'un chalet de campagne où ils peuvent davantage s'abandonner alors que Claude pour sa part semble faire cet entraînement dans des situations du monde réel. Par conséquent, bien que les deux artistes nous parlent d'un entraînement à la présence, il reste pertinent de se demander si le maintien de cette position exigeante au quotidien sans protection reste préférable au cadre protecteur.

#### 11.4.6 Conclusion sur le thème de la présence

Pour Claude, la présence est un processus qui est à la fois actif et affectif. Cette activité peut être de l'ordre de mouvements relationnels, comme de savoir prendre une position de retrait au moment opportun, mais peut aussi être intérieure et s'actualiser dans les silences. Par exemple, l'attention portée aux actions d'autrui afin de s'y ajuster est pour lui une forme de présence active. En outre, il est aussi possible de retenir l'idée qu'un accordage entre l'identité de l'artiste et sa présence dans le jeu aiderait au sentiment de plaisir et de compétence nécessaires à cette activité. La présence est aussi un ensemble de processus qui exige à la fois une forme physique et une forme émotionnelle, mais aussi d'être capable de maintenir deux postures simultanées, celle de l'être-là dans l'action et celle de la réflexivité intellectuelle sur soi. À la lumière de ce résumé, nous en comprenons que la présence ne pourrait se réduire à un ensemble de savoir-faire ou de savoir, mais s'affirme plutôt comme un savoir-être procédural dans la relation. La frontière entre le monde du jeu et celle de la quotidienneté est plus floue chez cet artiste et comme le souligne une

question posée durant l'analyse, il reste possible de se demander si ce manque de seuil n'expliquerait pas la souffrance qu'il dit avoir vécue dans son développement d'artiste ?

### 11.5 CONCLUSION SUR L'ANALYSE DE CLAUDE

Le... le moment de grâce de l'acteur, c'est quelque chose d'assez mystérieux. Tu le vis par moments... euh... mais c'est pas... tu peux pas le chercher je crois. C'est lié à la capacité de s'abandonner... c'est lié au quotidien... Tu peux travailler à être bon... tu peux travailler... mais la grâce, ça vient avec le plaisir de vivre, pis le plaisir de jouer.

Le « moment de grâce », c'est l'image qui résume le mieux la réflexion de Claude. En effet, ce qu'il a tenté de nous communiquer tout au long de l'entrevue, c'est que le jeu, c'est quelque chose qui s'explique difficilement, comme la « grâce », et qui se comprend en le vivant, comme si pour en saisir toute la complexité, il fallait savoir mettre entre parenthèses toute tentative de chercher à le comprendre sur le plan des idées. Le jeu sensible peut être facilité par un savoir-faire en « travaillant à être bon », mais ultimement cette « grâce » est surtout présentée par cet artiste comme un savoir-être qui se développe autant au quotidien que dans le jeu alors que le « moment » est l'instant présent où celle-ci s'actualise. Ce « moment » est aussi celui de la rencontre autant dans le jeu qu'en dehors du monde du théâtre. D'ailleurs, dans cet extrait, nous retrouvons ce thème important de la perméabilité des frontières entre le monde de la quotidienneté et celui du jeu, mais aussi les thèmes de l'abandon et du plaisir.

Grâce à la réflexion de Claude, il a été possible de comprendre l'importance d'un contact sensible avec l'intimité du soi dans le jeu théâtral, nous rappelant au passage que pour rencontrer autrui il faut aussi être habité par une vie intérieure complexe. Le participant décrit aussi la présence comme une qualité affective et comme une façon d'être en action dans le. La sensibilité dans le jeu pour Claude se vit comme un double mouvement, d'abord

entre soi et soi, puis entre soi et l'autre. Nous revenons donc à ce geste qu'il a posé à plusieurs reprises où il dessinait un fil en aller-retour de son sternum à son plexus avant de finalement dessiner une ligne vers l'autre. En parallèle à l'espace de jeu intersubjectif, il semble y avoir un jeu plus intrasubjectif ce comédien. En outre, il est possible de retenir la notion d'une identité ancrée dans l'éthique du « don de soi » qui renvoie à cette idée d'une présence active au service de l'autre dans le jeu.

Ce mouvement contribue à créer un « récit invisible » qui reste un autre thème qui nous apparaît essentiel. En effet, ceux-ci tendent à disparaître dans nos sociétés modernes axées sur les données visibles et probantes. Par conséquent, Claude est celui qui met le plus de l'avant le rôle de l'artiste dans la restitution de cette expérience humaine. Le simple fait que la difficulté de Claude à expliciter en mots son expérience soit vue comme un obstacle donne à réfléchir sur la valeur que l'on accorde à ces récits invisibles dans le monde universitaire. En fin du compte, ce qu'il nous dit, c'est que la sensibilité est là, donnée pour soi, il faut surtout apprendre à lui faire confiance et en s'y abandonner, ce qui n'est pas facile en cette ère où ce qui peut être mesuré a préséance sur l'abstraction.

De surcroît, un autre aspect qui demeure fondamental dans la réflexion de Claude, c'est celui du danger d'avoir un contact trop direct et brut avec le monde sensible. D'ailleurs, il demeure intéressant de souligner le manque de personnes tierces évoquées par ce participant durant l'entrevue. En effet, il est le seul de tous les artistes rencontrés à parler de son travail sans nommer, ne serait-ce qu'à une occasion, ses formations, ou encore des mentors qui auraient eu un impact sur lui. De plus, il est à la fois auteur, metteur en scène et acteur de ses propres créations et performances. Cette absence combinée à une perméabilité des frontières entre le quotidien et le jeu peut soulever des questions alors qu'il a parlé du difficile apprentissage qu'il a dû faire pour que sa sensibilité à son espace intime demeure au service du jeu sans se détruire. Il parle bien sûr d'une distance

intellectuelle qui lui aura servi de réflexion, mais au bout du compte nous pouvons nous demander avec Claude si le développement de ce savoir-être de l'artiste du jeu relationnel aurait pu être facilité par une plus grande présence de personnes tierces bienveillantes pour l'accompagner.

## CHAPITRE XII

### ANALYSE TRANSVERSALE DES ENTREVUES

#### 12.1 INTRODUCTION AU CHAPITRE

Ophélie, Colombine, Masha et Claude ont tous accepté de répondre à nos questions visant à mieux comprendre l'expérience de la sensibilité dans la relation de jeu telle que vécue par les comédiens de théâtre. Leurs réflexions respectives permettent d'enrichir le dialogue avec la psychologie clinique, domaine auquel la présente thèse reste liée. Par ailleurs, avant d'en arriver là, il convient de réfléchir sur ce qui ressort comme idées communes des différentes réflexions individuelles. En effet, si chacun et chacune permet de son côté de nous aider à réfléchir sur le phénomène à l'étude dans cette thèse, l'analyse permet tout de même de voir apparaître des dimensions communes à l'expérience de la sensibilité dans la relation de jeu. Nous en identifions quatre qui composent à notre avis l'essentiel de cette expérience. À ceux-ci, s'ajoute en conclusion l'ouverture vers un cinquième thème, celui de la co-construction d'un récit comme finalité du jeu.

Toutefois, avant d'élaborer ces thèmes, il faut rappeler que le matériel provenant de Claude demeure plus restreint que celui obtenu pour les trois autres. Par conséquent, en lisant les conclusions de cette analyse transversale, il convient de garder à l'esprit cette réalité. Malgré tout, sa réflexion reste pertinente et il s'avère qu'elle permet des ajouts intéressants. Nous proposons également de récapituler les principaux thèmes par participants grâce au tableau suivant :

			
<p><b>OPHÉLIE</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• L'écoute comme condition essentielle à la relation sensible dans le jeu.</li> <li>• La présence comme façon d'être en relation sensible dans le jeu.</li> <li>• La responsabilité personnelle comme posture éthique dans le jeu relationnel.</li> </ul>	<p><b>COLOMBINE</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Le théâtre vécu comme un rituel sacré.</li> <li>• L'artiste franchit un seuil entre l'espace relationnel quotidien et celui du jeu.</li> <li>• L'histoire de vie et les vulnérabilités influencent la sensibilité dans le jeu.</li> <li>• La présence vécue comme une transe.</li> <li>• La sensibilité au rythme comme façon d'être en relation dans le jeu.</li> </ul>	<p><b>MASHA</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• L'écoute comme préalable essentiel au jeu.</li> <li>• La présence comme manifestation sensible de l'acteur dans le jeu.</li> <li>• La sensibilité au rythme comme façon de moduler la relation dans le jeu.</li> <li>• Le jeu exige un abandon.</li> <li>• Le théâtre exige de passer d'une posture quotidienne à une posture de jeu.</li> </ul>	<p><b>CLAUDE</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• La sensibilité comme mise en résonance de l'espace intime</li> <li>• Le jeu sensible comme communication invisible de l'intime</li> <li>• La présence comme processus actif d'entrée en relation sensible</li> </ul>

TABLEAU 12.1 - RÉCAPITULATIF DES THÈMES PAR PARTICIPANTE

Ceci étant nommé, voici comment se divise la prochaine section :

- L'identité se manifeste dans la sensibilité relationnelle de l'artiste ;
- L'être qui joue passe par des seuils qui séparent la sensibilité quotidienne de celle du jeu ;
- L'écoute est la condition essentielle de l'entrée en relation sensible dans le jeu ;
- La présence se définit comme une qualité d'attention portée au sensible dans la relation ;
- Conclusion sur l'analyse transversale : les quatre dimensions du jeu sont au service de la co-construction d'un récit invisible.

## 12.2 L'IDENTITÉ SE MANIFESTE DANS LA SENSIBILITÉ RELATIONNELLE DE L'ARTISTE

La relation entre l'identité et la sensibilité relationnelle est un thème qui demeure central tout au long du processus d'analyse des quatre personnes ayant participé à ce projet de recherche. Pourtant, il s'agit d'une idée qui était totalement absente de la grille d'entrevue et qui, par conséquent, n'était pas anticipée par la chercheuse. L'être sensible rencontre avec un vécu qui lui est propre. La sensibilité de chaque artiste lui est unique malgré des points communs, par exemple l'école de pensée théorique qui peut être partagée. D'ailleurs, ce n'est pas pour rien que l'action de jouer au théâtre est un travail d'interprétation, car chaque nouvelle représentation est le résultat d'un investissement de la subjectivité incarnée de l'artiste dans une création.

Le thème de l'identité peut être séparé en quelques sous-thèmes qui s'organisent comme suit :

- *L'école de jeu et l'identité sensible sont liées*
- *L'identité éthique influence la posture de jeu sensible dans la rencontre*
- *La sensibilité du sujet qui joue se construit à partir de l'identité personnelle*
- *Le corps est mémoire et sert de médium sensible à l'identité dans le jeu*
- *L'école de jeu et l'identité sensible sont liées*

L'importance accordée à l'école de formation, ou à la théorie ayant guidé leur formation, varie selon chaque personne questionnée. Ici il convient de noter que par « école » on entend le lieu physique de formation, mais aussi l'ensemble de théories et de styles qui sont favorisés par les artistes. Le rapport qu'entretient chaque artiste à cette école semble orienter le travail relationnel sensible dans leur jeu respectif.

Bien que présente de façon plus implicite chez Claude et Masha, cette idée ressort de façon plus explicite avec Ophélie et Colombine. Ces deux comédiennes sont également celles qui semblent le plus se définir comme artistes issues d'une école en se différenciant d'autres façons de voir le théâtre. Dans leur cas, l'identité professionnelle se définit à la fois par ce qu'elles sont et par ce qu'elles ne sont pas. Il semble intéressant ici de préciser qu'il s'agit des deux comédiennes ayant des parcours qui se sont construits en dehors des écoles de théâtre officielles les plus reconnues au Québec, la première étant autodidacte et la deuxième ayant été formée dans une université hors province, puis au clown via des formations privées. Peut-on penser que la reconnaissance institutionnelle moins importante accordée à ces cheminements peut en venir à activer davantage ce besoin de s'identifier à une école ou de se distinguer d'une autre ? Ophélie, par exemple, se présente comme étant de « l'école des processus organiques » tout en se dissociant fermement de ce qu'elle appelle l'école des « *talking heads* », que l'on pourrait traduire librement par l'école des « têtes parlantes ». Ou encore Colombine affirme que les écoles traditionnelles tuent la créativité en uniformisant trop les formations pour répondre à un « marché » du travail. Cette dernière pratique d'ailleurs l'art du clown, discipline exigeante et difficile qui reste pourtant peu reconnue, souvent imaginé comme un simple divertissement pour fêtes d'enfants. Dès lors, il devient de se demander comment cette marginalisation peut affecter le rapport sensible à l'autre dans le jeu ?

La réponse à cette question peut être interprétée de plusieurs façons, mais en définitive, on sent tout de même un engagement profond envers leurs origines comme artistes, comme si elle avait besoin d'une plus grande identification à un schème théorique ou à des postulats de leur art que les deux autres. L'expérience de ces deux comédiennes davantage autodidactes semble donc nous informer de la nécessité plus grande à se construire une sorte de « maison » qui sert de phare ou de repère sur lequel se rabattre lorsque la formation est moins valorisée dans le contexte social. C'est à partir de ce que l'on peut

appeler une « posture phare » qu'elles entrent dans le jeu à la rencontre de l'autre, des partenaires ou du public.

Bien sûr, on pourrait aussi tenter de faire l'interprétation inverse et comprendre ce qui dans leur histoire de vie les a conduits à s'identifier à ces écoles. Bien que cette question soit moins explorée, il est possible de nommer le fait qu'Ophélie est devenue comédienne vers la fin trentaine alors que les autres ont débuté au début de la vingtaine. À ce stade de vie, les écoles officielles qui limitent l'âge d'entrée ne sont plus accessibles. Comment cette arrivée tardive dans un métier sensible affecte la qualité du jeu ? Positivement, négativement ou simplement différemment ? Et comment peut-on comprendre ce lien entre le choix forcé d'être autodidacte et cette identification forte à une école de pensée omniprésente chez elle ? Il aurait été intéressant de pousser l'exploration de cette question en entrevue pour comprendre l'impact de ce parcours particulier.

D'autre part, bien que l'identification à une école soit plus présente chez deux comédiennes, les quatre personnes participantes parlent d'une nécessité de s'approprier leur processus de formation. Bien que formés dans une école reconnue, Masha et Claude nomment tout de même avoir exploré d'autres voies que celles enseignées, comme la technique clownesque ou les performances artistiques. Colombine se consacre à un style de théâtre dansé clownesque et ce focus est une préférence qui lui est propre. Les trois comédiennes et le comédien nomment avoir exploré des styles d'expression variés et avoir découvert être plus à l'aise avec certains que d'autres. Également, chaque personne arrive avec un style personnel ancré dans une personnalité qui s'accorde de façon unique à l'école de formation. Cette fusion des horizons identitaires, professionnels et personnels, est un processus complexe, mais qui paraît être bien présent chez les artistes.

### 12.2.1 L'identité éthique influence la posture de jeu sensible dans la rencontre

Les quatre artistes semblent entretenir un rapport éthique au jeu qui module leur façon d'entrer en relation sensible. Celui-ci reste fortement ancré dans leur identité respective, guidant leur mode d'être en relation sensible. Cette idée semble plus évidente dans la réflexion d'Ophélie et de Colombine. Tout comme pour l'école de jeu, on peut se demander ici aussi s'il existe un lien particulier entre leur parcours plus atypique et ce sens de l'éthique du jeu. Ce thème reste présent chez Claude et Masha, mais de façon moins explicite. Dans tous les cas, l'éthique personnelle semble responsable de la qualité d'engagement dans le jeu relationnel sensible tout en modulant le rapport à l'autre.

Par exemple, chez Ophélie, pour qui le sens de l'éthique pourrait se résumer par les trois mots « c'est ta job », l'idée de la responsabilité personnelle reste très forte. L'importance qu'elle accorde à son devoir de trouver des solutions lorsqu'il y a des impasses dans le jeu l'amène à entrer en relation avec l'idée qu'elle doit porter sur ses épaules le poids de s'assurer que la relation fonctionne. Le point de vue éthique de cette artiste nous rappelle donc que nous avons surtout le contrôle sur notre subjectivité dans la rencontre et non sur celle de l'autre. Le rapport au jeu en est donc un qui exige que l'on se centre sur soi, sur la contribution personnelle que nous pouvons avoir comme individu à celui-ci. Colombine, qui associe le respect qu'elle voue pour son métier à quelque chose qui est de l'ordre du sacré, attitude qui engrange une humilité dans le rapport au jeu, semble également appuyer cette idée d'une responsabilité personnelle de l'artiste. Toutefois, chez elle, c'est l'idée que le jeu est quelque chose de plus grand que l'individu qui est davantage mise de l'avant. Si le théâtre est sacré, c'est qu'elle s'engage dans quelque chose d'intersubjectif qui implique d'autres artistes et un public. Par ailleurs, Masha présente davantage son rôle comme en étant un discret, lié à sa propre personnalité plus timide. En apparence, elle met un accent moins grand sur sa propre responsabilité. Mais est-ce que cette attitude signifie pour autant une absence d'éthique ? Ou au contraire, peut-on parler plutôt d'une éthique de l'abandon et de la confiance en l'autre ? En effet, il y a bien là une responsabilité personnelle chez

Masha, celle de savoir quand elle doit céder le contrôle de la proposition à l'autre, mais aussi un sens du respect pour un tout intersubjectif qui reste plus grand que la somme des sujets qui le compose. Le sens de l'éthique de ces trois artistes paraît ainsi être intimement lié au fait que le théâtre reste dans son essence intersubjectif. La responsabilité personnelle de l'artiste est de s'assurer de l'émergence d'un sens plus grand que celui des individus, que ce soit par le travail sur soi ou la capacité de savoir quand s'abandonner.

La vision du théâtre de Claude, au premier regard, semble s'éloigner de cette intersubjectivité. En effet, lorsqu'il dit que le théâtre doit partir d'un « besoin de créer » ou d'une « nécessité », il nous parle surtout de son sentiment d'urgence personnel. Toutefois, là où cette éthique du nécessaire prend une forme plus intersubjective, c'est que pour lui l'intime est lié à l'universel. Derrière ce sens de la nécessité en apparence égocentrique, il y a donc la conscience d'un sens herméneutique qui le dépasse. La régulation de sa sensibilité est, pour Claude, mise au service de l'inclusion de l'autre dans la co-écriture de l'histoire qu'il tente de raconter.

En somme, l'éthique part toujours d'une responsabilité personnelle qui vise toujours à favoriser l'émergence d'un sens qui dépasse l'individuel. Il y a un grand respect chez ces artistes pour le théâtre et cela est imbriqué solidement dans leur identité. Dans cette optique, la sensibilité demande d'être régulée afin de s'assurer qu'elle reste au service du jeu, et donc de l'intersubjectivité.

#### 12.2.2 La sensibilité du sujet qui joue se construit à partir de l'identité personnelle

Enfin, on peut observer chez les quatre artistes un lien fort entre leur façon de jouer, leur histoire de vie et la personnalité artistique qu'il et elles sont devenus. En effet, chaque

personne rencontrée avait sa personnalité et son vécu et dans tous les cas cela venait influencer le rapport entretenu avec le jeu sensible. Par exemple, Ophélie, qui se décrit comme une « *overachiever*<sup>40</sup> », dit que cela lui a joué plusieurs tours dans sa carrière, notamment en s'engageant dans des rôles trop lourds à porter pour elle. C'est aussi ce désir de performance qui l'empêchait de vivre le théâtre comme un voyage et de trop mettre l'accent sur le « rêve du résultat » plutôt que sur ce qui se passait dans l'immédiateté du jeu. Lorsque ce désir se manifeste de façon trop grande, il peut l'amener à se couper du contact avec l'autre pour mettre l'accent sur ses préoccupations. Nous ne savons pas trop d'où vient ce désir de performer, mais nous sentons que cela fait partie d'elle et qu'il s'agit d'un écueil possible qui peut nuire à l'ancrage sensible du jeu. Ceci fait écho à Colombine alors qu'elle évoque son rapport initial plutôt souffrant au jeu qui était ancré dans la peur de décevoir ou de ne pas performer. Cette dernière nomme que quelque chose en elle, issu de son histoire personnelle, qui a besoin de plaire, et sur lequel elle a dû travailler pour réussir à se mettre au service du jeu. En outre, c'est en apprenant une triste nouvelle avant une représentation que Masha a compris que de s'abandonner dans la vulnérabilité améliorerait la qualité sensible de sa présence dans la relation. Ces trois comédiennes parlent donc d'éléments de leur personnalité et de leur propre histoire de vie qui influencent leur jeu. Plus particulièrement, dans ces exemples, elles nous parlent d'une peur liée à la performance qui viendrait faire obstacle à la relation. Est-ce que le fait que cela soit présent chez au moins trois participantes peut informer sur les liens qui existent entre une crainte de ne pas être à la hauteur et le métier choisi ? Est-il pertinent dans ce cas pour l'artiste de se poser la question quelque part durant son parcours sur ce qui le conduit à choisir un tel art ?

En outre, il est possible de sentir comment l'identité qui se manifeste dans le jeu semble être liée à l'histoire de chacun. Claude en fait la démonstration la plus évidente alors que, de tous, il est celui qui nomme le plus explicitement le fait qu'il mobilise activement son

---

<sup>40</sup> Anglicisme qui pourrait être traduit comme « surperformante »

histoire de vie pour nourrir son jeu. Sa sensibilité est mise au service d'une intention d'utiliser son intimité pour toucher l'autre. Plus spécifiquement, il raconte comment ses traumatismes personnels nourrissent cette « nécessité » de faire de l'art, mais surtout comment celle-ci est ce qui se communique vraiment aux partenaires de jeu et au public au-delà du contenu explicite de la pièce. Même chose pour Masha qui se sert de la petite fille figée qu'elle fût enfant pour se mobiliser dans le jeu, ou encore pour Colombine qui récupère sa volonté de plaire à ses parents pour la mettre au service de la représentation. Ainsi, l'être rencontre le monde selon une modalité qui lui est propre et qui tire ses origines d'une histoire particulière.

L'histoire de vie peut être à la fois un facilitateur de la sensibilité ou un obstacle qui peut aller jusqu'à la déconnexion de l'être avec sa sensibilité. Lorsque ses fragilités personnelles refont surface, Ophélie se dissocie de sa sensibilité dans le jeu. Dans ces moments, elle sait que ce n'est pas le corps de son personnage qui s'engourdit, mais quelque chose qui vient de son histoire personnelle. Pourtant, laisser être cette identité reste nécessaire pour toucher l'autre. En effet, c'est ce que les quatre artistes affirment lorsqu'ils parlent de la nécessité de se laisser être vulnérable. Nous pouvons aussi rappeler Colombine dont le jeu physique plus « dur » serait le résultat de l'atmosphère familiale dans laquelle elle a évolué. Cette façon de jouer est à la fois facilitante lorsque la création l'exige, mais peut devenir un obstacle lorsqu'elle doit faire appel à d'autres parties d'elle, notamment ce qu'elle appelle sa « douceur féminine ».

Alors que notre réflexion sur le lien qui unit l'identité et la présence sensible évolue, nous pouvons voir apparaître un lien avec l'importance que ces artistes accordent au maintien d'un sens éthique dans le jeu. En effet, pour paraphraser Ophélie, l'identité subjective doit rester au service d'une « réalité de jeu » plus grande que la réalité individuelle. C'est en effet ce que cette dernière nous dit lorsqu'elle affirme que cela doit être un choix volontaire

d'utiliser, ou non, un blocage provenant de son histoire. Le fait de ne pas être à l'aise lorsqu'elle entend les mots « je t'aime » peut nourrir le jeu, mais pourvu que ce soit un « choix volontaire » de le faire. C'est aussi ce que semble nous dire Masha lorsqu'elle dit qu'il ne faut pas devenir l'émotion, ou Claude alors qu'il affirme avoir trop « subi » sa sensibilité. L'histoire de vie influence donc l'identité relationnelle et sensible de l'artiste, mais l'éthique de chacun et chacune rappelle que celle-ci doit se subordonner aux besoins du jeu. Il y a, par conséquent, une tension entre la nécessité de laisser apparaître cette identité dans la vulnérabilité pour toucher l'autre, mais aussi de la réguler pour éviter qu'elle ne devienne un obstacle à la rencontre. Comment y parvenir ?

Une partie de la réponse semble se trouver dans l'idée du seuil entre le monde quotidien et le monde du jeu qui constitue la prochaine section de cette analyse transversale. Les deux thèmes sont donc intimement liés car le fait d'avoir à maintenir une distance entre l'identité au quotidien et l'identité au service du jeu permet, au travers de la réflexivité, de s'assurer de cette obligation éthique. Une idée importante à souligner : les quatre personnes nomment l'importance de prendre soin de leur vécu affectif lorsqu'elles laissent résonner leur sensibilité. « *Extreme self-care*<sup>41</sup> » nous dit Ophélie. Elle nous rappelle également, par la métaphore du gym, qu'il ne faut pas « lever des poids trop lourds », c'est-à-dire ne pas s'attaquer à des personnages trop difficiles à porter, lorsque les comédiens débutent dans le métier, ce qui implique une nécessaire connaissance de soi initiale, du moins de leur vulnérabilité. L'être qui joue doit donc se connaître intimement pour s'assurer de faire les bons choix, et de manière consciente, au service du jeu relationnel sensible et de ce qu'il implique.

---

<sup>41</sup> Traduction libre : bienveillance envers soi extrême.

### 12.2.3 Le corps est mémoire et sert de médium sensible à l'identité dans le jeu

Dans un dernier temps, il convient de nommer le rôle du corps vécu dans la formation de l'identité sensible dans le jeu. Chaque comédien et comédienne de cette recherche parle à sa façon d'une façon d'être qui apparaît par le corps. Claude et Colombine s'amuse d'ailleurs à faire le même exercice, soit de regarder les postures physiques. Cette dernière s'inspire de la façon de bouger des gens qu'elle croise au quotidien pour construire ses personnages alors que lui dit regarder pour « sentir ce que vivent les gens ».

L'identité personnelle se ressent, s'observe et se vit donc au travers le corps. C'est pourquoi Colombine parle beaucoup de « mémoire corporelle » pour nourrir son jeu relationnel. C'est également ce que nous dit Ophélie lorsqu'elle mentionne que, pour jouer une personne qui a faim, elle doit au minimum se priver de nourriture, ou que pour jouer une toxicomane, elle a observé le geste des personnes qui se piquaient. La mémoire du corps sert d'appui, elle permet d'élargir la gamme des expériences.

En outre, il convient de rappeler que « l'émotion c'est le corps et le corps c'est l'émotion » comme le dit si bien Colombine. L'affect qui habite la personne et qui fait également partie de la construction identitaire du sujet demeure intimement lié au corps vécu. Pour ces artistes, la mémoire corporelle et l'émotion sont imbriquées l'une dans l'autre.

### 12.2.4 Conclusion sur l'identité sensible dans le jeu

L'identité des artistes semble influencer le rapport sensible au jeu de plusieurs façons. Par conséquent, il est possible d'évoquer l'idée que chaque être-dans-le-monde-du-jeu est constitué du soi historique et du soi qui joue. Ainsi, entrer en contact sensible avec l'autre se fait avec une part de soi, mais aussi avec une part d'altérité provenant du jeu. Cette part

du soi est nécessaire pour favoriser l'authenticité qui passe par l'accès à la vulnérabilité de l'artiste, mais en même temps elle doit être régulée pour rester au service du jeu. Au final, on comprend que l'identité est à la fois un facilitateur potentiel, mais aussi un possible écueil à surveiller pour favoriser la sensibilité relationnelle.

Dès lors, on peut se demander comment cette tension peut se réconcilier. Comment être à la fois soi et un autre dans le jeu ? C'est ici que le prochain concept transversal entre en scène : celui d'une distance nécessaire qui sert de seuil structurant cette tension.

### 12.3 L'ÊTRE QUI JOUE PASSE PAR DES SEUILS QUI SÉPARENT LA SENSIBILITÉ QUOTIDIENNE DE CELLE DU JEU

La revue de littérature avait déjà mis de l'avant la notion d'extraquotidienneté, notamment via l'anthropologie théâtrale de Barba et Savarese (2008). Cette idée que l'espace de jeu est un lieu où la façon « d'être-avec » l'autre se vit au travers d'une posture différente de celle de la quotidienneté est apparue dans le discours des quatre personnes ayant participé à cette thèse. Toutefois, la précision que les réflexions des participantes apportent, c'est la notion de passage entre ces deux façons « d'être-au-monde », c'est-à-dire la transformation de la sensibilité de l'artiste lorsqu'il ou elle entre dans le monde du jeu. Toutes les dimensions de la sensibilité relationnelle semblent modulées par ce passage, incluant le rapport à l'identité abordé précédemment qui est à la fois semblable et différent, mais également le rapport à l'écoute et à la présence de l'artiste. Ce passage ne se vit toutefois pas de la même façon pour toutes les participantes. Même chose pour le niveau de transformation qui s'opère durant ce passage. Toutefois, un point demeure : il y a transformation de la posture qu'adopte l'être-au-monde lorsqu'il entre dans le monde du jeu.

La prochaine section explorera ce thème de cette distance entre deux mondes qui demeurent néanmoins liés au travers l'idée du seuil. L'analyse transversale permet de révéler les sous-thèmes suivants :

- *La réflexivité de l'artiste permet de réguler la tension entre l'identité quotidienne et celle du jeu ;*
- *Les enseignants et les metteurs en scène, ou l'autre comme tiers, facilitent le maintien du seuil ;*
- *L'espace physique et l'espace imaginé du jeu servent d'ancrage à la sensibilité extraquotidienne ;*
- *La sensibilité à la temporalité du jeu modifie la posture relationnelle*
- *Le plaisir et le travail sont des modes complémentaires facilitant le passage d'un seuil à l'autre ;*
- *Les rituels servent d'amorces permettant le changement de la posture relationnelle sensible.*

#### 12.3.1 La réflexivité de l'artiste permet de réguler la tension entre l'identité quotidienne et celle du jeu

À la lecture des témoignages analysés, il semble évident que le sujet devient autre lorsqu'il entre dans le monde du jeu. En effet, on retrouve cette idée dans les quatre discours qui construisent la présente recherche. L'idée que de communiquer par l'intermédiaire d'un « personnage » transforme l'être sensible est bien mise en évidence dans les analyses individuelles. Toutefois, nous avons vu dans une section précédente que l'identité influence aussi la présence sensible dans le jeu. Dès lors, qu'advient-il de l'identité personnelle lorsque l'artiste entre dans le monde du jeu ? Est-ce que la sensibilité quotidienne devient entièrement autre lorsqu'elle s'exprime à l'intérieur de l'espace scénique ? Bien que des nuances puissent être apportées par chaque participante, nous sentons qu'une part du soi quotidien franchit le seuil alors qu'une autre part se transforme pour être au service du contexte de la scène. En fait, c'est comme si l'artiste sur scène était à la fois soi et autre. Par

conséquent, le sujet qui entre dans l'espace de jeu le fait en maintenant une tension entre sa subjectivité vécue dans le quotidien et celle du jeu.

Ophélie est celle qui paraît le mieux représenter cette tension alors qu'elle explique le succès d'une audition par le fait qu'elle avait rencontré sa partenaire « pour vrai » dans le réel avant de jouer avec elle. La relation réelle a traversé la frontière entre les deux mondes pour s'installer dans la relation de jeu. Par ailleurs, elle explique plus tard que l'être qui joue doit rester conscient de ce qui lui arrive en évoquant par exemple le risque de tomber amoureux du partenaire dans l'intimité du jeu si on oublie la convention. La métaphore du « rêve éveillé » qui vient aussi d'Ophélie représente parfaitement cette tension qu'il semble important de mettre en évidence. Le sujet veut s'abandonner dans un rêve, y amener une partie de son identité quotidienne pour que le jeu soit plus authentique, mais il reste aussi guidé par une réflexivité et l'idée des choix conscients.

Pour leur part, Masha et Colombine nous parlent respectivement « d'aspiration » vers le jeu et « d'abandon », ce qui pourrait laisser croire qu'elles adoptent plus la position de rêveuse que celle de l'éveil pour reprendre la métaphore d'Ophélie, c'est-à-dire que l'interprète abandonne davantage son identité quotidienne. Toutefois, en écoutant plus attentivement leur réflexion, il est possible d'interpréter cela différemment. En effet, l'abandon de Masha a pour but de retrouver une autre partie d'elle, celle qui est moins civilisée, et qu'elle associe à l'enfance. Franchir la frontière lui permet donc de reprendre contact avec une partie de sa subjectivité qui était déjà bien présente dans son histoire, mais oubliée dans le monde du quotidien. Autant Masha que Colombine nous disent pouvoir être « vraiment elles » dans le jeu. Par conséquent, peut-on dire que plutôt que devenir totalement autre, elles deviennent plutôt davantage elle-même dans un rapport plus authentique et sensible à leur être ? En somme, le sujet est là, mais il devient plus assuré, moins inhibé et moins censuré.

Pour sa part, le discours de Claude met en lumière une dimension plus herméneutique liée à l'idée du seuil, soit qu'une autre frontière est franchie lorsque la subjectivité est appropriée par l'autre. Le sujet sensible se transforme donc de nouveau au contact du spectateur, d'autrui, signifiant qu'un autre seuil, celui qui sépare les êtres sensibles, est traversé lorsque le sens intime de l'un est intériorisé par l'autre.

Le passage du seuil se vivrait donc comme une certaine désinhibition de l'identité sensible, mais en maintenant un lien tensionnel avec une part du soi quotidien qui a appris à se réguler. Cette tension repose sur une réflexivité du sujet quotidien qui maintient un regard sur lui-même en train de jouer. Nous revenons donc vers l'idée que l'entrée en relation sensible se vit à la fois comme un soi quotidien, mais aussi comme un autre que soi qui apparaît dans le jeu. Le sujet qui joue peut endosser un personnage pour faciliter le passage du seuil, mais il ne peut se départir entièrement de son identité quotidienne comme le ferait un serpent qui change de peau. C'est là où l'espace d'antichambre entre l'espace de jeu et l'espace quotidien devient importante, en maintenant l'équilibre au travers cette tension.

Enfin, nous retenons qu'une part du soi quotidien semble servir de tiers régulateur pour le soi qui joue, comme si l'être se promenait des deux côtés de la frontière, un pas dans le monde du jeu, et un dans le monde du réel. L'acteur a une sorte de « conscience témoin » qui lui sert de tiers intérieur. Cela reste important car le soi quotidien ne peut entièrement devenir le sujet sensible du jeu, il ne peut « devenir l'émotion jouée » comme le dit si bien Masha. Un peu, pour reprendre l'image de la scène, comme si une part de soi devait rester de l'autre côté du quatrième mur invisible, dans la salle, avec les spectateurs, pour se regarder jouer.

### 12.3.2 Les enseignants et les metteurs en scène, ou l'autre comme tiers, facilitent le maintien du seuil

Nous venons de voir que, pour les participantes, l'être peut se servir de sa sensibilité pour observer sa propre présence sensible, et ce afin de distinguer celle du jeu de celle de tous les jours. Pour paraphraser Merleau-Ponty (1945), c'est comme si ces artistes nous disaient que ce regard qui sert à rencontrer autrui sert aussi à se regarder soi-même. Toutefois, les trois comédiennes de notre recherche nomment aussi l'importance du regard de l'autre, notamment pour développer cette conscience réflexive. Colombine, par exemple, a réalisé sa tendance à abandonner le rythme de son personnage pour adopter celui de son partenaire parce qu'un metteur en scène lui avait déjà reflété de faire attention à ce réflexe. Une fois ce regard extérieur intériorisé, elle a pu mieux s'observer pour éviter de trop fusionner avec ses partenaires. Pour cette même participante, une psychothérapie l'a aussi aidée à prendre conscience de son style de jeu naturel et de l'impact de son histoire de vie sur son jeu. Ainsi, cette thérapie lui a permis de maintenir cette nécessaire distance entre son identité quotidienne et celle qui doit être mise au service du jeu. Nous retrouvons des exemples similaires chez Ophélie et Masha.

Par contre, nous notons que Claude nous parle peu de ses enseignants ou de tiers, mais plutôt de la démarche personnelle qu'il a faite pour apprendre à mieux comprendre sa sensibilité. Il est également celui dont nous sentions le plus la souffrance initiale du jeu. Bien que nous ne puissions-nous fier uniquement à son expérience pour tirer des conclusions, il n'en demeure pas moins que cela semble informer sur l'écueil possible de faire ce travail seul. Par contre, Colombine prévient qu'entre les mains d'un mauvais professeur ou metteur en scène, l'artiste peut être détruit. Les personnes-tiers ont donc un grand rôle à jouer dans le développement d'une réflexivité qui sert de frontière, mais pourvu que ceux-ci agissent avec une bienveillance car comme le dit si bien Colombine, « la vulnérabilité d'un acteur, c'est sacrée ». Les personnes tierces sont donc présentées dans les entrevues comme des sortes de garde-fous éthiques.

### 12.3.3 L'espace physique et l'espace imaginé du jeu servent d'ancrage à la sensibilité extraquotidienne

La spatialité joue un rôle important dans la transformation de la sensibilité quotidienne vers une sensibilité de jeu pour la plupart des participantes rencontrées. En effet, l'étendue du monde physique semble pouvoir servir d'appui pour se reconnecter au monde du jeu. Ophélie se sert de la distance qui la sépare de ses partenaires comme appui pour se reconnecter au monde du jeu après un décrochage. Dans son cas, c'est l'éloignement qui a permis la rencontre. Les éléments physiques de l'espace de jeu peuvent également faciliter le passage de la frontière, comme c'est le cas pour Masha qui se sert de la sensation de chaleur que provoque l'éclairage sur sa peau pour nourrir son plaisir et sa présence dans le jeu.

La sensibilité aux dimensions physiques de la spatialité joue donc un rôle important pour que l'être maintienne sa présence extraquotidienne. Toutefois, au-delà de cet appui sur l'espace physique, c'est l'interconnexion entre cet espace matériel et l'imaginaire du sujet qui joue que nous retenons comme élément essentiel de l'analyse. En effet, il suffit de repenser à Colombine qui investit d'un caractère sacré l'espace de jeu : « on ne deal pas sur l'Autel, tsé... c'est sacré ! ». Dans cet exemple, nous devinons que ce ne sont pas tant les caractéristiques physiques qui aident cette artiste à changer de monde, mais plutôt l'investissement subjectif qu'elle en fait. Ceci résonne avec l'idée de « bulle imaginaire » de Masha. C'est comme si le fait d'envelopper cet espace de son imaginaire l'aidait à changer de posture. À l'opposé, Ophélie nous dit être incapable de répéter dans sa cuisine car justement trop d'éléments lui rappellent sa vie réelle. Conséquemment, nous retenons que l'imaginaire enveloppe et coupe, ou au contraire, il ne parvient pas à se duper car il est retenu par trop d'accroches dans le réel concret.

Enfin, pour Masha, un simple nez de clown l'aide à se sentir dans un espace de jeu. Ce que le nez de clown de Masha introduit, c'est la dimension intersubjective des mondes imaginaires. En effet, si par un simple élément de costume elle se permet d'entrer dans cette bulle, c'est que des gens autour d'elle reconnaissent cette convention. L'espace imaginaire est donc coconstruit. Elle nous en a d'ailleurs bien fait la preuve par ses gestes précis durant les entrevues et qui nous donnait l'impression de voir ce qu'elle décrivait. Elle en parle aussi lorsqu'elle nomme l'importance de bien accorder les espaces imaginaires avec les partenaires afin que ceux-ci voient les mêmes choses. C'est aussi ce que semble dire Ophélie lorsqu'elle évoque l'importance de coconstruire la réalité du jeu avec les partenaires. Claude aborde cette idée aussi lorsqu'il aborde ses performances faites chez lui. Bien qu'il joue dans son univers quotidien, c'est l'arrivée d'étrangers qui apporte une altérité à son monde de tous les jours et qui permet à un lieu commun d'émerger. Le seuil entre le quotidien et l'extraquotidien est donc traversé grâce à l'imaginaire des sujets qui participent à l'échange. Entrer dans le monde du jeu se fait donc nécessairement à travers de l'autre, et vice-versa. Toucher le monde par son imaginaire et entrer dans cet espace se fait parce qu'une autre sensibilité est là pour l'accueillir, et y répondre.

#### 12.3.4 La sensibilité à la temporalité du jeu modifie la posture relationnelle

Le monde du jeu constitue un autre espace, mais il ouvre aussi un autre temps. Développer une sensibilité à différentes temporalités permet aussi d'actualiser le passage du seuil. Par exemple, Ophélie trouve nécessaire de ralentir les dialogues pour bien s'ancrer dans ce qu'elle appelle « la réalité de la scène ». Ralentir permet de prendre le temps de changer la posture relationnelle. Masha se connecte aussi au monde du jeu en tentant d'accorder sa sensibilité à un rythme qu'elle décrit comme « primaire » qu'elle dissocie d'un rythme « civilisé. Pour sa part, Colombine construit son personnage en commençant par trouver son rythme, c'est par celui-ci qu'elle change de posture entre le quotidien et le jeu. Elle distingue aussi le rythme « trop technique » de la danse de celui du théâtre qui serait plus

« organique », c'est-à-dire plus intuitif et moins programmé. ». Il y a donc différents types de rythme, l'un, le « primaire » et « organique, qui est davantage connecté à une expérience préverbale et l'autre, le « civilisé » et « technique », qui est davantage dicté par des règles externes rigides. Dans ces trois exemples, nous retenons donc que la temporalité du quotidien n'est pas la même que celle du jeu. Celle de tous les jours est davantage « formatée » par la civilisation pour reprendre les mots qu'utilise Masha.

Toutefois, encore plus important, est l'idée que le rythme est également de nature intersubjective, il est coconstruit, d'où l'importance de le ralentir pour Ophélie. Colombine parle des différents niveaux de rythme alors qu'elle nomme l'harmonie qui s'installe entre celui de son personnage et celui de la scène. La rencontre des différentes rythmicités construit un autre univers temporel, celui du jeu.

Enfin, le rapport entre seuil et temps est évoqué par l'idée de la réflexivité, de « repasser le film » comme le dit si bien Ophélie pour réfléchir à ce qui vient de se passer sur scène. Le va-et-vient entre l'être que joue dans l'espace extraquotidien et celui du quotidien se fait aussi en ramenant l'esprit dans le moment de la rencontre jouée pour la regarder avec cette distance temporelle. « C'est après que l'on sait », ajoute Ophélie à ce sujet. Tout comme elle précise que l'esprit ne doit pas être dans l'anticipation d'une performance future pour être dans l'espace du jeu : il se positionne maintenant, dans le présent de la rencontre théâtrale. Conséquemment, l'après coup (et l'importance donnée à ce qui a eu lieu dans le jeu) est une autre façon de créer un seuil, et donc de construire sa sensibilité extraquotidienne.

### 12.3.5 Le plaisir et le travail sont des modes complémentaires facilitant le passage d'un seuil à l'autre

Ophélie, Colombine, Masha et Claude font tous et toutes des références à la notion de plaisir qui semble servir de marqueur pour reconnaître le passage de ce seuil, celui qui sépare la sensibilité quotidienne de celle du jeu. Il faut « avoir du fun », vivre le théâtre comme un « voyage », trouver « son fun à bouger », ou encore son « plaisir taquin ». Le plaisir semble donc à la fois une façon de vivre le changement de posture, mais aussi de le faciliter malgré les souffrances que sont la fatigue ou le contact avec des émotions difficiles. Nous soulignons aussi l'idée de l'abandon car il semble y avoir quelque chose de satisfaisant à se laisser aller, comme si le jeu permettait un mode d'être qui est peu valorisé dans le monde du quotidien. Enfin, Claude évoque aussi la dimension intersubjective du plaisir lorsqu'il affirme qu'il y a quelque chose de ludique à s'approprier la proposition de l'autre, que cela fait partie des motivations à jouer.

Le travail est aussi important, et on le sent au travers des expressions comme « c'est ta job », « le théâtre c'est sacré » ou encore « le théâtre doit partir d'une nécessité ». Pour jouer, il faut donc faire un effort, il y a quelque chose de l'ordre d'une capacité à se mobiliser pour pénétrer dans le monde du jeu. Il est aussi nécessaire aux acteurs et actrices de maîtriser une technique pour mieux s'abandonner au jeu. Maîtriser les déplacements, le texte ou encore les techniques d'expression dramatique, tout cela requiert du travail, mais dans le but de permettre un abandon. Par conséquent, le plaisir et le travail coexistent comme façon d'actualiser la traversée des univers. Le plaisir semble être ce qui rend le travail plus facile, mais à l'inverse, par l'entraînement technique des comédiens et comédiennes, on comprend aussi que la maîtrise par la discipline permet un lâcher-prise nécessaire à celui-ci. Les deux se nourrissent donc mutuellement dans le but d'aider les êtres à entrer dans l'antichambre du jeu.

### 12.3.6 Les rituels servent d'amorces permettant le changement de la posture relationnelle sensible

L'idée de rituels qui servent à marquer ce passage entre les deux façons d'être-au-monde peut également être soulignée. Yoga, *push-up* ou *s'isoler* sont tous des gestes nommés durant les entrevues. Nous observons que ces rituels peuvent varier d'une personne à l'autre, laissant supposer que l'artiste doit trouver sa façon de marquer le passage entre les mondes. En outre, nous retenons l'idée nommée par Masha qui nous met en garde contre les faux rituels qui se vivent dans la tension, comme des « béquilles », c'est pourquoi dans l'optique de permettre l'abandon, pour elle, ces gestes préalables à l'entrée dans le monde du jeu ont comme objectif principal la détente et la dilatation du corps. Le rituel n'est pas un chemin rigide, mais une direction, quelque chose qui libère l'artiste de tensions et qui l'oriente vers une nouvelle posture. Le corps occupe aussi une grande place dans les rituels de chacun. En fait, s'il y a un lieu commun chez les quatre participantes, c'est l'importance accordée à l'éveil du corps dans leurs rituels respectifs. Plus particulièrement, nous retenons l'idée du réchauffement et celle de la détente qui reviennent systématiquement dans toutes les entrevues. Les rituels visent à la fois une activation et un abandon dans le jeu.

### 12.3.7 Conclusion sur l'idée du seuil

L'idée d'un seuil qui sépare la sensibilité relationnelle du quotidien de celui du jeu semble fondamentale pour comprendre l'expérience de la rencontre telle que vécue par ces comédiennes et ce comédien. Il ne s'agit pas d'une frontière étanche puisqu'une part du soi quotidien, de son histoire de vie, va toujours teinter le rapport au jeu. Toutefois, il demeure important de maintenir une distance, une sorte d'antichambre entre le soi du jeu et le soi du quotidien, et ce afin de maintenir aussi un seuil dans l'intersubjectivité. Autant par la réflexivité, elle-même facilitée par des personnes tierces observatrices mais bienveillantes, par le rapport à l'espace, à la temporalité ou par l'établissement de rituels, l'être reste conscient d'une différence entre les deux modalités de sa sensibilité afin d'éviter toute confluence. Le plaisir et le travail se nourrissent également mutuellement pour faciliter le

passage vers le jeu. Cette distance permet de s'assurer que la sensibilité relationnelle reste au service du jeu. L'effort requis pour franchir ce pont qui sépare les deux mondes a aussi la fonction de permettre un focus vers une façon différente d'être en contact avec l'autre. Il serait en effet pratiquement impossible de maintenir dans la vie de tous les jours une telle posture sensible, ce qui rend cette frontière nécessaire pour savoir quand il faut la franchir.

Enfin, et cela semble être le plus important à retenir, la différence entre les deux mondes s'établit aussi au travers l'intersubjectivité. On ne traverse pas ce seuil seul, mais plutôt lorsque l'on permet à la sensibilité du sujet de toucher à celle d'un autre. Le monde extraquotidien est coconstruit par la rencontre d'êtres sensibles qui se touchent par leur corps et leur imaginaire dans un espace-temps qui est autre. L'être est autre en présence de l'altérité. L'établissement d'un seuil entre les sujets est aussi nécessaire pour que cette réalité commune se crée. Dans la fusion avec l'autre, il ne peut exister de mondes séparés. Même dans les chœurs des pièces de Colombine, elle explique que chaque personne garde un rythme corporel qui lui est propre. C'est une « harmonie » qui doit se créer pour reprendre ses mots car dans l'harmonie on entend les tonalités différentes. Si tout le monde vivait sur la même note, il ne pourrait y avoir d'harmonie, il n'y aurait qu'une note uniformisée. Pour qu'il y ait rencontre, il faut une forme d'écart et de différence, autant entre soi et l'autre qu'entre soi et soi. Sans cette différence, il n'y a pas de jeu. Enfin, nous pouvons souligner l'omniprésence du corps dans tous ces thèmes alors que celui-ci est vécu différemment dans l'extraquotidienneté de la scène. Il est moins inhibé, moins censuré et plus activé. Le corps est source de plaisir, il est ce par quoi l'être active son changement de posture. Parallèlement, il doit être libéré de tensions du quotidien pour faciliter la rencontre sensible du théâtre. Le corps-sujet entre dans l'action dramatique avec une intention dirigée vers l'autre qui est différente, plus soutenue, que celle que nous adoptons normalement dans la vie de tous les jours.

## 12.4 L'ÉCOUTE EST LA CONDITION ESSENTIELLE DE L'ENTRÉE EN RELATION SENSIBLE DANS LA JEU

L'écoute est un thème qui était absent de la grille d'entrevue et qui est pourtant nommé de façon explicite comme le plus important en réponse à la question de recherche, et ceci pour deux des participantes : Ophélie et Masha. La première le nomme d'emblée comme la condition essentielle et préalable de l'entrée en relation sensible dans le jeu. La deuxième a ressenti le besoin de relancer elle-même la deuxième entrevue parce qu'elle trouvait inacceptable d'avoir oublié d'en parler. Pour ces deux personnes, l'écoute est ce par quoi la sensibilité relationnelle s'actualise. La sensibilité se définit donc en partie par une qualité d'écoute. Colombine en parle implicitement et Claude ce thème est peu abordé. Dans tous les cas, on parle d'une écoute qui est sensible, c'est-à-dire d'une façon de recevoir organiquement et affectivement ce qu'autrui nous communique.

Quatre sous-thèmes émergent des réflexions sur l'écoute. Ceux-ci sont :

- *L'écoute sensible se vit comme une responsabilité et un abandon*
- *La sensibilité de l'écoute en jeu s'expérimente par la résonance de l'altérité dans la corporéité*
- *L'écoute sensible est une façon d'être qui se développe*
- *L'ajustement du rythme est une actualisation de l'écoute des partenaires*

### 12.4.1 L'écoute sensible se vit comme une responsabilité et un abandon

Grâce aux réflexions sur l'écoute, deux conceptualisations sont offertes. Pour Ophélie, l'écoute sensible s'inscrit dans l'ordre d'une responsabilité individuelle. Plus précisément, il s'agit d'un état qui nécessite un focus conscient. En outre, un lien peut être également être tissé avec l'idée du seuil puisqu'elle précise que cette écoute nécessite un effort maintenu par la volonté qu'il n'est pas toujours possible de conserver dans le quotidien. En fait, à

l'extérieur du jeu, l'écoute sensible est alors présentée comme « dispersée », ce qui laisse sous-entendre quelque chose qui doit activement se mobiliser dans une direction précise lorsque la frontière entre le réel et le quotidien est franchie. Par ailleurs, cette mobilisation d'un focus d'écoute est, pour Ophélie, la responsabilité individuelle de chaque artiste.

L'idée de la responsabilité se retrouve aussi chez Colombine au travers sa métaphore du sacré alors qu'elle explique que c'est son grand respect pour le théâtre qui l'aide à ne pas « décrocher » de son lien avec ses partenaires. Dès lors, ne peut-on pas dire que l'idée du décrochage renvoie aussi à celle de la perte de focus explicitée par Ophélie ? Comme s'il fallait rester au contraire accrochée à la relation par un effort qui dans son cas est facilité par la dimension éthique de son identité dont nous avons parlé plus haut ?

De plus, Ophélie explique que c'est justement parce que la qualité d'écoute passe par une connexion « de soi à soi » qu'elle doit se responsabiliser lorsqu'il y a quelque chose qui bloque dans l'échange. Cette conceptualisation de l'écoute se retrouve aussi à un moindre degré chez Claude, surtout lorsqu'il dit avoir appris à « accueillir » plutôt que « subir » son écoute sensible. En fait, à sa façon, il semble aussi parler d'un travail personnel qu'il a fait sur son lui pour mieux recevoir ce que l'autre lui apporte.

L'autre conceptualisation de l'écoute sensible surtout représentée par Masha est celle de l'abandon. Pour elle, écouter nécessite un lâcher-prise sur la volonté de contrôler le *flow* de l'échange entre les partenaires de jeu. Cela requiert aussi de ne pas tenter de reproduire artificiellement la posture de réception sensible du jeu à partir de tensions qu'elle présente comme des « béquilles », mais plutôt de faire confiance dans la détente. En outre, lorsque l'autre semble fermé à sa proposition, il lui apparaît d'autant plus important de ne pas entrer dans une lutte pour savoir qui s'imposera à l'autre et plutôt de faire confiance en ce

qui émergera du processus lorsqu'il s'ancre dans cet abandon de l'écoute. Il y a ici l'idée que ce lâcher-prise sur un geste visant à retenir l'ensemble de ce qui lui est communiqué permet de mieux accueillir quelque chose qui sera plus de l'ordre de l'essentiel, une essence qui dépasse les mots. Pour cette participante, cet abandon d'une rigidité permet également de recréer quelque chose de différent dans la relation, même au travers les répétitions.

En apparence, il semble y avoir contradiction entre ces deux façons de penser l'écoute. En effet, alors qu'une parle de volontarisme, l'autre position suggérée est celle de laisser tomber toute forme de volonté dans l'échange intersubjectif. Pourtant, Ophélie parle aussi d'abandon, notamment de ses blocages, allant même jusqu'à utiliser les mots « se laisser être » en référence à l'écoute sensible. Pour sa part Masha parle aussi d'une résonance en soi qui découle de l'écoute sensible, et c'est d'ailleurs parce que la réception passe par elle qu'elle peut « rebondir » sur la proposition de l'autre. De plus, on sent aussi chez cette dernière tout le travail qu'elle a fait pour apprendre à lâcher prise. Les deux conceptualisations, celle de l'écoute sensible comme une responsabilité personnelle qui implique un focus volontaire, mais aussi comme un abandon de la volonté de contrôler la réception, peuvent être comprises comme complémentaires et nécessaires. Il y a une part de l'écoute qui appartient à la personne qui reçoit. D'autre part, ce travail ne doit pas s'imposer à l'autre, ni d'ailleurs au contexte d'écoute. D'un côté il y a le focus et de l'autre la détente. Il ne s'agit pas ici de comparer, mais de réaliser qu'il semble y avoir deux façons de comprendre l'écoute qui pourraient possiblement coexister.

#### 12.4.2 La sensibilité de l'écoute en jeu s'expérimente par la résonance de l'altérité dans la corporéité

L'écoute est un acte sensible parce qu'il transite par le corps. En fait, si écouter est pour Ophélie d'abord et avant tout « une connexion de soi à soi », c'est en ayant accès à la résonance en elle de ce que l'autre lui communique qu'elle écoute « pour vrai ». Il y a donc

pour elle plusieurs niveaux d'écoute, incluant un qu'elle associe à l'authenticité. On peut d'ailleurs rappeler la distinction qu'elle fait entre « écouter » et « entendre », le premier faisant référence à une réception qui semble plus profonde, plus dense. C'est ici que le corps qui vit, mais surtout qui vibre au contact de l'autre prend toute son importance. En effet, cette densité de la sensibilité dans l'écoute semble s'actualiser par un engagement actif avec ses sens. Au contraire, lorsqu'elle n'écoute pas, elle « a les doigts gelés » et ne sent plus son corps. On sent cela chez Claude lorsqu'il parle de cette dame qu'il voyait s'avancer son siège pendant qu'il était sur scène, comme si son écoute passait par le sentiment de voir s'approcher cette femme vers lui, et parallèlement comme si son corps témoignait de la réception qu'elle faisait du récit qui se déployait devant elle. Masha parle pour sa part d'une combinaison entre la compréhension intellectuelle et sensible de la relation pour définir l'écoute : « écouter... écouter... c'est... c'est entendre. Comprendre. Intellectuellement comprendre. Pis aussi euh... se laisser toucher ». Il y a donc un niveau de compréhension de ce que l'autre communique qui passe par l'esprit, mais qui s'harmonise à un niveau de compréhension sensible qui passe par le corps. Se laisser toucher, c'est ce « vroum » dans la poitrine lorsqu'elle reçoit ce que l'autre lui propose. Notons qu'elle aussi associe l'idée d'un autre niveau d'écoute présentée comme « plus vrai ». Par conséquent, nous comprenons que l'écoute sensible s'actualise par la coexistence de deux registres différents, un plus intellectuel qui demeure nécessaire, mais surtout un sensible qui est décrit comme plus authentique.

L'écoute sensible passe donc par la connexion avec les sens, avec le corps, mais encore plus, celle-ci passe par la résonnance affective provoquée par cette même connexion. D'ailleurs, se laisser toucher pour Masha renvoie non seulement à quelque chose qui se situe au niveau d'un contact charnel, mais aussi à quelque chose d'affectif.

### 12.4.3 L'écoute sensible est une façon d'être qui se développe

L'écoute est quelque chose qui se travaille, du moins c'est ce que l'on retient de l'un des points de vue évoqués ci-haut. Or, l'une des façons de se responsabiliser passe par une forme d'entraînement de la capacité à écouter. Ce travail prend plusieurs formes selon les personnes qui en parlent. Par exemple, une rencontre avec un ami mélomane aura été révélatrice pour Ophélie, la conduisant à intégrer l'audition de la musique comme moyen de développer la qualité de son écoute. Pour sa part, Masha fait référence au tango à la fois comme métaphore et comme façon de développer le lâcher-prise dans l'écoute démontrant que même dans l'abandon, il y a un travail. Ces deux exemples renvoient à l'idée d'une transposition du développement d'une qualité dans un art en allant à la rencontre d'un autre, la musique ou encore la danse. Par contre, on peut aussi se souvenir des mises en garde que fait Colombine sur cette transposition alors qu'elle dit que, pour elle, ses habiletés de danse ne l'aident pas car elle considère que l'ajustement à un rythme musical est quelque chose qui pour elle est trop calculé et pas assez spontané. Il ne s'agit donc pas de devenir bon dans la maîtrise. Nous parlons plutôt d'une mise en jeu, d'un basculement nécessaire à l'adoption d'une écoute sensible.

Claude semble se démarquer des autres en postulant que cette écoute sensible est un talent naturel qui ne s'apprend pas : « la sensibilité, tu l'as ou tu l'as pas » nous dit-il. Effectivement, il croit que l'écoute devient sensible lorsque l'acteur apprend à la laisser exister en soi, mais elle ne peut naître chez quelqu'un pour qui il n'est pas dans sa nature d'être sensible. Nous pouvons souligner ici l'idée d'une immédiateté de l'écoute plus que d'un travail. Pourtant, il explique aussi qu'il a dû travailler lui-même pour se libérer de quelque chose qui bloquait son écoute sensible, pour se « laisser être » dans celle-ci. C'est ici que pourraient se rejoindre les façons de conceptualiser la dichotomie apparente entre la responsabilité et l'abandon, soit que l'essentiel du travail réside dans cette capacité d'améliorer la connexion à la sensibilité, mais que cette dernière est déjà là, donnée par notre corps. L'improvisation, qui est nommée par les trois participantes féminines comme

méthode d'entraînement, va dans ce sens, c'est-à-dire de se donner un cadre qui est à la fois suffisamment structurant et libre pour développer une qualité d'écoute tout en se confrontant à un déséquilibre créé par l'imprévu. Ici, l'entraînement consiste surtout à se déstabiliser pour lâcher prise sur le contrôle dans la réception : improvisation, utilisation d'un autre art moins maîtrisé comme le chant en se roulant par terre, rien n'est exclu pour parvenir à cette fin. La relaxation et la détente, que ce soit au travers le yoga ou la méditation, reviennent également souvent dans les formes d'entraînement à l'écoute.

Paradoxalement, pour faciliter l'avènement d'une écoute du sensible de qualité, l'artiste doit développer un sentiment de maîtrise technique suffisant. En fait, même si l'abandon demeure l'élément central pour Masha, elle en vient tout de même à nommer l'importance de maîtriser son texte, sa technique. Même chose pour Ophélie qui doit intégrer les déplacements. Par conséquent, elles doivent d'abord s'affranchir de la technique en la maîtrisant mieux pour parvenir à laisser l'écoute sensible émerger librement dans l'abandon. Il y a quelque chose de l'ordre du réflexe qui s'intègre à la façon de vivre le jeu qui doit être acquise pour que le sentiment de compétence soit tel qu'il permette de se concentrer sur l'écoute. C'est à force de soutenir activement son focus d'écoute que celui-ci est devenu avec le temps un quasi-automatisme. De nouveau, on retrouve l'idée d'une tension entre un besoin de maîtrise d'une technique et un savoir-être. Tension car bien que l'un semble préalable à l'autre, il n'en demeure pas moins qu'il est souvent nommé qu'un accent trop grand sur les dimensions techniques du jeu relationnel coupe le sujet de sa connexion à son écoute sensible.

Enfin, si l'écoute change en franchissant le seuil de l'espace de jeu pour se maintenir dans une intensité qu'on ne retrouve pas au quotidien, il n'en demeure pas moins qu'on sent aussi chez ces participantes qu'une partie de leur identité artistique s'exerce dans le quotidien. Pour Ophélie, il est clair que l'écoute du quotidien n'est pas la même, nommant

comme exemple le fait qu'on prend souvent conscience de notre envie d'uriner lorsqu'elle devient urgente, sous-entendant ainsi que nous vivons dans un monde où nous nous coupons de cette connexion de soi à soi nécessaire à l'écoute sensible du jeu. Malgré tout, elle tente de se donner des moments, notamment avec ses amis, où elle dit écouter « pour vrai », c'est-à-dire dans une connexion soutenue à l'autre. Claude par contre dit qu'il fait le maximum au quotidien pour entraîner son écoute sensible, disant même faire du bénévolat dans des centres d'écoutes pour garder sa sensibilité active. Il y a donc une continuité entre le monde du quotidien et celui du jeu, ce qui change étant l'intensité du focus et du maintien d'une posture qu'il serait difficile de maintenir à temps plein.

En somme, il n'est pas clair si l'écoute est un savoir-faire qui peut se développer avec le temps, ou, comme le mentionne Claude, c'est quelque chose qui est donné à l'être et qu'il faut simplement apprendre à contacter. Par contre, il semble que ce savoir-faire est fortement lié au savoir-être. En effet, si nous retenons l'idée que l'écoute de l'autre est un acte sensible qui passe par soi, c'est donc que l'être-au-monde doit nécessairement travailler sur lui-même pour apprendre à accueillir ce qui résonne de l'autre. Enfin, les deux éléments de l'écoute, la responsabilité et l'abandon, apparaissent dans les entraînements évoqués. Pour le premier, c'est toute cette dimension de travail sur soi pour se mettre entre parenthèse, et pour le deuxième, cela s'actualise par des exercices qui déséquilibrent les artistes. Dans un dernier temps, on peut aussi retenir l'idée d'une maîtrise technique qui reste nécessaire au jeu. Comme le dit si bien Claude, « il faut que le moush moush soit intégré pour que la magie s'opère ». L'intégration du savoir-faire à un niveau réflexe faciliterait l'écoute sensible, mais pourvu que cette technique ne prenne pas toute la place au point de « formater » l'artiste pour reprendre le vocabulaire de Masha. Le savoir-faire aide, mais ne doit donc pas devenir un obstacle ou un empêchement à une écoute plus authentique.

#### 12.4.4 L'ajustement rythme est une actualisation de l'écoute des partenaires

Le rythme aurait peut-être pu devenir un thème transversal indépendant, mais lorsque l'on porte attention à l'apparition ce thème, il semble surtout lié à l'écoute. Il s'ajuste dans l'écoute, et à l'inverse permet l'accordage des sujets entre eux, par exemple en le ralentissant.

Ensuite, il y a Colombine pour qui le rythme devient plutôt un indicateur d'un ajustement intersubjectif de qualité. En effet, sa rythmicité est en résonance directe avec celle des partenaires de scène. Elle est aussi en fonction d'un rythme plus large de scène, comme si le jeu lui-même avait sa propre identité rythmique à laquelle il fallait être sensible. Nous sentons chez elle que l'écoute du rythme relationnel est ce par quoi elle s'ajuste autant à l'autre qu'au contexte. Lorsque son rythme conflue avec celui de ses partenaires, elle se rend alors compte qu'elle n'est plus dans l'écoute, démontrant par cette affirmation que pour qu'il y ait écoute, il doit y avoir une différence marquée d'avec l'autre. Il y a donc une distinction à faire ici entre l'écoute et la contamination trop vicariante. Le rythme du personnage doit pouvoir exister en soi pour réussir à entendre le rythme de l'autre.

La réflexion sur le rythme renvoie également à la réflexion de Masha sur les dimensions « primaires », « animales » et « moins civilisées » de l'écoute. Toutes ces métaphores nous orientent de nouveau vers l'idée de l'abandon, mais nous informent aussi sur le fait qu'il y aurait quelque chose de naturel et de donné à la naissance dans l'écoute qui se perd avec le temps. Colombine y fait aussi référence lorsqu'elle mentionne que le rythme trop calculé de la danse ne l'aide pas à développer ses qualités d'écoute. C'est peut-être aussi cela que nous dit Claude lorsqu'il explique que la sensibilité est quelque chose qui doit déjà être là en soi pour pouvoir la mobiliser. Le rythme est non seulement préréfléchi, mais il est également valorisé collectivement par les artistes.

Au final, le rythme joue un rôle important dans l'écoute sensible autant comme indicateur que comme facilitateur de l'ajustement. Rappelons aussi que le rythme et le corps vécu semblent assimilés l'un à l'autre : « le rythme, c'est du corps » (Colombine). L'être-au-monde a son rythme et porter attention à comment celui-ci se modifie dans la rencontre demeure nécessaire.

#### 12.4.5 Conclusion sur l'écoute sensible

L'écoute est nommée de façon explicite comme le processus de la sensibilité le plus important par Ophélie et Masha. Pour la première, tout commence par là, c'est la condition préalable à la rencontre sensible dans l'espace de jeu. Plusieurs paradoxes se manifestent lorsqu'on parle de l'écoute : la responsabilité et l'abandon, la technique et l'intuition, pour ne nommer que ceux-là. Mais on retient surtout que ces deux modes d'être doivent pouvoir coexister afin que le savoir-faire et le savoir-être se potentialisent plutôt que ne se nuisent. Ceci est aussi vrai dans l'entraînement que dans l'utilisation du rythme comme instrument d'ajustement à l'écoute sensible.

## 12.5 LA PRÉSENCE COMME LA QUALITÉ D'ATTENTION PORTÉE AU SENSIBLE DANS LA RELATION

La présence est le seul concept issu de la grille d'entrevue qui constitue tel quel un thème principal dans cette analyse transversale. Cela pourrait s'expliquer par le fait qu'il s'agit de quelque chose de mystérieux qui interroge les artistes depuis longtemps et qui est souvent nommé comme nécessaire. Du moins, nous comprenons que l'idée de la présence sensible est suffisamment imbriquée dans le monde du théâtre pour être associée à la définition même du jeu. Au final, les artistes que nous avons rencontrés confirment l'importance de la présence comme actualisation du jeu.

En fait, les quatre participantes parlent de la présence comme d'un élément essentiel de l'entrée sensible en relation dans le jeu, même s'il convient de mentionner que l'entrevue de Claude reste plutôt en surface sur ce thème. Plusieurs réflexions ressortent des discours sur la présence et l'analyse des entrevues permet d'établir les bases de ce que ce thème recouvre. De façon générale, nous comprenons la présence sensible comme étant ce par quoi l'être sensible se manifeste à l'autre dans le jeu. En fait, si l'écoute est un mouvement vers l'intérieur, la présence est plutôt dirigée vers le monde extérieur, il est ce qui permet à l'acteur de rejoindre ses partenaires ou les spectateurs. La présence peut aussi être dirigée vers soi. Par conséquent, le croisement des réflexions sur la présence permet de la comprendre selon les perspectives suivantes :

- *La présence est une qualité d'attention portée à l'écoute sensible*
- *L'immédiateté de l'attention actualise la présence*
- *La présence est vécue comme une expansion de soi dans l'espace*
- *La présence s'ancre dans la corporéité sensible*
- *La tension entre le laisser être et la réflexivité actualise une qualité de présence*

### 12.5.1 La présence est une qualité d'attention portée à l'écoute sensible

En premier lieu, rappelons qu'il nous aura été nécessaire d'accomplir un travail d'analyse pour distinguer la notion de présence de la notion d'écoute qui sont apparues intimement liées pour au moins trois participantes. En effet, plusieurs concepts se croisent lorsque ces personnes parlent de l'un ou de l'autre de ces deux thèmes. Par exemple, lorsque Ophélie parle d'être « aware », c'est-à-dire consciente de ce qui se passe autour d'elle, ou que Masha utilise l'expression « avoir les antennes allumées » comme métaphore afin d'explicitier le concept de présence, nous pouvons facilement voir comment une confusion peut naître entre ces deux notions. En effet, le rôle de l'antenne n'est-il pas justement de recevoir ce que l'autre lui communique, d'écouter ? Par conséquent, comment distinguer les deux thèmes ?

Par ailleurs, les quatre personnes font la même observation : la présence est un « mystère » pour reprendre l'expression de Claude, soit quelque chose qui s'explicitie difficilement. Elle semble être une posture qui se vit plus qu'elle ne se décrit. Or, nous retenons tout de même que la présence enveloppe l'écoute, devenant selon ce point de vue une qualité de contact avec la sensibilité du sujet. Être « aware » pour Ophélie et « avoir les antennes allumées » pour Masha, c'est être en mesure de porter son attention sur ce qui émerge de soi chez l'artiste. Ces deux artistes sont donc en fait présentes à elle-même dans le jeu.

En outre, cette qualité de contact avec l'expérience sensible est décrite par Colombine comme une « transe présente », comme si elle s'abandonnait pleinement dans celle-ci. D'ailleurs, lorsque Colombine parle de son processus pour activer la présence qu'elle nomme « allumer la joie », elle décrit une série de prises de conscience où elle semble graduellement aller à la rencontre de ses sensations : « ah tiens, j'ai un sourcil qui bouge, je le remarque et je vois ce que ça me fait » qui lui sert d'exemple pour tranquillement

s'investir dans cette « transe présente ». Puis elle décrit le même processus alors qu'elle prend conscience de ce qu'elle vit lorsqu'elle joue avec ses partenaires. On sent donc chez elle bien explicitée une qualité de contact qui s'établit au fur et à mesure de l'expérience vécue. Par conséquent, la présence semble se décrire en premier lieu chez les participantes, surtout Colombine et Ophélie, comme une entrée en pleine conscience avec ce qui est vécu dans le monde intersubjectif du jeu et de l'écoute sensible. La présence devient alors la qualité du contact avec son expérience, incluant son corps propre, en relation avec le monde.

#### 12.5.2 L'immédiateté de l'attention actualise la présence

L'idée d'être « là » dans le moment présent est au cœur de l'expérience de la présence pour ces artistes. Chaque personne conserve sa façon de la présenter : pour Colombine c'est l'idée de la transe alors qu'Ophélie parle de se ramener constamment dans la réalité actuelle de la scène. Lorsque nous sommes réellement présents, nous sommes dans le « maintenant » de la relation selon ces participantes. Celle qui évoque le plus cette idée semble être Ophélie alors qu'elle parle de ne pas être dans le « rêve d'un résultat », donc dans l'anticipation d'une idée préconçue du futur, mais plutôt d'être dans un plein contact avec ce qui se passe autour de soi. De plus, être dans ce moment présent plutôt qu'être dans l'anticipation d'un résultat implique une confiance en ce qui se joue actuellement. En effet, la confiance est nommée régulièrement comme facilitant cette immédiateté, l'esprit n'étant pas occupé à vagabonder dans un futur anticipé de la rencontre. En outre, on sent pour au moins deux des participantes que de se ramener dans l'instant présent de la relation nécessite un effort. La présence est donc une confiance qui permet d'être dans l'immédiat du jeu. Ces comédiennes et ce comédien décrivent donc la présence en fonction de sa qualité temporelle qui se combine à un état intérieur. Nous comprenons qu'il y a une expérience de la temporalité qui favorise le développement d'une pleine présence, soit l'immédiateté aidée par le fait de se donner la permission de ralentir le rythme de

l'expérience intersubjective. Mais en même temps, la présence se déploie dans le temps et s'appuie sur l'histoire. En effet, les comédiennes nous parlent souvent d'une anticipation à l'action comme posture qui favorise la présence, mais aussi d'un retour sur soi, cette idée métaphorisée par Ophélie de se « repasser le film ». En outre, la présence se nourrit aussi de l'histoire de la personne, comme c'est le cas pour Claude par exemple qui semble faire l'aller-retour entre des traumatismes passés et ce qu'il actualise sur scène.

### 12.5.3 La présence est vécue comme une expansion de soi dans l'espace

Un autre élément qui revient dans la description de l'expérience de la présence est lié à la spatialité et se retrouve au travers l'idée d'une expansion de soi dans l'espace de jeu. L'artiste présent habite la scène au-delà de la place physique qu'il occupe. Pour Masha particulièrement, la personne en présence apparaît plus grande qu'elle ne l'est et la détente amène un sentiment pour celle-ci d'expansion de son corps, comme si elle se sentait grandir. La présence laisserait donc une trace qui va au-delà de ce que l'œil peut physiquement voir, quelque chose d'invisible, mais que le spectateur peut tout de même capter par sa sensibilité. Une personne de cinq pieds peut avoir l'air d'une géante nous dit Masha pour illustrer cette idée. Chez Ophélie, on retrouve surtout l'idée d'une contagion alors qu'elle dit que la présence de l'autre la « remplit » d'une énergie, et vice-versa. Nous sommes donc toujours dans le registre de quelque chose qui n'est pas matériel ni physique, mais qui s'étend dans l'espace pour aller toucher l'autre. Elle est une extension invisible de la main qui touche l'autre. Par exemple, Masha qui nous explicitait la notion d'écoute par des gestes en est un exemple. En effet dans sa façon d'être précise dans son geste qui dessinait quelque chose d'intangible dans l'air, nous croyons avoir capté une partie de cette présence. Ce quelque chose nous a touchée malgré le vide physique qui nous séparait. Son explicitation prenait une dimension sensible à travers l'expansion de sa présence dans l'espace. Comme si quelque chose de la limite était aboli pendant un instant. La présence devient dans ces moments l'extension, invisible dans le monde, pourtant bien ressentie, qui rencontre la sensibilité de l'autre. Sur ce point, Claude est celui qui insiste le plus sur le

caractère « invisible » de la présence qui pourtant selon lui reste « archiconcrète ». En outre, c'est par le corps qu'est exprimé et reçu la présence de l'autre en soi. Nos entrevues avec ces artistes font donc apparaître une corporéité qui ne se réduit pas au corps physique, mais qui rejoint l'autre en traversant l'espace de façon invisible.

L'idée de la générosité évoquée par Masha et Colombine paraît aller aussi dans ce sens. La générosité à laquelle elles font référence renvoie à l'idée de quelque chose qui se donne, donc qui quitte l'être pour aller rejoindre l'autre, c'est-à-dire qui se répand dans l'espace jusqu'à atteindre les partenaires. La générosité semble consister en une intention de diffuser un état implicite, mais aussi un geste explicite, jusqu'à l'autre. La présence s'avère donc être pour elles être une qualité du contact sensible avec le monde. Il y a l'idée d'une diffusion et d'une contagion, donc d'une forme de dynamisme intrinsèque à la qualité de présence. Au final, si la présence est ce par quoi l'être-au-monde touche l'autre, c'est que la personne présente ne retient pas son geste sensible, mais l'offre généreusement à la personne devant elle, que ce soit le public ou des partenaires de scène.

#### 12.5.4 La présence s'ancre dans la corporéité sensible

Le corps occupe une place primordiale dans l'atteinte de l'état de présence. C'est par lui que l'ancrage à cet état se fait, ou le « *grounding* » pour reprendre l'anglicisme consacré que deux participantes utilisent. Pour l'activer, il y a chez Masha l'idée d'une mise en action du corps qui une fois en mouvement s'abandonne plus facilement à cette façon d'être en relation. Ceci résonne avec le « allumer la présence » par de petits gestes qu'évoque Colombine. Ophélie et Claude soulignent aussi à leur façon l'importance du corps notamment en parlant d'entraînement physique et de yoga. Ce dernier explique également que la présence se vit pour lui comme une « action du cœur ». En disant cela, c'est comme s'il affirmait que cet état est une activité qui s'inscrit dans un registre qui est à la fois

physiologique, mais aussi affectif si l'on tient compte de ce que semble représenter cet organe pour ce participant au niveau métaphorique. Dès lors, selon cette façon de comprendre la présence, les deux registres s'activent mutuellement. Cette idée fait également écho à Colombine pour qui « allumer la joie » et « allumer la présence » sont des équivalents évoqués. La présence est donc chez elle comprise comme une attention portée à une mise en action d'un corps organique dont la source est la qualité affective qui enveloppe ce dernier.

Ainsi, cette résonance affective qui fait écho à l'éveil sensorimoteur du corps sert de médiateur sensible à la présence de l'être-au-monde. En outre, cet investissement dans l'action exige pour ces artistes de désinvestir la pensée. C'est pour cela que Masha répète ses textes en vélo, pour libérer sa présence des doutes possibles à travers le mouvement. En fait, c'est en portant l'attention sur le contact sensible avec leur expérience sensorielle et motrice que Ophélie, Colombine et Masha parviennent à ne pas être dans le doute mental. Ce contact qui met l'accent sur le corps sert donc d'ancrage à la présence, incluant l'immédiateté de l'attention discutée plus haut. En effet, c'est ce même ancrage qui éviterait d'être dans le « rêve du résultat » pour reprendre les mots d'Ophélie, c'est-à-dire dans l'anticipation d'une réplique ou d'un geste venant de l'autre.

Ainsi, l'artiste du théâtre qui cherche à être présent ne peut faire l'économie d'un corps réchauffé physiquement et émotionnellement. Toutefois, les participantes font toutes également référence à l'importance d'une détente qui favorise une dilatation du corps dans l'espace. Par cette observation, elles semblent nous dire qu'en étant détendu, leur corps parvient à prendre naturellement cette place sur scène qui va aller rejoindre les spectateurs. La détente aide aussi à la confiance qui serait elle-même nécessaire pour décharger la pensée suffisamment pour investir le corps. Nous retenons donc que le corps noué par les tensions devient rapidement un obstacle à la présence de l'acteur.

### 12.5.5 La tension entre le laisser être et la réflexivité actualise une qualité de présence

« L'abandon » pour Masha, la capacité « d'accueillir » pleinement l'autre sans résistance pour Claude, mais aussi la capacité de « taire les critiques » pour la plupart de ces artistes, tout cela résonne avec l'idée de la « confiance » qui permet l'expansion de l'être dans l'espace et l'ancrage dans l'immédiateté de l'échange. Également, l'ennemi avoué de la présence pour toutes les personnes ayant participé à cette recherche serait une forme d'autocritique destructrice. Parfois nommé « le surmoi » par Colombine, un « focus sur la performance » par Ophélie, ou décrit comme une paralysie empêchant l'entrée dans l'action pour Masha, cet obstacle à la présence sensible revient régulièrement lorsque ce thème est abordé. L'être n'est pas dans l'immédiateté, dans l'espace relationnel du jeu ou dans son corps lorsque son esprit vagabonde dans les doutes et les jugements intérieurs. Paradoxalement, les quatre participantes parlent également d'une capacité que doit avoir l'être de s'auto-observer comme étant nécessaire à la présence. En effet, l'artiste doit porter son attention vers l'expérience sensible tout en évitant de « devenir » cette expérience : « je vis l'émotion, mais je ne deviens pas l'émotion » pour reprendre les mots de Masha. La réflexivité, bien décrite dans une section précédente portant sur l'idée du seuil, s'avère donc être une qualité essentielle au maintien de la présence. Ophélie, Colombine et Claude, tout comme Masha, associent également cette capacité à prendre une distance comme faisant partie de la présence. Il semble donc y avoir deux façons contraires de vivre la présence sensible qui sont en tension chez l'artiste : d'une part l'abandon dans l'état, la « transe », ou encore le « rêve », et d'autre part l'attention consciente à l'expérience sensible. L'une s'abandonne dans le contact ici et maintenant avec l'être qui touche et écoute alors que l'autre observe d'une certaine distance. Par contre, la précision importante à apporter, est que cette observation doit se faire dans la bienveillance et non dans une sorte de jugement exagéré. En effet, laisser trop de place au « doute mental » ou au « surmoi », pour reprendre les mots de deux participantes, nuit à la présence. L'artiste doit donc trouver un équilibre entre ces deux postures, celle de l'abandon dans le contact avec soi, et celle de l'observation bienveillante de soi. C'est ici

qu'un autre lien entre le thème de la présence et celui du seuil semble se tisser : si la présence extraquotidienne est activée en franchissant une frontière, il doit y avoir une réflexivité en action qui permet de maintenir cette tension entre l'abandon dans le plein contact et la distanciation permettant l'attention à la sensibilité vécue. Ce sous-thème vient aussi nuancer l'idée de l'immédiateté, car cette réflexivité se bâtit sur une mise en abîme de ce qui se passe dans le moment du jeu et le vécu antérieur des actrices.

#### 12.5.6 Conclusion sur la présence

Même si la présence demeure un mystère pour les artistes, ceux-ci l'explicitent bien en fonction de ses qualités. Nous retenons cinq éléments qui forment la présence : l'idée d'une qualité d'attention au contact de l'être qui écoute et qui touche le monde, l'idée d'une temporalité immédiate, l'idée d'une expansion dans l'espace qui part de soi pour toucher les autres, l'idée de l'ancrage dans le corps qui implique une dimension invisible de celui-ci, et finalement l'idée d'une tension entre un abandon et une réflexivité bienveillante. On peut retenir aussi certains mots-clés au cœur de ces cinq éléments : confiance, générosité ou don de soi, et détente. En définitive, la présence s'actualise comme une qualité de l'attention portée à l'expérience sensible qui maintient la tension entre l'abandon à celle-ci et l'observation de celle-ci.

### 12.6 CONCLUSION SUR L'ANALYSE TRANSVERSALE : LES QUATRE DIMENSIONS DU JEU SONT AU SERVICE DE LA CO-CONSTRUCTION D'UN RÉCIT INVISIBLE

Le comédien met en œuvre sa sensibilité dans le jeu relationnel en puisant dans une identité qui lui est propre. Cette identité est la rencontre de deux façons d'être : celle qui vient du monde du quotidien et qui implique l'histoire de vie, et celle qui se constitue dans

le rapport au jeu. En fait, la personne qui joue et la personne qui existe en dehors du théâtre s'influencent mutuellement. En outre, plusieurs seuils permettent de réunir de façon bienveillante ces deux parties de soi et ainsi d'assurer que le sensible reste au service du jeu. L'artiste actualise par la suite le jeu par l'intermédiaire de deux processus essentiels qui constituent les modalités principales de la rencontre dans le monde du jeu théâtral : l'écoute et la présence, deux postures relationnelles complémentaires.

La description de ces quatre éléments importants constitue donc l'essentiel de la sensibilité dans le jeu d'après l'expérience vécue des participantes. Cependant, il manque un élément important à cette analyse afin de compléter le tableau et de conclure la section, et c'est celui de la finalité du jeu. En effet, pourquoi joue-t-on au théâtre, sinon pour raconter une histoire ? La rencontre sensible de différents artistes qui offrent leur présence au jeu permet la représentation de quelque chose d'autre qui touchera le public. Nous retrouvons donc l'idée d'une narrativité porteuse d'un sens qui émerge du jeu théâtral. Ainsi, en croisant les réflexions des personnes participantes, la relation occupe une place essentielle au service de la co-construction d'un sens qui ne serait pas possible seul. En effet, si les artistes de la scène investissent une identité propre dans le jeu, c'est pour en arriver à laisser émerger une réalité commune. La finalité ultime du jeu est de transmettre quelque chose de cette réalité qui ne serait pas possible sans la coprésence de sujets différents. En fait, l'identité du jeu dépasse celles des personnes impliquées et repose sur la création d'un récit commun qui, comme le souligne Claude, n'est pas toujours visible.

Effectivement, pour ce comédien, si son travail part de l'intime, il n'en demeure pas moins qu'il nomme l'importance de communiquer cette part de soi dans l'espace de jeu afin que les partenaires puissent la reprendre à leur compte pour la transformer à leur tour : « on ne peut pas changer l'état intérieur de l'autre, ça lui appartient... mais ce qu'on peut faire c'est lui communiquer la nôtre... et de là le plaisir est d'en faire quelque chose ».

La co-construction d'un récit commun se retrouve également chez Masha lorsque cette dernière explique que le rôle du comédien est de faire une proposition sur laquelle « rebondit » le partenaire, et qui grandit au travers de cet échange entre les participantes. Masha parle ensuite d'un « univers » commun qui prend ainsi forme et qui en vient à influencer les artistes qui en font partie. En réalité, c'est comme si elle nous disait elle aussi que l'atmosphère qui émerge de ces propositions devient un sujet en soi qu'elle doit également rencontrer. Pour elle, son travail vise à voir si elle peut « épouser » l'univers de l'autre, ou celui de la scène, ce qui ne se fait pas toujours sans difficulté, notamment lorsqu'elle ne se reconnaît pas dans ces autres mondes, mais cela reste tout de même son objectif.

L'idée « d'épouser » le travail de l'autre évoquée par Masha résonne aussi avec une métaphore utilisée par Ophélie, soit celle du « mariage ». Effectivement, pour cette participante qui insiste sur le travail individuel, il n'en demeure pas moins que l'intention finale est de collaborer avec l'autre pour construire « une réalité commune sur scène ». Ainsi, même en ayant conscience de sa responsabilité comme artiste, elle conserve une conscience du jeu comme quelque chose de plus grand que soi : « c'est un mariage où chacun arrive avec son travail pour former une réalité de scène unique, mais la réalité doit quand même être créée ensemble, sinon y'a rien ». Il y a donc une collaboration, une alliance qui n'est jamais fusion, la différence étant que chaque personne qui participe au jeu conserve son identité et sa subjectivité dans le jeu, mais se permet de la laisser être transformée par la rencontre avec toutes les autres personnes impliquées. Toutes les participantes parlent ainsi d'une complicité par l'intermédiaire des thèmes implicites de l'amour et de l'union.

Enfin, Colombine développe cette réflexion à partir de l'idée du rythme. En effet, pour elle il est important que chaque comédien connaisse le rythme corporel de son propre personnage, mais tout cela dans le but de s'accorder au rythme des partenaires, puis au rythme plus large de la pièce. Par conséquent, en nous parlant d'une superposition de rythmes, elle en vient à nous dire qu'il y a une dimension harmonique au jeu sensible qui va au-delà des partitions individuelles. Donc elle nous parle d'un accordage multiple, sur plusieurs niveaux, et l'artiste doit apprendre à être sensible à cette complexité relationnelle. En somme, la sensibilité relationnelle est mise au service de la création d'un sens tiers qui va au-delà de ce que chacun apporte individuellement. Ainsi, même si les participantes nous parlent dans le verbatim d'une « construction commune », nous sentons, dans la façon dont elles le décrivent, que le jeu va au-delà de cette simple addition de subjectivités qui s'emboîteraient comme les briques d'une maison. En fait, plus qu'une « coconstruction » entre partenaires, les participantes semblent nous parler de l'avènement de quelque chose qui prend les partenaires, comme l'événement de la compréhension que nous décrit Gadamer (1996). Car ce ne sont pas les joueurs qui décident du jeu, mais ils finissent par être pris par le jeu.

La mise en lumière de cette idée présentant le jeu sensible comme l'élaboration d'un sens implicite qui émerge de ces rencontres permet donc de conclure l'analyse transversale des entretiens. L'identité, les seuils, l'écoute et la présence, tout cela est au service de la création d'un récit en apparence invisible, que l'on ne voit pas, mais qui est tout de même là.

PARTIE III – DISCUSSION

## CHAPITRE XIII

### 13.1 INTRODUCTION DE LA SECTION – POUR UNE PLUS GRANDE PLACE DU SENSIBLE DANS LE JEU

Le prochain chapitre sera consacré à la discussion et aura pour objectif de poursuivre le questionnement sur l'expérience vécue de la sensibilité dans le jeu. Toujours dans le respect d'une méthodologie phénoménologique existentielle et herméneutique, nous tenterons au cours des prochaines pages de nommer les principales réflexions que nous avons tiré de la recherche, surtout celles qui sont pertinentes pour la psychologie clinique. Nous porterons surtout notre regard sur le rôle de l'expérience sensible dans le jeu et nous réfléchirons sur les enjeux liés au fait que celle-ci est invisible.

Dans un premier temps, nous allons réfléchir sur l'importance du dialogue entre les arts et la psychologie, mais également sur les obstacles qui se dressent devant celui-ci. À partir d'une ambivalence que nous avons observée chez les quatre artistes rencontrés et qui fait écho à notre propre expérience, nous allons nous questionner sur les difficultés à promouvoir les dimensions invisibles du jeu, qu'il soit théâtral ou thérapeutique. Cette ambivalence se manifeste par une tension que nous avons ressentie chez eux entre une véritable défense passionnée pour ce métier qui reste solidement associé à leur identité, mais aussi un doute intériorisé et verbalisé par les quatre individus sur la pertinence de leur savoir-être pour la recherche.

Dans un deuxième temps, nous revisiterons l'objectif principal qui était de mieux comprendre l'expérience de la sensibilité dans le jeu, d'abord du point de vue du théâtre,

pour ensuite mieux comprendre ce que la réflexion de ces comédiennes apporte à la psychologie clinique du point de vue de l'approche humaniste. Nous réfléchissons à ces thèmes en ne perdant pas de vue l'importance d'un savoir-être qui demeure peu valorisé par l'esprit du temps, autant en art qu'en psychologie. Nous retiendrons surtout les idées qui ont émergé de l'analyse transversale, soit celle du passage d'un seuil et de l'importance de la dimension identitaire incarnée dans le jeu comme façon de vivre cette sensibilité. Nous réfléchissons sur la façon par laquelle ces artistes créent cette « spatiotemporalité » propre à la rencontre dans l'espace de jeu que décrit Leroy-Viémon (2008). Nous soulignerons également l'importance du corps vécu dans l'élaboration de sens que ces comédiennes font de l'écoute et de la présence en jeu. Enfin, nous allons, par le biais cette discussion, défendre l'idée que cette réflexion sur l'importance du jeu sensible s'applique également au travail psychothérapeutique. Tout au long de cet exercice, nous ferons des références à la revue de littérature, notre intuition et à quelques nouveaux auteurs, dans le but d'enrichir le dialogue sur l'expérience vécue de la sensibilité dans le jeu.

## 13.2 LE DIALOGUE ENTRE LE MONDE DES ARTS ET LE MONDE DE LA PSYCHOLOGIE EST ESSENTIEL

« Le récit au théâtre, c'est abstrait... mais en même temps, c'est archiconcret. C'est là, faut juste être ouvert à l'entendre » (Claude).

### 13.1.1 L'esprit du temps incite à l'ambivalence face à la pertinence du jeu sensible

Un élément qui nous a frappée, sans toutefois nous surprendre, est que les quatre artistes ont exprimé leur étonnement de constater que le savoir-être théâtral puisse être d'un quelconque intérêt pour la psychologie. De plus, une participante nous a même confié ses doutes sur la poursuite de son métier à l'aube de la quarantaine, se disant trop affectée par

le manque de reconnaissance qu'elle reçoit. Lorsque nous lui avons appris que nous étions nous-même en réorientation, elle nous a questionnée sur notre parcours, admettant au passage qu'elle cherche à voir quelle profession ou quel métier pourrait bénéficier de son expérience de comédienne. Nous n'étions pas étonnée de ce constat, car cela reflète bien l'esprit du temps voulant que seul ce qui est concret, ce qui est « probant », soit validé par la société. Ceux et celles qui travaillent avec l'invisible semblent avoir de la difficulté à trouver leur place et à prendre conscience de la valeur de leur expérience, ce qui pourrait expliquer pourquoi Ophélie, Colombine, Masha et Claude ont tous émis des réflexions assez poussées sur leur identité d'artiste. Nous n'avons pas été étonnée par ces aveux groupés, car nous vivons nous-mêmes ces questionnements depuis notre entrée dans le monde de la psychologie clinique.

En fait, avec le recul réflexif que nous avons documenté dans un journal de bord, nous réalisons que nous avons dû nous réguler pour laisser la place aux participantes durant les entrevues. Très souvent, nous avons été tentée de faire référence à notre propre expérience en art dramatique, prenant conscience d'une certaine nostalgie de notre part face à ce formidable métier. Au-delà de la prise de conscience d'un processus de deuil face à la pratique artistique de comédienne, ce contre-transfert nous informe également sur le rapport conflictuel que nous entretenons vis-à-vis les dimensions invisibles qui sont propres au jeu théâtral, mais aussi à la psychologie humaniste. En effet, nous avons choisi de nous réorienter dans une profession de relation d'aide, car nous avons la croyance intuitive d'un lien qui permettrait de faire sens de notre parcours préalable en théâtre. Toutefois, presque l'entièreté de nos études de premier cycle s'est faite sous le signe d'un certain positivisme où l'art et ses dimensions sensibles occupaient peu de place. Découragée, ce n'est qu'en rencontrant un professeur de psychologie, également art-thérapeute, l'un des rares à valoriser le savoir-être artistique, que nous avons décidé de poursuivre dans cette direction. Toutefois, tout au long des huit années de notre parcours doctoral, nous avons été habitée par de nombreuses remises en question. En effet, à plusieurs reprises nous avons douté de

la pertinence de notre projet, faisant ainsi écho aux doutes intériorisés que nous avons perçus chez les artistes ayant collaboré à notre recherche. En découvrant d'autres intérêts cliniques, notamment pour des populations marginalisées, nous avons même songé à abandonner le présent projet pour nous concentrer sur quelque chose que nous percevions comme « plus important », qui nous paraissait par moments « plus essentiel ». Par ailleurs, nous avons noté dans notre journal de bord une prise de conscience d'une tendance à comparer négativement notre projet à ceux d'autres étudiants au doctorat, comme si le fait de s'intéresser au vécu expérientiel des artistes devenait de moins en moins pertinent à nos yeux alors que nous avançons dans notre parcours en psychologie. Cette croyance était alors renforcée par l'absence de bourse malgré un curriculum d'étudiante qui nous rendait pourtant bien éligible à cela, et par la réalisation que nous aurions eu accès à des fonds si nous nous étions intéressée à d'autres thèmes. Une hiérarchie s'est alors constituée dans notre esprit où d'autres sujets ancrés dans notre identité ont commencé à nous paraître plus importants que celui du dialogue entre le jeu artistique et le jeu psychothérapeutique que nous avons entrepris, pourtant tout aussi présent dans notre histoire personnelle. Par ailleurs, nous avons observé une certaine nostalgie en rencontrant ces artistes, comme si nous prenions conscience que le théâtre et ses dimensions plus sensibles nous manquaient. De là est née une ambivalence entre un doute sur l'à-propos de notre projet et un sentiment intuitif que ce sujet était important pour la psychologie clinique. Quelles réflexions pouvons-nous tirer de ces observations ?

### 13.2.2 L'invitation à la psychothérapie se doit d'être une invitation vers un jeu sensible

L'ambivalence et le doute sur la validité du jeu sensible que pratiquent les comédiens nous incitent à ne pas nous ouvrir à cette dimension de l'expérience humaine. Pourtant, le monde du sensible ne se présente à nous que si nous sommes invités à l'écouter, mais son existence est trop souvent niée en ces temps modernes qui ne semblent retenir que les conclusions de l'empirisme des lumières, celles qui valorisent le concret observable,

négligeant par le fait même la dimension affective de l'expérience subjective humaine. Pourtant, comme le souligne Claude, le besoin de se connecter à ce monde invisible est bien présent chez les humains, lui qui donne en exemple la prestation de Marina Abramovic (Akers, 2012), alors que des milliers de personnes ont fait la file pendant des heures pour simplement s'asseoir devant cette artiste quelques minutes, dans le silence qu'accompagne la présence sensible de cette femme qui a passé sa vie à s'entraîner pour développer cette capacité d'être là, devant l'autre. Un savoir-être de la présence et de l'écoute, sur lesquels nous avons réfléchi tout au long de la présente thèse, permettent de faire apparaître une dimension invisible, mais pourtant fondamentale, de la rencontre qui survient durant le jeu. L'intersubjectivité se fait non seulement au niveau de la trame narrative verbale de l'échange, mais aussi au niveau des corps-sujets qui apparaissent l'un pour l'autre par l'écoute et la présence. Lorsque l'on adopte un savoir-être, un seuil est franchi alors que nous passons la frontière qui sépare le monde du probant où seul ce qui est visible compte, pour pénétrer dans le monde du jeu où ce qui est implicite se manifeste à nous.

Le déni de l'invisible et la valorisation de l'observable que valorise la psychologie moderne trouvent plusieurs de ses sources dans l'idéologie des Lumières (Hentsch, 2005). Ce constat nous renvoie, lorsqu'il s'agit du théâtre, à l'ouvrage de Diderot (1991) écrit au 18<sup>ème</sup> siècle et portant sur le jeu : Paradoxe sur le comédien. Dans celui-ci, le philosophe des Lumières nous offre une critique virulente de la sensibilité au théâtre : « Moi, je lui veux beaucoup de jugement. Il me faut dans cet homme un spectateur froid et tranquille. J'en exige, par conséquent, de la pénétration et nulle sensibilité » (p.29). Alors qu'il renforce cette idée du rejet de la sensibilité, on reconnaît tout de même à Diderot d'avoir au moins nommé l'importance d'une certaine réflexivité chez l'artiste, et celle-ci est bien nommée par les actrices ayant collaboré à notre recherche. En fait, comme le mentionne Claude, il demeure important de trouver un mécanisme intérieur aidant à ne pas « subir » la sensibilité, de conserver un cinq pourcent de soi qui s'observe pour reprendre Ophélie, ou encore de « ne pas devenir l'émotion » pour citer Masha. Mais au-delà de ce nécessaire équilibre du soi

réflexif qui régule la sensibilité dans le jeu, les artistes mettent surtout l'accent sur les dimensions invisibles de leur métier qui font davantage appel au savoir-être relationnel qu'à l'intellect : le corps, l'éthique, l'émotion, la présence et l'écoute pour ne nommer que quelques-uns des thèmes omniprésents tout au long de l'analyse. L'écoute pour Ophélie passe par ses sens. L'émotion pour Colombine, c'est du corps. L'objectif du travail d'interprétation pour Masha, c'est de lâcher prise sur le corps civilisé pour retrouver quelque chose de primitif dans son corps et son rythme. Enfin, Claude cherche de son côté à mettre son vécu sensible au service de la représentation. C'est aussi ce que nous disent tous les auteurs de la revue de littérature, de Stanislavski à Grotowski, à savoir que l'acteur doit pouvoir s'appuyer sur sa sensibilité pour jouer.

Cette critique du sensible que fait Diderot lorsqu'il s'attarde au jeu du comédien, nous la retrouvons dans l'esprit du temps contemporain qui tend à valoriser la pensée rationnelle et le positivisme empirique sur les dimensions implicites de notre présence au monde. La psychologie ne fait pas exception à cette pression, comme en témoigne la lettre de Gueydan (2015) adressée à l'Ordre des psychologues que nous avons citée en introduction de la présente thèse. En effet, rappelons que dans celle-ci, la psychologue et philosophe rappelait que sa discipline n'était pas constituée que de science empirique, mais aussi de réflexions sensibles sur le monde. Nous pouvons également citer le texte de Lecomte et coll. (2004) qui se questionne sur qui sont les psychothérapeutes efficaces, critiquant au passage les formations en psychologie clinique qui mettent trop d'accent sur le savoir et les techniques, et pas suffisamment sur le savoir-être relationnel et empathique des thérapeutes. Le discours des quatre participantes sur l'importance du sensible dans le jeu, nous le retrouvons pourtant validé par les neuropsychologues que nous avons cités dans la revue de littérature (Damasio, 1999 ; Ogden *et al.*, 2006 ; Schore, 2009). D'ailleurs, ces chercheurs, en démontrant les traces que laissent dans le cerveau les dimensions implicites de nos relations, semblent confirmer ce que dit Claude, soit que la dimension invisible du récit que crée le jeu, « c'est concret ». Toutefois, malgré ces validations qui empruntent au monde de

l'observable, il semble encore difficile de reconnaître que ce que viennent chercher nos clients n'est pas tant différents de ce que les gens qui ont fait la file pour être en présence de Abramovic. Ce que nous disent Ophélie, Colombine, Masha et Claude, c'est que le théâtre est empreint de cette qualité de présence sensible et que c'est cela que les spectateurs viennent chercher, alors pourquoi nous est-il si difficile de croire que cela puisse aussi être en grande partie vrai pour les psychologues ? Le rôle des artistes reste peu valorisé alors que la culture est souvent la première chose qui est coupée. Les psychologues, pour échapper à cette triste réalité du manque de reconnaissance qui touche les artistes, en viennent alors trop souvent à se valoriser par leur savoir, négligeant au passage ce savoir-être et une partie de ce savoir-faire sensible qui échappent à l'évaluation par la mesure. Pourtant, les comédiens de notre recherche nous montrent comment leur métier est exigeant alors qu'il nécessite un travail constant sur soi, nous rappelant ainsi que nous ne pouvons faire l'économie de cette partie du développement professionnel dans nos formations. Les quatre acteurs de notre recherche nous explicitent bien à quel point s'abandonner à la sensibilité dans une société nous confronte à notre propre vulnérabilité. Comment le « formatage » de la civilisation dont parle Masha en vient à s'introjeter en nous au point de nous rendre craintifs et défensifs lorsque nous touchons aux dimensions préréfléchies de l'être ? En reniant l'existence de ces niveaux, nous n'aidons pas les psychologues à pleinement se développer.

La valeur octroyée à la place du sensible dans le jeu thérapeutique reste donc encore trop faible alors qu'il est au cœur du jeu artistique. Nous devons restituer l'importance de cette dimension invisible de l'intersubjectivité qui fait partie de cette « aire transitionnelle » qu'a décrite Winnicott (1975). Nous devons avoir l'humilité de reconnaître que nos connaissances universitaires, notre savoir ou nos techniques n'ont de sens que si elles se réalisent dans un savoir-être qui fait appel à une présence et à une écoute incarnée. D'ailleurs, il n'y a pas que le théâtre ou la psychologie humaniste qui critiquent la place trop grande qui est accordée aux données probantes issues des modèles biomédicaux et

gestionnaires. Nous la retrouvons en effet en chez Couturier et Carrier (2005) qui démontrent comment ce modèle axé sur le probant à la complexité du travail social. Ou encore dans une réflexion sur la place de la dimension incarnée du métier d'enseignant en éducation (Émond et Fortin, 2016). Nous pouvons également rappeler le discours de Gadamer (1998) adressé aux médecins qui tente de valoriser l'écoute et la présence sensible dans l'intervention médicale. Dans tous les cas, les chercheurs de différents domaines arrivent à démontrer le rôle central de la présence à cette dimension invisible de l'être pour chacun de ces métiers. Par exemple, Gadamer arrive à bien expliciter comment la trop grande dépendance des médecins à la technologie les a éloignés de leur sensibilité qui devrait, selon lui, être leur premier repère pour évaluer leurs patients. Émond et Fortin pour leur part parviennent à nous faire comprendre qu'un enseignant qui ne tient pas compte d'une présence réflexive à son corps vécu dans son rôle d'enseignant se prive d'une dimension essentielle de la rencontre avec ses étudiants.

En somme, nous croyons que cette attaque constante faite sur la place du jeu sensible dans notre monde moderne, et qui se manifeste dans les doutes verbalisés par ces quatre artistes, dépasse le monde du théâtre. C'est pourquoi le jeu de la thérapie, comme le jeu du théâtre, a pour devoir de préserver cette partie de l'expérience relationnelle, celle qui mise davantage sur l'invisible et le sensible.

Cette prise de conscience nous conduit donc à revisiter la question de recherche originale, soit de mieux comprendre l'expérience sensible dans le jeu telle que vécue par les comédiens. En effet, une fois que l'on admet l'importance de valoriser le jeu sensible, il reste à comprendre comment les comédiennes ayant répondu à nos questions font pour l'actualiser. Nous retenons, de notre analyse transversale, quelques idées que nous aimerions mettre en évidence ici : l'importance du seuil entre le monde du jeu et le monde du quotidien, mais aussi du plaisir et des rituels qui accompagnent ce passage ; l'impact de

l'identité incarnée et intersubjective dans la façon dont s'actualise le jeu ; l'importance du corps vécu pour la présence et l'écoute dans le jeu, mais aussi la transformation qui s'opère sur ces processus relationnels lorsque les participantes rencontrent l'autre de façon sensible.

### 13.3 LES COMÉDIENS ACTUALISENT LE JEU SENSIBLE EN FRANCHISSANT UN SEUIL

Nous venons d'affirmer dans les paragraphes qui précèdent que la force du jeu théâtral réside dans le fait de permettre à des dimensions de l'être qui ont peu de place au quotidien d'exister, ne serait-ce que le temps de la représentation, ce qui implique l'existence de deux façons d'être, ou de deux mondes, chacun appelant une posture différente, celui du quotidien où prédomine ce qui est observable et rationnel, et celui du jeu. L'invisible et le sensible, essentiels à la constitution de la subjectivité humaine, restent peu valorisés dans le monde de tous les jours, mais sont omniprésents dans le monde extraquotidien du jeu dramatique. Pour les comédiennes ayant collaboré à notre recherche, c'est un espace « sacré », un lieu où l'artiste peut retrouver une posture « primitive » moins « formatée » par la société. C'est un lieu où « l'essentiel » s'exprime. Ou en d'autres mots, un monde à part de celui que nous propose l'esprit du temps, un lieu et un moment où il devient possible de dialoguer avec les dieux des mythes et légendes, et de reconnaître une partie de soi qui est invalidée par une société qui tend à vouloir contrôler la sensibilité plutôt que d'en rechercher le sens. Le monde du jeu théâtral est un monde où l'être peut être présent et écouter autrement.

La revue de littérature avait déjà identifié cette idée du jeu compris comme une rencontre dans un espace-temps différent. Nous l'avons vu avec Leroy-Viémon (2008) pour qui le temps et l'espace de la rencontre qu'actualise le jeu sont empreints d'une atmosphère

thymique particulière qui est davantage ressentie au niveau sensible qu'au niveau explicite. Nous avons aussi vu avec Brooke (1977) que la représentation théâtrale est l'aboutissement de la co-création d'une atmosphère humaine bien plus que les techniques spectaculaires du théâtre. Rappelons également que pour Barba (2008), le rôle de l'acteur est de créer une présence extraquotidienne sur scène, donc d'être au monde différemment en représentation que dans la réalité de tous les jours. Nous retenons aussi de ces auteurs que cette atmosphère est d'abord intersubjective, dans le sens qu'elle est formée des différents êtres sensibles qui se rencontrent pour jouer ensemble. Comme le dit si bien Brooke, elle est faite des rires et des pleurs, mais aussi des angoisses et des joies des artistes qui participent au processus. En fait, c'est ce qui émerge de la rencontre de différents sujets incarnés qui constituent ce monde à part, cette « réalité de jeu commune » pour citer Ophélie. Nous avons aussi formulé des questions dans notre grille d'entrevue qui concernait la qualité atmosphérique du jeu et le rythme et qui témoignait, au niveau de l'anticipation de résultats, du fait que le jeu permettait aux acteurs de co-créer une temporalité et une spatialité autre. Cette façon de voir le jeu que défendent les comédiennes ayant participé à notre recherche, font donc écho à quelque chose qui était déjà présent dans nos intuitions de départ. Toutefois, ce qui est apparu suite à l'analyse, c'est comment les participantes vivent le passage entre ces deux mondes. Cette façon de passer du quotidien au jeu théâtral fait partie des dimensions qui restent peu réfléchies par le monde de la psychologie et qui pourraient pourtant s'avérer essentielles. Nous voyons, dans cette idée du seuil, une première réponse à la question visant à mieux comprendre l'expérience sensible dans le jeu, dans le sens que les comédiennes nous parlent chacune à leur façon d'une façon de passer d'un monde à l'autre. En fait, que ce soit par une série de rituels qui impliquent bien souvent l'activation ou la dilatation du corps, ou la reconnaissance que le monde du jeu théâtral appelle une posture différente, plus engagée et plus sensible, les comédiennes ont toutes élaboré sur cette navigation entre le quotidien et le théâtre.

En fait, nous retenons que le simple fait de pénétrer dans un espace extraquotidien de jeu transforme l'être. En effet, tout comme Ophélie qui fait maintenant l'accent automatique sur sa qualité d'écoute et de présence en franchissant la frontière qui sépare les deux mondes, tout comme Colombine pour qui la scène est un lieu sacré, tout comme Masha qui devient subitement moins timide sur scène, ou encore comme Claude qui a conscience que le théâtre est un lieu où se livre du contenu essentiel, le fait de pénétrer dans une aire de jeu entraîne les comédiens à adopter une attitude autre en présence des partenaires et du public. Mais encore plus précis, nous retenons que c'est bien la coprésence sensible des partenaires de jeu qui facilite ce passage. Par exemple, nous pensons à ce moment où Ophélie s'est sentie figée devant le public. À ce moment, c'est en se reconnectant avec son partenaire, en s'appuyant sur ce qu'elle ressentait de la présence de ce dernier, qu'elle a retrouvé sa capacité de jouer. Nous pouvons également repenser à l'anecdote que nous avons racontée en introduction à cette thèse, celle où nous avons élevé la qualité de notre interprétation lorsque notre partenaire est arrivée durant une scène d'Andromaque. Dans les deux cas, c'est comme si le simple fait d'être dans une écoute incarnée de la présence sensible de l'autre nous invitait à revenir dans le monde du jeu. En outre, dans toutes les entrevues, nous retrouvons cette idée d'un espace qui est co-créé et qui prend forme par la rencontre, cette « réalité commune de la scène » qui est abordée par Ophélie et Masha. Passer du monde quotidien au monde du jeu extraquotidien, c'est accepter de rencontrer l'autre autrement, de façon incarnée et sensible. Cette façon a bien été décrite par les participantes, mais inclut une écoute soutenue qui fait appel à tous les sens, une présence accrue qui nécessite un corps activé et détendu, ainsi qu'une sensibilité à plusieurs éléments comme le rythme. En définitive, l'atmosphère et le cadre se construisent donc de façon intersubjective.

Toutes les participantes nous parlent également de comment le simple fait d'avoir l'intention de rencontrer l'autre autrement nous introduit au jeu sensible, ou même « nous aspire » pour reprendre l'expression de Colombine chez qui le jeu est vécu comme un mode relationnel différent : dans le quotidien, elle est cette directrice de troupe anxieuse de

régler tous les problèmes, mais quelque chose sur scène l'entraîne à adopter instantanément une autre posture relationnelle qui rend l'émergence de cet autre monde possible. C'est un « focus automatique » qui traduit une volonté d'écouter l'autre pour Ophélie, ou encore un choix de s'abandonner à l'ajustement relationnel pour Masha. Dans tous les cas, ces actrices nous apparaissent conscientes qu'elles passent un seuil en modifiant leur façon d'être en relation avec l'autre.

### 13.3.1 Le passage du seuil est facilité par des rituels qui impliquent le corps

Une dimension qui ressort de l'analyse en lien avec l'idée des seuils est celle des rituels : toutes les participantes portent en elle une réflexion sur la façon de changer l'attitude pour activer la sensibilité propre au jeu. Nous retrouvons des idées communes, comme le fait d'activer le corps ou de mettre l'accent sur la détente et la dilatation, et d'autres plus personnelles, comme le besoin chez Colombine de s'isoler des autres, ou encore la prise de conscience pour Masha que de se connecter à son sens de l'action incarnée est plus efficace que de se convaincre mentalement d'entrer dans le jeu. Nous retenons donc qu'il n'y a pas de réponse unique, mais qu'il demeure important pour ces artistes de trouver une façon de réaliser ce passage. Nous soulignons aussi la centralité de l'éveil de la sensibilité et de l'affect pour les quatre participantes qui passent bien souvent par une activation du corps vécu. Cette idée des rituels, nous ne l'avions pas anticipée, mais elle se retrouve pourtant en filigrane dans l'œuvre d'anthropologie théâtrale de Barba et Savarese (2008) que nous avons abondamment citée durant la revue de littérature. En effet, cet ouvrage dévoile que toutes les cultures théâtrales ont en commun un entraînement qui devient avec le temps une forme de passage rituel vers le monde du jeu théâtral. La technique et le travail sont également évoqués par les participantes, mais comme façon de mieux s'abandonner à leur sensibilité dans le jeu avec les partenaires ou le public. La maîtrise a pour but de dilater le corps afin de lui permettre d'entrer en contact avec l'environnement de façon plus libre, ce qui sous-entend combien le corps n'est pas « un », mais plusieurs modalités différentes dans

son rapport à l'autre et à l'espace. Il peut prendre de l'espace et être ce par quoi l'intention se manifeste à la personne qui se trouve devant nous.

La scène est d'ailleurs composée de nombreux seuils qui structurent la rencontre dans le jeu. Rappelons notamment le sens du mot « scène », dont la racine « skéné » signifie « là où les comédiens se préparent » (Sallé, 1990), laissant sous-entendre de façon implicite une conscience d'un changement de perspective qui s'opère avant de changer de monde. Le « quatrième mur » auquel Masha fait référence est un élément qui structurent la rencontre, mais aussi la sensibilité. Ce mur invisible encadre le lieu où se joue la scène, ce qui n'empêche pas qu'il y ait une résonance sensible entre le public et les comédiens, et ce même si ces derniers ne s'adressent pas directement au public. Car, comme nous le rappellent Claude et Masha, la sensibilité doit être en quelque sorte régulée pour être au service du jeu, et cela semble facilité par cette idée du seuil entre deux mondes. Nous pouvons ajouter aux expériences de nos participantes nos propres souvenirs de notre passage dans le monde du théâtre. En effet, nous nous rappelons que lorsque nous faisons des auditions dans des locaux neutres et non conçus pour la représentation théâtrale, bien souvent il y avait des lignes de tracées au sol pour signifier aux aspirants comédiens qu'ils entraient dans un espace de jeu. Bien entendu que les juges d'audition nous auraient vue si nous sortions de ces lignes, mais celles-ci avaient une tout autre fonction que de faciliter l'observation, et c'est celle de signifier que nous allions pénétrer dans le monde du jeu. Nous pouvons aussi le fait que même en l'absence de rideaux dans ces locaux d'audition, la plupart des comédiens et comédiennes vont faire dos au public avant de commencer leur scène et signifier leur entrée dans le jeu en se tournant en direction des juges une fois prêts. Ce passage se fait donc en conservant la conscience de l'autre, de la personne qui va regarder, dans ce cas-ci, les juges. Nous nous rappelons aussi un exercice où l'enseignant nous avait demandé d'imaginer une ligne invisible au sol et de sentir monter en nous le personnage, mais aussi le changement intérieur qui s'opérait. Cet exercice, très puissant, activait notre sensibilité au jeu et démontre, tout comme le geste de tourner le dos, que le

seuil n'est pas qu'un espace physique, mais aussi une idée. C'est ce « focus » ou cet « abandon » que nomment les participantes, bref, ce qui nous amène à rencontrer l'autre autrement.

En outre, cet autre monde a aussi une temporalité qui lui est unique et de nombreux rituels corporels évoqués par les comédiennes que nous avons rencontrées font référence à l'idée d'activer sa sensibilité à la rythmicité propre au jeu. Colombine est celle qui exprime le mieux l'harmonie qui se crée dans la polyrythmie des êtres qui jouent les uns avec les autres alors qu'elle explique les différentes couches de rythmes qui forment la trame du jeu théâtral. Que ce soit en ralentissant le rythme pour le coconstruire lentement comme le fait Ophélie, ou comme le fait Colombine en cherchant le rythme de son personnage pour le laisser dialoguer avec celui de ses partenaires, changer de monde implique aussi d'être à l'écoute du temps différemment. D'ailleurs, nous nous rappelons personnellement que de nombreux exercices d'improvisation impliquaient de créer un rythme en tapant du pied ou des mains, sans paroles, puis d'attendre la réponse de l'autre avant de l'ajuster. Durant ces exercices, c'est comme si le corps entier devenait sensible à la temporalité de l'échange, et via ce dialogue de percussions prenait forme une aire de jeu partagé, puis une émotion. C'est aussi à cela que nous pensons avoir fait référence dans notre anecdote d'introduction lorsque nous disions être en contact avec notre partenaire sans la voir par son souffle. Se connecter à la temporalité du jeu devient donc une autre façon de franchir le seuil, faisant écho à Bin (2007) pour qui la qualité atmosphérique qui se cocrée entre les personnes qui se rencontrent implique une temporalité subjective particulière. Ou encore Bebee, Jaffe et coll. (2000) pour qui toute dyade intersubjective implique un rythme qui a ses racines dans une condition existentielle de base, celle de la rencontre originelle d'un parent avec son enfant. C'est aussi ce que semble dire Simms (2008) lorsqu'elle affirme que l'enfant se constitue comme sujet notamment en laissant son corps jouer avec le rapport au temps intersubjectif pour mieux l'appivoiser. Dans ce dernier exemple, nous pouvons penser à l'enfant qui joue avec l'heure du coucher, ou au nouveau-né qui synchronise son rire au jeu de cache-cache

des adultes. Mais nous pensons surtout à Leroy-Viémon (2008) pour qui le *Kairos*, que nous pouvons traduire comme le *timing* et le rythme des échanges, fait partie de ce qu'elle nomme la métarecontre, c'est-à-dire les éléments qui constituent le jeu relationnel. Entrer dans l'espace de jeu nécessite donc d'activer son corps, mais aussi de le connecter à une temporalité différente de celle de tous les jours. « Le corps, c'est du rythme » nous dit Colombine. Tous ces exemples traduisent cette idée évoquée par Simms voulant que la sensibilité au temps fasse partie des conditions existentielles de l'être.

### 13.3.2 L'idée du seuil peut aussi être éclairée par la psychologie humaniste

Le fait que nous ayons intuitivement utilisé la métaphore du seuil est probablement tributaire de lectures que nous avons faites d'un texte de Jager et Bourgault (2004) qui se retrouvent dans la présente revue de littérature. Nous pouvons à cet égard rappeler que ces auteurs décrivaient, à partir d'une photographie, le cabinet du premier psychanalyste de l'histoire, comme un espace habité, décoré d'artefacts archéologiques qui témoignaient de l'imaginaire de Freud. En outre, ils expliquent comment le simple fait d'entrer dans ce cabinet entraîne le sujet à changer d'attitude, sachant qu'il pénètre un monde subjectif et humain. L'utilisation du mot seuil, quant à lui, apparaît de façon plus explicite dans un autre texte du même auteur (Jager, 1996). L'idée du seuil était donc déjà en nous, mais elle nous est apparue comme pertinente pour comprendre le message livré par ces comédiennes au fil de l'analyse. Nous croyons en effet que ces quelques textes cités ici peuvent nous aider à comprendre ce qui se produit lorsque l'être pourvu de sensibilité pénètre le monde du jeu, que ce soit celui de l'art théâtral ou celui de l'art psychothérapeutique. Dans ce deuxième texte, Jager différencie deux façons de rencontrer l'autre, l'une qui tire son origine dans la perspective de « l'exploration scientifique passe naturelle de l'univers », et l'autre dans celle d'un « état conscient d'habiter un cosmos ». Grâce à ce texte, il nous parle des « mystérieux changements » qui nous permettent de passer d'un état à l'autre et qui ont probablement orienté l'émergence du thème du seuil dans l'analyse transversale.

Nous retrouvons dans l'image poétique de Jager ces deux mondes dont nous parlent les comédiennes, soit celui « formaté par la civilisation » pour reprendre le terme utilisé par Masha, mais aussi celui du « sacré » en référence à l'expérience de Colombine. Nous pourrions également revisiter Artaud (1990) que nous avons cité en introduction de cette thèse pour qui le comédien doit amener le spectateur à entrer dans un monde où il adopte une attitude de « métaphysique en action » presque automatique. Par cette référence à la métaphysique, Artaud sous-entend également que lorsque le jeu des comédiens est incarné, ancré dans le sensible, qu'il y a une transformation instantanée de la façon de vivre la rencontre entre les acteurs et le public. Selon lui, l'acteur doit amener le spectateur à « penser par les sens plutôt que par l'entendement » (p.132), et pour y arriver, il doit faire appel à toute son expressivité corporelle. Tout comme Colombine, Artaud croit que le théâtre doit être ressenti comme « sacré ». Tout comme Masha, il comprend le jeu théâtral de l'acteur comme une capacité d'être en action « primitive ». Ce « primitif » du jeu, nous le comprenons comme la valorisation d'un corps qui n'est pas « aliéné » par l'autre au sens où l'entend Bernard (1995), c'est-à-dire dénué de sa subjectivité et posé comme simple objet. Le rôle du théâtre est de créer cette atmosphère par la rencontre des sensibilité où l'être objectivé par ce « formatage » peut redevenir sujet, ne serait-ce que l'instant d'une pièce de théâtre.

Nous reprendrons l'image du géologue que Jager utilise comme illustration de ce changement de perspective. En fait, dans cet exemple, le géologue a pour objectif de mesurer un terrain, approchant l'univers comme un technicien qui tente de le maîtriser en faisant abstraction de sa sensibilité dont il n'a nul besoin pour réussir cet exercice. Toutefois, dans le récit de cet auteur, ce géologue rencontre une tombe d'une personne ayant habité la terre autrefois, et dès lors, l'imaginaire du technicien se met à réfléchir sur celui qui est enterré là. Qui était-il ? « Était-ce un ancien explorateur dont la mission a

échoué ? ». Ce passage de la technique à l'imagination littéraire représente pour Jager la traversée du seuil alors que soudainement le terrain vu sous la perspective des mathématiques est rencontré sous la perspective d'un espace habité par une présence humaine. En outre, ce seuil structure la relation entre ces deux mondes, entre le monde subjectif de la sensibilité et le monde objectif régi par la pensée scientifique. « Ce n'est que là, devant le seuil annonçant la présence d'un voisin, que l'explorateur est en mesure de soumettre ses observations géologiques à un autre contexte, de les doter d'un sens et d'une finalité » (Jager, 1996, p.12). Le géologue pénètre un monde « où il devient lui-même présent à un autre » (p.12).

Nous reconnaissons bien sûr dans cette métaphore plusieurs éléments de notre analyse transversale. Nous pourrions, par exemple, remplacer le géologue par Colombine qui, préoccupée par les relations interpersonnelles compliquées dans le réel, se permet de rencontrer autrement le monde lorsqu'elle pénètre le monde du jeu. Le monde du jeu est ce cosmos où l'imaginaire peut exister dans une perspective intersubjective de rencontre sensible, permettant de regarder l'expérience dans un autre contexte, « de les doter d'un sens et d'une finalité » (p.12), un lieu où l'esprit mathématique cède sa place à l'imaginaire sensible. En fait, le monde du jeu sensible donne du relief au vécu, et c'est parce qu'il est différent que l'être qui change de posture sait qu'il a franchi un seuil.

Nous retenons également de l'idée du seuil que celui-ci structure également quelque chose d'intérieur à l'acteur, maintenant une porte ouverte entre la technique intériorisée et la sensibilité. Pour ne pas « devenir l'émotion » comme le suggère Masha, il faut conserver une partie de sa réflexivité, cet « observateur » évoqué par Ophélie. Ceci rejoint l'idée d'une conscience réflexive en action défendue par la psychothérapie (Lecomte et coll., 2004). Les comédiens doivent maîtriser une technique complexe, tout comme les psychothérapeutes à qui l'on demande d'emmagasiner un savoir et un savoir-faire énorme pour pratiquer. Ce

mode intérieur où existe l'apprentissage technique est nécessaire et important, mais la présence du seuil permet de distinguer celui-ci de l'autre mode caractérisé par l'abandon dans l'intuition et le sensible, dans le « primitif » et « l'émotion », termes utilisés par des participantes durant les entretiens. Cela est aussi vrai pour le psychologue qui doit passer d'une perspective à l'autre.

### 13.3.3 Le plaisir comme façon de vivre le changement de monde

Enfin, nous retenons aussi de l'analyse transversale l'idée du plaisir qui n'était pas anticipée par notre grille d'entretien et qui est présentée par les participantes comme une façon de sentir que s'actualise ce passage du seuil entre le réel et le jeu. Nous avons déjà vu en revue de littérature que le plaisir était une finalité du jeu, remarque qui semble bien expliciter les participantes au travers leurs entretiens. Bien entendu, nous pouvons penser à Freud (2013) discuté dans la revue de littérature pour qui la résolution du jeu est activée par la recherche du « principe du plaisir », sorte de libération d'une « compulsion de répétition ». Sans aller dans le cadre théorique psychanalytique qui sous-tend cette perspective, nous pouvons retenir l'idée que la « pathologie consiste à être enfermé dans un monde sans possibilité d'un ailleurs, sans possibilité de changer de point de vue » (Jager, 1996, p.8). Entrer dans le monde du jeu, théâtral ou psychologique, c'est sortir de cet enfermement pour aller vers cet « ailleurs », ce point de vue autre. Ce plaisir se réalise même dans la souffrance, lorsqu'un acteur joue un drame, ou que nous sommes touchés par le mal-être du patient. Toutefois, il faut pouvoir connaître ses limites, comme le rappelle Ophélie qui sait qu'il y a certains rôles qui sont vécus plus difficilement au niveau de sa sensibilité. Il demeure même nécessaire de se « repositionner vers le plaisir » comme le fait Colombine pour conserver l'énergie nécessaire au jeu. De nouveau, par ce repositionnement vers le plaisir, nous pouvons constater l'importance du seuil séparant les deux états. Nous pouvons à cet effet faire référence à un autre texte de Jager (1997) ou celui-ci présente deux nouvelles métaphores pour illustrer les deux façons de rencontrer, celle du « travail » et celle de la

« fête ». Le théâtre étant né sous le signe des Dionysies, moment de célébrations, même la tragédie humaine est alors abordée comme une fête. Rappelons d'ailleurs qu'en Grèce antique, il était obligatoire pour tout citoyen de prendre congé pour ce moment (Sallé, 1990). Nous nous voyons ici en train de souvent valider plusieurs patients qui se culpabilisent de prendre un moment pour eux, comme si l'esprit du temps n'était marqué que par le monde du travail. Les théâtres sont désertés, et lorsque les politiciens défendent sa place dans la société, c'est sur la base de son « utilité économique », de comment elle « *fait* rayonner notre culture dans le monde », et rarement sur le fondement plus implicite de sa dimension sensible, c'est-à-dire tout ce qui appartient au « monde de la fête ». Les arguments se concentrent donc sur les aspects techniques, au même titre que lorsque l'on défend un programme de psychothérapie public, c'est en évaluant sa « rentabilité ». Nos contemporains sont donc loin des Grecs qui considéraient qu'il était du devoir de tout citoyen libre d'assister aux fêtes de Dionysos pour y rencontrer la passion humaine autrement que dans le quotidien. Par contre, Ophélie nous rappelle que ce plaisir n'exclut pas la responsabilité qui incombe à l'artiste qui doit travailler fort pour jouer.

En somme, nous croyons que la pensée de Jager est celle qui illustre le mieux le rôle extraquotidien du jeu théâtral tel qu'évoqué par les participantes à notre recherche, mais aussi du seuil entre celui-ci et le monde de tous les jours, entre la réflexivité et l'abandon dans la sensibilité, ou encore entre le travail et la fête. Ce seuil, qui structure deux façons d'être, permet de rencontrer l'autre autrement, d'adopter une présence et une écoute différente. L'écoute et la présence dans le monde du jeu s'ancrent dans la condition existentielle universelle de la relation sensible à l'autre plutôt que dans un impératif imposé de productivité par l'esprit du temps. Le « plaisir », c'est donc cette sensation que nous vivons de pouvoir enfin être-au-monde de façon sensible, en contact avec cette dimension aliénée par le regard qui objective.

#### 13.4 LE JEU SENSIBLE PREND EN CONSIDÉRATION L'IDENTITÉ INCARNÉE DES SUJETS

En lisant les témoignages des participantes à notre recherche, en tant qu'auteure de cette thèse, nous nous sommes rappelée de quelques moments de notre propre formation en théâtre. Plus particulièrement, nous avons en tête cette discussion avec un directeur d'une école de théâtre de l'époque qui nous avait rencontrée. Il nous avait mentionné qu'il croyait beaucoup en notre talent d'artiste, mais qu'il sentait que quelque chose en nous d'inconfortable nous bloquait, que cela se voyait dans notre expressivité corporelle, mais aussi que ce blocage nuisait à la qualité de notre jeu. Avec le recul, nous réalisons que plusieurs choses peuvent influencer ceci. Essentiellement, ce qu'il nous disait était que pour devenir meilleure comédienne, pour que notre sensibilité soit au service du jeu, nous devons apprendre à mieux nous connaître.

Toutes les entrevues révèlent que l'identité influence le rapport au jeu jusque dans la présence et le rapport sensible à l'autre. Les traumatismes d'enfance de Colombine se manifestent dans une préférence pour une présence physique plus robuste. Ceux de Claude par une nécessité de réguler la façon dont son jeu le touche. La difficulté d'Ophélie à se sentir aimée fait qu'elle fige et se déconnecte de son corps lorsque la scène appelle cela. Enfin, la nature timide de Masha fait qu'elle peut parfois décider d'effacer sa présence pour laisser la place à l'autre, ou au contraire s'appuyer dessus pour s'exprimer davantage, comme une sorte de formation réactionnelle. Le jeu dramatique est définitivement teinté de l'histoire personnelle des comédiennes et comédiens qui le pratiquent. Nous nous rappelons, lors des auditions pour entrer dans des écoles de théâtre, qu'il nous était toujours demandé « pourquoi souhaitez-vous étudier en théâtre ? ». Cette question renvoie à l'importance de se questionner sur ce qui nous pousse vers ce métier. Encore plus, durant la formation, lorsqu'il y a des blocages au niveau de l'expressivité corporelle, on nous invite à prendre soin des éléments de notre histoire qui nuit à notre capacité de jouer.

Étrangement, cette question est rarement posée aux futurs psychologues cliniciens alors que pourtant, elle nous apparaît comme tout aussi essentielle.

De plus, la description que les participantes font de cette dimension identitaire résonne avec l'idée défendue en revue de littérature qu'elle s'ancre dans un corps vécu intersubjectif. Il s'agit d'un thème qui était nommé dans la littérature. Nous pensons à Merleau-Ponty (1945) pour qui le corps en relation avec le monde est à la base de la subjectivité humaine, mais aussi à la description que fait Simms (2008) du développement de l'enfant. En effet, pour elle, l'enfant touche et est touché par le monde qui l'entoure, il grandit en le rencontrant avec son corps, et la façon dont il va le faire va rester en lui pour le reste de sa vie, et ce même après que se soient développées les cognitions. Nous pensons aussi à Henry (2005) pour qui l'identité, c'est la sensibilité, et c'est avec celle-ci que nous pouvons véritablement comprendre sur un autre niveau que l'entendement l'art. Nous croyons que c'est ce que tente de nous dire Masha lorsqu'elle affirme que l'enfant est un modèle pour elle lorsque vient le temps de retrouver ce corps « primitif » et « non civilisé » essentiel à son entrée dans le jeu. En même temps, nous ne pouvons faire abstraction du fait que le corps est toujours culturellement façonné. Si la sensibilité et l'identité sont fusionnées pour Henry, il n'en demeure pas moins que ces deux dimensions de l'être évoluent tout au long de notre vie, et est fonction de notre rapport au monde humain. C'est d'ailleurs ce que dit Bernard (1976) lorsqu'il indique qu'au théâtre, le corps est toujours signifiant, car il fait partie d'un monde qui précède son existence. Alors, comment comprendre cette idée d'une identité sensible qui renvoie à notre préreflexivité et à un stade présocialisé ? Pour comprendre le paradoxe, nous pouvons faire appel à la technique de Grotowski (1991), la « *Via Negativa* ». Ce maître du théâtre enseigne à ses étudiants à se dépouiller le plus possible de cette socialisation afin de retrouver quelque chose d'essentiel dans l'expérience corporelle, puis de reconstruire. C'est comme s'il nous disait de nous déshabiller pour se regarder dans le miroir, observer comment est notre corps nu, avant de jouer avec celui-ci en se costumant. Bien sûr, même nu le corps reste teinté de notre

expérience. Par exemple, un dos courbé peut témoigner d'un poids porté trop longtemps sur les épaules, mais l'idée reste de quand même faire l'exercice de retrouver ce quelque chose d'existentiel dans notre sensibilité qui était là avant. Nous parlons d'une façon d'écouter et d'être présent qui est bien décrite par Simms (2008) dans ses observations des enfants. Par conséquent, ce que nous en comprenons, c'est que nous sommes encouragés par la culture contemporaine à renier la dimension corporelle de notre vécu alors qu'elle fait partie de nous, elle affecte notre rapport sensible au monde. Elle nous parle aussi d'une sorte de dépouillement pour retrouver ce corps originel et intersubjectif que l'on oublie au fil du temps. Il devient donc essentiel, pour que se réalise le jeu dans toute sa complexité, de comprendre cette dimension de l'identité qui se définit dans le chiasme qui se tisse entre le corps vécu et le monde dans lequel nous évoluons. Nous sommes en présence et en écoute de l'autre par l'intermédiaire de cette identité incarnée qui a une histoire propre. Celui-ci est composé du rapport de chacun au monde humain, mais aussi de quelque chose de fondamentalement existentiel, ce que nous avons compris grâce à Masha comme étant « primitif », préexistant le « formatage ».

Les participantes nous parlent donc toutes de comment l'identité sensible est nécessaire au théâtre, mais aussi de comment celle-ci peut rendre vulnérable ainsi que de l'importance de s'assurer que celle-ci demeure au service du jeu et non l'inverse. C'est ici qu'émerge un autre thème que nous n'avions pas anticipé dans la revue de littérature, soit le rôle que joue l'identité éthique dans la régulation de la vulnérabilité au service de la représentation.

#### 13.4.1 L'identité éthique permet de s'assurer que la sensibilité reste au service du jeu, et non l'inverse

Plus tôt, nous avons évoqué la question de la motivation à étudier en théâtre. Lorsque celle-ci nous a été posée à l'époque, nous avons répondu que cela était une vocation, que nous souhaitions rentrer dans une école de théâtre comme dans un couvent, pour nous dédier à un art. Nous pourrions analyser en profondeur le sens de ce désir qui nous habitait à

l'époque, l'interpréter de différentes façons, comme une fuite de quelque chose ou la rencontre du plaisir du jeu, mais ce n'est pas l'objectif de la présente thèse. Nous retenons toutefois que notre réponse comportait une dimension éthique semblable à ce qui est nommé dans l'analyse de nos participantes. L'idée du « sacré » ou celle de la « responsabilité » de l'acteur sont deux formes que prend ce sens éthique dans l'analyse, et il semble être important pour le jeu dramatique. Rappelons toutefois que cette responsabilité évoquée par Ophélie ne se traduit pas en volonté de contrôler le déroulement de la rencontre, mais plutôt en un sens que ce que nous faisons est important et nécessite un engagement de notre part.

Nous pouvons aussi noter que ce sens de l'identité éthique contribue à créer ce seuil qui sépare deux mondes. En effet, le grand respect qu'ont les participantes pour leur art se transmet de façon intersubjective dans l'espace du jeu. Comme le mentionne Ophélie, c'est par sens de l'obligation qu'elle maintient son focus d'écoute et sa présence. Ce sens éthique s'ajoute donc au plaisir comme facilitateur d'un changement de monde. En effet, le simple fait d'avoir conscience de l'importance du cosmos dans lequel l'artiste pénètre semble l'aider à adopter une posture différente, au service de la représentation. Lorsque les participantes entrent dans cet autre espace, elles entrent dans un monde où l'éthique intersubjective prime. Elles sont conscientes de leur rôle comme comédienne au service du jeu et leur mode d'existence devient soudainement plus incarné devant l'autre, plus présent et plus à l'écoute de celui-ci. Ainsi, aux façons de vivre la traversée entre le quotidien et l'extraquotidien, nous pouvons ajouter aux différents rituels l'idée du rapport éthique qu'entretiennent les participantes au jeu.

Cette idée résonne avec l'analyse que fait Bernard (1976) de l'expressivité corporelle au théâtre. Selon lui, la particularité du jeu théâtral, est de pouvoir subordonner cette sensibilité au narcissisme pour que le personnage, et non l'acteur, prédomine la scène. En

effet, selon lui, le rôle de l'artiste est de pouvoir mettre son corps au service de quelque chose de plus grand, d'un personnage, ou encore de la représentation théâtrale. Nous retrouvons beaucoup cette vision éthique du jeu théâtral chez Grotowski (1991) pour qui l'acteur doit se subordonner aux besoins de la pièce qui est jouée. D'ailleurs, ce dernier nous parle, comme Masha, d'une forme de dépouillement de nos habitudes et tensions corporelles apprises en société, dans le but de retrouver un état authentique. Bernard (1976) reprend cette technique pour en exposer la dimension éthique alors qu'il rappelle que l'objectif de Grotowski était s'assurer que l'acteur développait la flexibilité nécessaire pour être au service d'une expressivité créatrice. Nous pouvons aussi nous rappeler d'une discussion avec un professeur de théâtre il y a plusieurs années qui nous révélait que trop de jeunes rentraient dans les écoles de théâtre pour jouer leurs traumatismes d'enfance ou pour soigner quelque chose. Sa constatation est que si cette dimension n'étant pas régulée, l'acteur va se détruire dans le jeu et son vécu sensible ne servira pas à la représentation. Ophélie nous met d'ailleurs en garde lorsqu'elle dit avoir tenté au début de jouer des rôles trop exigeants pour ce que sa sensibilité pouvait contenir, tout cela parce qu'elle voulait répondre à des insécurités sur sa capacité de jouer. Nous pensons également à Colombine qui affirme avoir longtemps souffert de cette pression vécue comme destructrice. Ou encore Claude qui dit avoir beaucoup « subi » sa sensibilité. Ce sens de l'éthique nous apparaît, dans ces circonstances, comme un écueil possible. Est-ce qu'il y a de quoi, dans le métier de comédien qui incite à cette éthique ? Une peur de déplaire ? Le désir d'élever la vulnérabilité et la sensibilité au service de la représentation théâtrale pourrait en effet inciter l'artiste à dépasser les limites saines du jeu. Il y a chez ces comédiennes une volonté de performer, une peur de déplaire, qui ne nous paraissent pas étrangères à ce que les psychothérapeutes peuvent vivre. Le désir de guérir l'autre, le besoin de performer à chaque séance, le sentiment d'impuissance, voilà de nombreux écueils qui peuvent naître de notre identité éthique de thérapeute et qui peuvent nous pousser à chercher à en faire trop. Ces écueils qui guettent les psychothérapeutes sont d'ailleurs bien identifiés par Drouin (2005). Par exemple, ce dernier parle du réflexe de vouloir en faire trop lorsque

nous ressentons l'impuissance, ou au contraire de vouloir se désengager de la relation thérapeutique.

En terminant, nous pouvons affirmer que nous jouons en fonction de qui nous sommes et de notre histoire. Notre sensibilité, qui fait intrinsèquement partie de nous, de notre être subjectif, entre dans le jeu avec un passé qui lui est propre. Guidés par un sens éthique, autant le théâtre que la psychologie clinique se doivent de rester au service du jeu, de la représentation ou de l'autre. Comme le souligne Colombine, les spectateurs paient cher leurs billets, il faut respecter cela, au même titre que la psychothérapie coûte cher. Mais cette éthique peut venir avec certains écueils, comme la pression à performer, d'où l'importance de travailler sur soi, d'adopter cette éthique avec une certaine bienveillance. Deux autres idées peuvent aussi permettre de maintenir ce sens éthique du jeu : le maintien d'un seuil, mais aussi la reconnaissance de l'importance de redécouvrir le plaisir du jeu.

### 13.5 L'ÉCOUTE ET LA PRÉSENCE COMME COMPÉTENCES DU JEU SENSIBLE

Nous croyons que dans le récit que les participantes font de ces deux thèmes se trouve une grande richesse expérientielle qui peut éclairer plusieurs métiers, dont celui de psychothérapeute. En effet, nous rappelons notamment ce que nomment Geller et Greenberg (2005) concernant la présence, soit qu'il s'agit d'une compétence qui est souvent nommée comme essentielle à toute psychothérapie, mais peu étudiée. Nous retiendrons surtout quelques idées principales, soit que la présence incarnée et active est ce par quoi l'être se manifeste, autant à l'autre qu'à lui-même, alors que l'écoute sensible est ce par quoi la présence nous est donnée. De surcroît, nous pouvons souligner l'importance primordiale du corps pour les quatre participantes en lien avec ces deux processus. Ceci fait écho à ce qui avait été mis en évidence dans la revue de littérature, notamment lorsque

nous avons évoqué Merleau-Ponty (1945). En fait, c'est comme si ces comédiennes explicitaient la complémentarité de la présence et l'écoute du point de vue du corps, « à savoir non plus comme présence de l'objet désigné, mais présence intersubjective du toi en moi, relation de l'autre comme sujet avec moi » (Bernard, 1976, p.263). Lorsque les comédiennes évoquent la présence comme une expansion de l'être vers soi ou vers l'autre, et l'écoute comme la résonance de cette dilatation de l'autre en soi, elles nous parlent d'une présence qui a un effet de contagion qui peut influencer les autres au travers leur écoute sensible. Elles explicitent ce que Artaud (1990) semble vouloir dire lorsqu'il dit souhaiter que le théâtre soit compris comme une « peste » qui se propage chez les spectateurs. Les participantes nous parlent d'une détente qui permet d'être davantage en contact avec le soi corporel comme mode de rencontre avec l'autre. La présence et l'écoute que décrivent les participantes agissent par « le corps en tant que sentant sensible (qui) adhère au corps d'autrui en tant que sensible sentant » (Bernard, 1995, p.,52). Par cette citation, nous entendons que l'écoute et la présence sont décrites comme un contact avec l'autre qui est en même temps un contact avec soi, dans le moment présent du jeu. Ophélie décrit très bien cet état alors qu'elle parle de cette résonance affective qu'elle ressent par son corps, mais aussi de son intentionnalité dirigée vers l'autre, tout cela en se ramenant toujours dans l'instant du jeu. En outre, nous nous manifestons à l'altérité, autant celle en l'autre que celle en soi, et elle nous touche, par un corps dilaté et réchauffé. Le réchauffement, nous le comprenons comme musculaire, voir aussi émotionnel, alors que la dilatation, nous la voyons comme un élargissement du geste et de l'action du corps dans l'espace qui est facilité par la confiance et la détente. Le premier éveille en nous cette capacité à résonner dans l'écoute de l'autre alors que la deuxième permet de laisser cette résonance s'étendre dans l'espace pour parvenir de nouveau à l'autre.

Nous retenons aussi la complémentarité, mais surtout la tension qui existe entre l'idée de l'écoute et celle de la présence. Dans ces observations, nous retrouvons des intuitions qui pourraient s'avérer intéressantes pour les métiers qui font appel à ces deux compétences,

que ce soit en théâtre, mais aussi en relation de soin. Afin de réfléchir à cette dynamique présence/écoute identifiée dans nos analyses, nous ferons d'abord appel à Depraz (2015) et à la réflexion qu'elle fait sur le phénomène de l'attention et celui de la surprise. Comparant la pensée de Ricoeur à celle de Husserl, la philosophe nous parle d'une tension qui existerait entre ces deux expériences. L'attention est décrite par Depraz comme un regard porté et maintenu dans le temps vers une chose. Elle la décrit aussi en termes d'attente et de curiosité envers un objet ou un sujet. La surprise est pour sa part présentée comme un sentiment en réaction à quelque chose qui change, qui émerveille et qui est contraire à la volonté. En dernier lieu, elle y ajoute l'idée d'une durée qui permet à ces deux expériences de se déployer ensemble.

Tandis que l'attention est approchée depuis l'ouverture interne de l'attente, suivant le sémantisme *attensio-tensio*, la surprise est au cœur de sa vibration corporelle vécue comme un tressaillement qui « reflue » sur l'esprit, selon l'admirable mot de Ricoeur, ce qui donne à la mini-durée d'un « retentissement » se réverbérant sur le versant corporel (Depraz, 2015, p.274).

De plus, dans un autre texte, Depraz (2016) nous parle d'une « micro-rythmique » de la surprise. L'auteure nous parle aussi d'un émerveillement, d'une capacité à se laisser saisir par ce que nous observons. Cette perspective amenée par la philosophie nous permet de réfléchir à ce lien qui semble unir l'écoute et la présence chez les participantes. En effet, nous retrouvons chez les quatre cette idée voulant que la présence soit à la fois une attention à ce qui se passe pour soi dans l'écoute qui est portée vers l'autre, mais aussi une capacité de s'abandonner à l'effet de celle-ci. Une sorte de tension entre une anticipation et un lâcher-prise. Par contre, cette écoute attentive est aussi souvent portée vers soi, comme c'est le cas de Colombine qui se surprend à ressentir le mouvement de son sourcil. Par ailleurs, cette même participante relie cet effet de surprise au plaisir, une observation également décrite par Depraz (2012). La présence devient donc aussi un jeu d'anticipation modulé dans le temps par l'attention et l'écoute, mais aussi une capacité de se surprendre dans le jeu. Nous revenons ici à l'idée de la « pré-expressivité » évoquée par Barba et Savarese (2008) pour qui la présence est une tension vers quelque chose, une amorce vers

l'action, mais qui n'est jamais complétée ni contrôlée, et qui s'ajuste à ce qui nous surprend jusque dans notre corps. C'est une anticipation portée par l'attention, mais qui se laisse surprendre, un peu comme Masha qui se prépare vers l'action, mais qui accepte la surprise. Depraz (2016) parle d'une ouverture interne du « soi se surprenant » comme pouvant être une ouverture interne au conflit ou au cœur. Cette deuxième remarque nous renvoie à Claude et à sa métaphore du cœur comme expression d'une ouverture et d'une présence à l'autre, mais aussi au plaisir de la surprise.

Nous ajoutons aussi une réflexion sur la dimension spatio-temporelle de l'écoute et de la présence. Tout d'abord, pour que soit ressentie cette tension entre ces deux postures, il faut nécessairement qu'il y ait déploiement dans le temps. De plus, si la présence est une tension vers un geste, c'est qu'il y a une dimension d'attente, de quelque chose qui doit survenir, mais qui n'est pas encore arrivé. Les participantes expriment à plusieurs reprises l'idée d'une préparation à l'anticipation, d'un mouvement vers l'action qui est modulé par l'écoute. Dans ce contexte, l'écoute de l'autre et de soi provoque un déséquilibre constant qui est nécessaire à l'action. Les comédiennes parlent d'un entraînement préalable et d'une réflexivité qui suit le jeu. Ophélie nous parle aussi de son attention flottante qui s'observe et qui, par conséquent, n'est pas totalement dans « l'ici ». Ceci vient nuancer notre analyse préalable des propos des participantes, par exemple d'Ophélie qui nous dit qu'être présente, pour elle, c'est « être sur scène, maintenant ». Cet « ici et maintenant » que nous décrivons dans l'analyse se complète en effet d'un travail d'anticipation et de retour sur l'expérience. Nous pensons encore à Ophélie qui dit « repasser le film » de son jeu. Encore plus, la présence et l'écoute se manifestent à l'intérieur d'une historicité plus importante, celle du vécu des actrices, nous permettant de tracer un lien entre ces thèmes et l'identité historique. En effet, les quatre participantes dévoilent comment ces compétences sensibles s'ancrent dans leur histoire. Nous pensons à Claude qui réactualise ses traumatismes dans le jeu : là encore, il y a une tension, cette fois entre ce qui est représenté et ce qui est venu avant. Lorsqu'Ophélie écoute sa partenaire lui dire « je t'aime » et qu'elle sent sa présence

se figer, elle doit sortir de « l'ici et maintenant » du jeu pour s'écouter comme personne ayant une histoire.

En outre, toujours dans cette optique de la valeur du jeu comme autre façon d'être au monde, nous trouvons aussi intéressant de souligner le rôle que jouent ces deux thèmes, celui de la présence et celui de l'écoute, dans l'actualisation du jeu sensible. En fait, nous comprenons que ces deux processus sont vécus différemment lorsque le seuil est franchi, mais aussi qu'ils sont ce par quoi ce passage devient possible. Le « focus d'écoute » qui se fait maintenant de façon automatique pour Ophélie comme la série de rituels mentionnés plus tôt ont toutes pour finalité d'activer une façon d'être présent et d'écouter qui diffère du quotidien. C'est d'ailleurs ce que nous disait Barba et Savarese (2008) dans la revue de littérature lorsqu'ils affirmaient que la présence au théâtre se caractérisait par la capacité du quotidien d'adopter une posture de déséquilibre extraquotidienne. Être présent et écouter de façon sensible, c'est coconstruire avec les partenaires ce monde du jeu dont il est question dans cette thèse. Même le décor peut être compris selon cette perspective comme la présence humaine de l'autre qui se manifeste à moi. Comme le soulignent Jager et Bourgault (2004), les reliques archéologiques qui décoraient le cabinet de Freud signifiaient la présence d'un voisin, d'un autre être humain. De la même manière que Stanislavski (1980) encourage ses étudiants à développer leur contact sensible à ce qui se passe sur scène, les comédiennes ayant participé aux entrevues nous racontent comment elles sont à la fois en écoute et en présence du monde humain qui les entoure. Enfin, les participantes font aussi écho à Barba et Savarese lorsqu'elles nomment que cette écoute et cette présence ne doivent pas s'ancrer dans un contrôle trop rigide de ce que l'on cherche à exprimer. L'éthique de l'abandon du contrôle que prône Masha fait ainsi écho à cette idée du déséquilibre nommée en revue de littérature. L'écoute et la présence teintées de sensibilité, c'est ce qui permet l'émancipation de ce « formatage », ou de cette « aliénation par le regard objectivant » telle que comprise par Vuillemin (selon Bernard, 1995) :

... mon regard n'est jamais purement scrutateur ou observateur de l'autre : il est aussi et en même temps expression de mon existence personnelle, de mon expérience affective du moment (...). ...mon regard n'objective que lorsqu'il perd toute expression, devient inexpressif de soi-même, se transforme en juge impartial ; mais alors ce n'est plus moi qui regarde ; *on* regarde (p.111).

La présence et l'écoute sont donc ce par quoi les sujets, ensemble, peuvent cocréer ce monde au-delà du seuil, espace et temps où l'expérience sensible n'est pas amputée de l'existence. Les deux sont présentées par les comédiennes comme à la fois expression et contact, autant avec soi qu'avec l'autre. Le jeu théâtral qu'elles décrivent en est un qui offre généreusement à l'autre cette résonance sensible et affective qui leur sont données lorsqu'elles se laissent toucher par ce qui se manifeste dans le jeu. En fait, plus qu'un simple acte de coconstruction, nous pouvons revenir à l'herméneutique de Gadamer (1996) en parlant de quelque chose qui survient et qui apparaît dans le jeu et qui ne saurait être réduit à la simple addition des deux subjectivités. En fait, c'est d'un « saisissement » dont il est question selon Quintin (2008), comme si quelque chose s'emparait de nous. Comme l'exprime joliment Masha, c'est une « mayonnaise » qui prend à partir « d'ingrédients mystérieux ». C'est ce que semble exprimer cette idée du « plaisir » dont nous ont parlé les quatre personnes, ce qui nous amène à ajouter que ce retour sur soi semble se vivre comme une « fête ». En fait, selon Quintin, grâce à cet esprit festif et à travers la rêverie intime du jeu, l'être fait un retour vers soi. Une métaphore significative, qui est d'ailleurs à la fois utilisée par Quintin dans son texte sur l'herméneutique et par Claude durant nos entretiens, dévoile un peu ce qu'est cet avènement dans l'herméneutique : « un état de grâce ».

### 13.6 L'EXPÉRIENCE DU SENSIBLE DANS LE JEU DES COMÉDIENNES OUVRE SUR PLUSIEURS RÉFLEXIONS POUR LA PROFESSION DE PSYCHOLOGUE

Deux jours avant d'écrire ces lignes, nous avons assisté à une discussion entre psychologues humanistes formés à l'approche gestaltiste qui parlaient de leur pratique respective. Nous

retenons une chose de cet échange humain : le fait de se sentir constamment remis en question sur la valeur d'une pratique psychothérapeutique qui met l'accent sur la présence et l'écoute sensible. Nous retrouvons dans cette discussion un écho avec Ophélie qui rencontre ses amis comédiens les lundis soir pour échanger et réfléchir sur leur art. Nous retrouvons l'importance d'un espace d'échange trop souvent négligé. Nous nous souvenons presque automatiquement de toutes ces réunions cliniques durant nos internats qui ne laissaient aucune place à l'échange des expériences sensibles de nos thérapies, mettant plutôt l'accent sur des dimensions administratives. La belle réflexivité dont ont fait preuve les quatre participantes durant le processus témoigne de l'importance du développement d'un savoir-être pour ces comédiennes. Alors qu'elles explicitaient leur vécu du jeu sensible avec beaucoup de nuances et de passion, nous prenions conscience de tout ce travail de réflexion qu'implique le jeu, qu'il soit théâtral ou thérapeutique. Cela est pour nous un grand apprentissage pour la psychologie clinique qui, à notre avis, devrait prendre acte de l'importance de ce travail. D'ailleurs, la réflexivité en relation serait, selon Lecomte et coll. (2004), l'un des principaux éléments favorisant l'efficacité des thérapeutes. Aidées par différents tiers, metteurs en scène, enseignants, psychologue même pour Colombine, ces comédiennes nous indiquent qu'il faut aussi pouvoir développer cette capacité de dialoguer autour des aspects invisibles et sensibles de notre profession.

Nous pouvons donc comprendre la présente thèse comme un plaidoyer à la reconnaissance de l'espace psychothérapeutique comme un lieu où il est possible de franchir un seuil pour jouer de façon sensible. D'ailleurs, comme le mentionne Bataille (2005) en revue de littérature, le propre du jeu pourrait bien justement permettre de se soustraire à la volonté du contrôle mathématique de la nature humaine qui fait partie de l'esprit du temps contemporain. Rappelons à cet effet que l'histoire de la psychologie est notamment constituée par cette tension entre la scientificité de la discipline et son caractère subjectif, entre l'être perçu comme sujet et celui perçu comme objet (Hergenhahn et Henley, 2016). La tendance du monde biomédical étant d'adopter le mode de l'objectivité scientifique

lorsqu'il aborde le mal-être, le rôle de la psychothérapie ne serait-il pas à ce moment d'intégrer davantage de cette dimension sensible ? Selon nous, le jeu de la psychothérapie doit être considéré comme un espace poétique où l'être peut se déployer autrement qu'au quotidien, même si ce n'est qu'un instant à chaque semaine, au même titre que le jeu théâtral. La création d'un espace poétique et intersubjectif, unique à chaque fois, car il repose sur l'identité incarnée de chaque sujet impliqué, devrait être ce qui distingue la psychologie humaniste des impératifs biomédicaux de notre temps. Nous voyons dans cette recherche un message pour notre profession, soit de mettre davantage de l'avant une recherche de sens qui laisse la place au sensible.

Dans l'idée du seuil, nous trouvons un autre thème commun qui peut informer les psychothérapeutes dans leur pratique. En effet, à partir de ces témoignages, nous pouvons réfléchir à comment le psychologue clinicien peut s'assurer de prendre conscience qu'il change de monde pour pénétrer cet espace poétique constitué par le jeu psychothérapeutique. Nous prenons conscience par ces exemples des parallèles avec la salle d'attente du cabinet de psychothérapie : musique apaisante, décor qui laisse entrevoir que la personne vient rencontrer un hôte bienveillant dans un lieu habité, tout y est pour faire sentir à la personne qui consulte qu'elle traverse une frontière entre le monde du quotidien et celui de la rencontre psychothérapeutique. Nous observons également que la plupart des psychothérapeutes ont un réel plaisir à décorer leur bureau, ajouter une plante, un cadre, transformant leur espace pour recevoir les patients autrement, comme des hôtes qui se préparent à recevoir des invités (Jager, 1996). Tout comme les artistes du théâtre, les artistes de la psychothérapie peuvent contribuer à créer un cosmos habité d'une atmosphère invisible, mais différente. Nous renvoyons aussi le lecteur au texte de Jager et Bourgault (2004) que nous citons un peu plus tôt dans la discussion, en rappelant que ce texte nous parle du cabinet de Freud comme d'un lieu où se met en scène la psychothérapie. Nous avons pratiqué la psychothérapie dans plusieurs milieux : cliniques privés, cliniques communautaires et hôpitaux. La réaction des personnes qui nous

rencontrent est différente selon le lieu, car bien plus que des murs et du mobilier, l'espace touche la sensibilité et active l'imaginaire des personnes qui entrent dans cet espace. Sans entrer dans les détails confidentiels, ces exemples qui nous viennent à l'esprit sont suffisamment évocateurs pour justifier une réflexion plus poussée sur le passage du monde quotidien au monde extraquotidien de l'espace thérapeutique. Notre sensibilité capte ce changement, et ce nouvel espace, à son tour, transforme notre rapport sensible au monde. Cette réflexion nous renvoie inévitablement à l'essai de Bachelard (1957) sur l'espace poétique. Car nous sommes d'accord avec ce philosophe sur le point suivant : « Mais quel gain pour un psychologue de l'imagination si à la lecture sociale, il ajoute la lecture cosmique ? » (p.58). En outre, la lecture de Bachelard nous conduit à réaliser qu'il aurait été intéressant d'explorer plus profondément l'entrelacement qui existe entre la « poétique de l'espace », l'imagination et la sensibilité. En effet, le théâtre, comme le bureau du thérapeute, un lieu de « rêverie » nécessaire à une créativité thérapeutique. Franchir le seuil du bureau de psychothérapie, c'est pénétrer dans un lieu qui « protège le rêveur » (p.26), mais c'est aussi entrer dans un « espace de réconfort et d'intimité, comme un espace qui doit condenser et défendre l'intimité » (p.59). C'est ce que semble nous dire Colombine lorsqu'elle parle du rôle sacré du local de répétition, car c'est en protégeant ce lieu que l'imaginaire créatif peut trouver les variations dans la reproduction. C'est probablement aussi ce qui permet à Claude de puiser dans son espace intime, ou à Ophélie d'être vulnérable. L'espace extraquotidien de la thérapie protège la vulnérabilité du rêveur sensible, ne serait-ce que par l'éthique de la confidentialité qui est consacrée dans notre code de déontologie. Pour notre part, nous insistons sur l'utilisation d'un éclairage sobre en thérapie, comme si nous voulions que la lumière soit enveloppante et que les recoins moins éclairés deviennent des métaphores de l'inconnu, de ce qui est encore à apparaître à la personne qui vient rêver avec sensibilité dans le bureau, avec nous.

Nous retenons aussi que l'espace extraquotidien de la psychothérapie, comme celui du théâtre, peut être créé par son histoire. Nous l'évoquons dans la section qui fait le tour de la

revue de la littérature, mais ce sont deux formes de jeu qui ont un passé riche qui nourrit notre imaginaire, et ce des fêtes en hommage à Dionysos desquels nous tirons l'origine occidentale du théâtre (Sallé 1990), aux cérémonies réalisées dans les temples d'Esculape consistant à coucher un patient sur un lit pour le faire élaborer sous l'effet de substances hallucinatoires (Hergenhahn et Henley, 2016). Nos patients qui nous consultent pour la première fois nous parle d'anticipations, de ce qu'ils ont vu dans les films ou ailleurs. La tradition, nous la ressentons lorsqu'un patient nous demande à la blague où est le lit de la psychanalyse au même titre que Colombine le ressent lorsqu'elle parle de cet espace « sacré », ou qu'Ophélie qui parle de ses maîtres.

Qui plus est, nous pouvons aussi nommer que cet espace extraquotidien peut aussi être créé par le jeu lui-même. En fait, nous pouvons utiliser nos entretiens avec les participantes à titre de référence pour discuter de cet autre point. Nous avons rencontré les comédiennes dans différents milieux, incluant un local universitaire plutôt froid, sans décor, sans inspiration et éclairé par la lumière blême de néons. Pourtant, nous sommes entrées dans le monde de ces artistes à chaque fois. Avec le recul, nous prenons conscience du rôle des métaphores dans la création de cet espace irréel d'entrevue, comme si la poésie des mots avait remplacé la scénographie. Le simple fait d'utiliser des mots comme « sacré », ou d'éveiller des images fortes comme celle de la rencontre comme « faire l'amour », nous a aidé à franchir la frontière en activant la rêverie. Leurs images ont résonné jusque dans notre être sensible, qu'elles soient verbales ou non. Car ces métaphores étaient aussi constituées d'une corporéité, c'est-à-dire de gestes habités, propres à chacune. Ainsi, ce qui devait être des entrevues académiques sont devenues des rencontres et de rêveries sensibles. Par conséquent, peut-on trouver dans cette observation un apprentissage pour le développement de la compétence sensible des thérapeutes? Nous croyons que c'est le cas. Par exemple, nous avons senti que la méthodologie que nous avons déployée pour la présente thèse, ancrée dans l'écriture sensible, nous a aidé à développer cette imaginaire sensible dans notre nouveau métier, au même titre que nos expériences en théâtre. Nous

avons été une témoin privilégiée d'une façon de jouer dans la rencontre qui contribue à créer cette qualité atmosphérique mise de l'avant par Brooke (1977) au théâtre et par Bin (2000) en psychothérapie. Est-ce que la richesse des métaphores comme mode de réflexion sensible nous informe de quelque chose dans la formation des artistes qui pourrait être transposé au monde de la psychologie clinique ? Ne devrait-on donc pas favoriser cet entraînement à la poésie sensible chez les thérapeutes, non pas sous forme de « technique » comme cela est présenté par certaines approches de la psychothérapie, mais plutôt comme une façon de faciliter le contact avec notre capacité de rêver ?

Le rituel s'avère aussi être un seuil qui structure, et nous en avons aussi avant d'entrer dans une salle de psychothérapie : nous méditons un peu, révisons les notes des patients de la journée, etc. Nous marquons notre changement de perspective et cela permet d'activer notre sensibilité au jeu. Une anecdote personnelle à cet effet provient du moment où, pour la première fois après plus années de pratique, une personne a insisté pour payer sa séance en début de rencontre. Vers la fin de la séance, il y avait quelque chose qui nous paraissait étrange, comme si le geste de rédiger un reçu, plus qu'un simple échange transactionnel, devenait un rituel marquant la fin du jeu. Nous nous rappelons aussi de notre veston fétiche que nous avons souvent endossé à nos débuts comme psychothérapeute. Nous nous sommes d'ailleurs reconnue dans cette façon qu'a eu Masha de décrire l'utilisation du nez de clown comme façon d'établir qu'elle entre dans le jeu. Par contre, cette même comédienne nous met aussi en garde contre les « béquilles », ces rituels superficiels qui servent à nous protéger, à contenir la vulnérabilité qu'exige la créativité. C'est en ce sens que le travail psychothérapeutique doit faire attention de ne pas entrer dans le piège d'une simple reproduction technique des compétences sensibles explorées dans cette thèse. Nous avons le sentiment que nous pourrions produire une nouvelle recherche simplement sur cette nuance entre un rituel qui ne serait qu'une technique utilisée comme une « béquille » et un savoir-être de la créativité sensible. De plus, les rituels peuvent aussi être compris comme un geste favorisant une sorte d'*epoché*, c'est-à-dire une suspension des jugements,

comme le prône l'une des sources philosophiques de la psychologie humaniste, la phénoménologie (Lyotard, 1954). De nouveau, nous retrouvons l'idée d'une préparation à quelque chose qui s'applique autant à la psychothérapie qu'au théâtre. Un peu comme Masha qui se déséquilibre physiquement pour déconstruire son corps quotidien, ce qu'elle appelle sa posture « civilisée ». Comme une façon de rappeler aux psychologues que lorsqu'ils rentrent dans le jeu, ils le font avec leurs préconceptions. Le rituel devient ainsi un geste créatif qui libère la capacité d'accueillir l'altérité dans le jeu. Ainsi, nous pourrions penser faire une sorte d'anthropologie des rituels d'entrée dans le cabinet de psychothérapie, un peu comme le fait Van Gennep (1909). En effet, pour ce dernier, les rites qui accompagnent le passage d'une porte va bien au-delà du matériel. En fait, un peu comme Colombine qui se prépare à entrer dans un lieu « sacré », nous pouvons réfléchir à ce que représentent pour le psychologue ce passage entre deux mondes. Par exemple, ce rituel consistant à demander le paiement à la fin de la séance semble pour cet auteur s'apparenter à une forme de rite « postliminaire », c'est-à-dire à quelque chose qui délimite le jeu de l'après-jeu.

Mais surtout, nous retenons de l'expérience de ces comédiennes la nécessité de laisser une plus grande place aux pratiques corporelles et sensibles dans la formation des psychologues cliniciens. En effet, ces artistes témoignent de comment il est possible de constituer ce monde de façon intersubjective en activant notre présence et notre écoute sensible dans la rencontre. Comme le souligne Bin (1992 ; 2000), l'échange thérapeutique est composé d'une densité atmosphérique qui résulte d'une implication sensible de chaque sujet impliqué. Chaque sujet contribue à tisser une toile invisible entre les personnes impliquées. Cette toile implique une coprésence qui se réalise par les corps, par les rythmes et auxquels le thérapeute se doit d'être sensible.

Nous pensons ainsi que d'écouter la riche expérience des participantes sur ces thèmes, et surtout de s'en inspirer pour actualiser nos rencontres thérapeutiques, ne peut qu'étoffer davantage cette toile invisible que nous tissons avec nos patients. Nous croyons ainsi que ces rituels qui éveillent le savoir-être sensible des acteurs gagneraient à être transposés à la formation des psychologues, tout en tenant compte des particularités de chaque individu. Non pas comme une technique uniforme, comme exiger que toutes les participantes pratiquent le Yoga, mais par un éveil somatique du soi sensible, par la simple reconnaissance de son existence dans le développement des jeunes psychologues.

Nous conservons aussi pour la psychothérapie l'idée du plaisir même dans la souffrance, et de l'importance de se repositionner vers celui-ci pour maintenir cette posture dans notre métier. Ce plaisir vient probablement de motivations qui nous appartiennent à tous et qui nous ont poussée à choisir ce métier, mais est aussi lié au simple fait d'exister autrement comme thérapeutes au même titre que les patients. Nous pensons à Masha et à Colombine qui nomment activer leur plaisir de jouer simplement en connectant avec leur corps en action, comme si la simple prise de contact avec l'expérience sensible pouvait amener une satisfaction. Ce n'est pas facile de se repositionner vers ce plaisir, nous sommes attaqués constamment sur la pertinence de notre profession, surtout en psychologie humaniste, mais il le faut. Personnellement, plus nous avançons dans notre carrière en psychothérapie, plus nous réalisons que pour réussir à entendre pendant cinq ou six heures la souffrance de l'autre, nous devons apprendre à nous reconnecter vers le plaisir d'adopter cette façon de rencontrer différente de celle de tous les jours. Lorsque nous entendons Ophélie, Colombine, Masha, toutes dire qu'elles ont souffert d'une pression à performer, nous reconnaissons les enjeux que nous vivons en psychothérapie alors que nous ressentons la pression à nous sentir « utile » considérant que le patient investit son temps, et souvent aussi beaucoup d'argent. Face à cette pression à performer pour le patient, nous devons nous rappeler ce qu'Ophélie nous dit : « on fait ce métier-là pour avoir du *fun* ». Cette petite phrase en apparence simple ne veut pas dire de prendre à la légère les malheurs de nos

patients, mais plutôt de reconnaître et d'apprécier la valeur intrinsèque de ce que nous leur offrons, soit une façon différente d'être au monde, l'espace de cinquante minutes par semaines. Nous leur offrons de les rencontrer dans leur pathos en adoptant « l'esprit de la fête » pour reprendre le vocabulaire de Jager (1996). Nous leur offrons un espace créatif et ludique, même dans la douleur, car c'est par l'acceptation d'une créativité qui implique l'être sensible que le mieux-être arrivera. Nous devons prendre conscience que ce que nous offrons comme récit, c'est du « nécessaire » pour reprendre l'expression de Claude. Nous encourageons ainsi à retrouver le plaisir de la relation à l'autre et la non-conjonction à un but autre qu'être en présence d'autrui.

Nous pouvons aussi apprécier l'équilibre entre ce plaisir et la dimension éthique qui nous sert, comme aux comédiens, à nous orienter dans ce jeu sensible. Effectivement, le jeu intersubjectif de la thérapie exige une posture éthique lorsque vient le temps d'impliquer notre être sensible dans la rencontre. À ce sujet, nous voyons des échos entre Orange (2011) qui, se basant sur la philosophie éthique de Lévinas, nous rappelle que le thérapeute a une responsabilité éthique envers le patient : « les besoins de l'étranger qui souffre sont la raison d'être de la relation thérapeutique » (p.57, traduction libre<sup>42</sup>). Dès lors, elle nous rappelle que la subjectivité du thérapeute doit rester au service de la souffrance du client. Il y a donc une dimension d'abnégation au service du jeu qui est partagée par le théâtre et la psychothérapie, et pour laquelle la réflexion partagée par les comédiennes est utile. Elles nous parlent de comment cette identité éthique régule et module notre sensibilité au service du jeu.

Impliquer sa sensibilité dans le jeu, mais accepter qu'elle se subordonne à la représentation, ou au besoin de l'autre, ne se fait pas toutefois pas toujours sans heurts. Reléguer ses besoins pour se mettre au service de quelque chose de plus grand n'est pas une tâche facile,

---

<sup>42</sup> The needs of the suffering stranger are the *raison d'être* of the therapeutic relationship.

que ce soit pour l'acteur ou le thérapeute. Nous pouvons évoquer par exemple que, dans notre courte expérience de thérapeute, nous sommes maintes fois tombée dans l'écueil de vouloir performer parce que le patient payait cher sa séance de psychothérapie. Lorsque la thérapie tourne en rond, elle et le fera éventuellement comme le souligne Maroda (2012), cette volonté éthique peut amener à trop vouloir.

C'est ici que tout le discours sur l'abandon et la responsabilité de nos participantes prend tout son sens. En effet, elles nous parlent toutes d'une forme de lâcher-prise, d'acceptation de ce qu'est le jeu, surtout Masha. Pour cette dernière, l'éthique théâtrale réside dans le fait de pouvoir abandonner tout désir de contrôle de la trame narrative du jeu pour se laisser porter par elle, même lorsque celle-ci semble ne mener nulle part. Accepter l'impuissance devant le patient, ou accepter de lâcher prise sur la performance, ce sont des attitudes qui se travaillent dans les écoles de théâtre, jusqu'au niveau de la dilatation et de la détente corporelle. En outre, les quatre comédiennes nous parlent de l'importance de se recentrer sur notre expérience sensible intersubjective lorsque les doutes nous envahissent. Nous nous sommes même à une reprise, durant une séance de psychothérapie où nous sentions les jugements prendre le dessus, surprise à penser à Masha qui nous racontait que dans ces moments, elle se recentre en se connectant à l'action de son corps engagé dans la relation. Nous avons pris conscience alors que cela nous aidait. Comme Masha l'a mentionné, de petites subtilités se révèlent lorsque l'on change de niveau d'existence entre la pensée où existe le doute et le niveau sensible. Cet autre niveau, celui de la sensibilité, recouvre tous ces petits gestes qui accompagnent l'élaboration de l'autre, ces tensions du patient que nous ressentons nous-même, ou encore les petites hésitations dans la prosodie à certains moments clés. Nous repensons à ce patient avec qui nous avons le sentiment de tourner en rond, il aura suffi que nous portions attention à une légère impression que sa voix avait subtilement changée lors d'une évocation, devenant à peine un peu plus aiguë, que nous reflétions notre écoute à cet homme, pour que la thérapie, coincée depuis deux rencontres, débloque.

Le témoignage des comédiennes nous informe aussi du besoin de mieux se connaître au niveau de notre identité historique, et ce incluant le niveau incarné et sensible de notre soi. D'ailleurs, tout comme Ophélie qui a figé physiquement en entendant sa partenaire lui dire la réplique « je t'aime », nous nous surprenons à figer lorsque des patients nous font part de leur appréciation de la thérapie. Notre identité corporelle est impliquée dans le jeu sensible de la thérapie de la même manière que pour les participantes à notre recherche. Selon Maroda (2012), il ne fait aucun doute que les psychologues répètent, dans leur façon d'être en relation sensible avec leurs patients, des schémas issus de leur histoire : « Ni le thérapeute et ni le client n'arrivent dans la relation thérapeutique sans leur histoire et leur identité » (p.32, traduction libre<sup>43</sup>). À l'aide de nombreux exemples vécus, l'auteure et psychologue démontre comment le thérapeute reproduit inconsciemment son identité, c'est-à-dire implicite. L'un des exemples qu'elle donne est celui d'une psychologue qui a écrit de nombreux ouvrages sur le contre-transfert amoureux. Elle trouvait étrange que cette psychologue ait autant d'expériences de schémas relationnels où ses clients tombaient amoureux d'elle. Or, en travaillant avec cette thérapeute, elle a découvert que celle-ci avait un grand besoin de validation par la séduction. Sa présence physique était teintée de séduction que la sensibilité de ses patients captait, de la même façon que Colombine teinte ses rapports physiques à autrui dans le jeu d'une certaine dureté physique. Nous nous rappelons également d'une cliente qui, après avoir été insatisfaite de deux thérapeutes précédents, a nommé qu'elle nous appréciait. Nous avons alors demandé ce qu'elle aimait, et sa réponse fut que c'était sa première thérapie avec une femme et que cela transparaissait dans notre chaleur et notre sensibilité. En tant que femme trans, nous avons ressenti une grande validation, observée dans le corps qui s'est réchauffé et s'est redressé pour donner une attention plus soutenue à notre patiente. Celle-ci venait de nous toucher dans nos enjeux identitaires, et sensible à cela, nous avons réagi pour à notre tour la reconforter davantage. Notre présence et notre expression corporelle se sont ajustées à la

---

<sup>43</sup> Neither therapist nor client come to the relationship without personal histories and identities.

façon dont nous écoutons ce que partageait la patiente. Comme le souligne Maroda, patients et thérapeutes se servent inconsciemment de leur identité pour toucher l'autre et aller chercher quelque chose de façon subtile. « Je vois la relation thérapeutique comme une entité organique, toujours changeante, d'un interjeu entre les façons établies du client d'être, les façons établies du thérapeute d'être, et la rencontre émotionnelle entre eux qui génère du changement » (p.33, traduction libre<sup>44</sup>). Ce petit exemple démontre à quel point il est important de prendre ce que le théâtre peut nous offrir sur le plan de la conscience réflexive du corps vécu dans le jeu. Dans ce sens, le sens réflexif qu'ont les comédiennes sur leur propre subjectivité corporelle en relation devrait nous servir d'inspiration. D'ailleurs, c'est ce que dit Roussillon (2015) lorsqu'il affirme que le psychothérapeute qui apprend à « jouer » en thérapie doit bien se connaître. Sa suggestion est adressée aux futurs psychanalystes, mais elle pourrait tout aussi bien s'appliquer à la psychothérapie humaniste :

Mais dans le même mouvement, la psychanalyse introduit aussi l'exigence d'une formation à la clinique, d'une formation qui n'est pas faite que de savoirs et de stages, qui est tissée aussi de l'élaboration collective et personnelle de l'expérience clinique voire de l'expérience de la vie, de leur vie. La clinique interroge le clinicien au vif, elle le confronte aux aléas de son histoire et de ce qu'il a pu en intégrer et en faire fructifier dans sa vie. Elle suppose une formation personnelle, engagée, un travail de reprise réflexif sur l'expérience intime, un travail psychanalytique sur son expérience de vie et la manière dont celui-ci peut être utilisé dans la rencontre clinique (p.56).

Par ailleurs, nous retenons surtout des discours sur l'écoute et la présence que ce sont là des dimensions qui impliquent d'abord et avant tout un savoir-être relationnel et sensible. Rappelons ce que Geller et Greenberg (2005) expliquent dans notre revue de littérature au sujet de la présence : elle est souvent nommée comme essentielle, mais peu comprise. À la lumière du discours des participantes, nous pensons que cette absence de « savoir-faire » et de « savoir-être » concernant la présence et l'écoute s'explique surtout par le fait que ce

---

<sup>44</sup> I see the therapy relationship as an organic, ever-changing entity consisting of a constant interplay between the client's established ways of being, the therapist's established ways of being, and the emotional encounter between them that generate change.

sont des processus qui exigent surtout d'être capable d'adopter cette posture d'acceptation de l'importance du monde de l'indicible où le vécu sensible fait sens. Nous retenons de ce que les participantes nous disent sur l'écoute et la présence cet hommage qui est fait au corps vécu, véritable médiateur de la rencontre dans le jeu. Ceci nous informe donc, comme thérapeute, de l'importance d'apprécier davantage le corps dans la formation en psychothérapie, car celui-ci semble être au cœur du développement de ces compétences. Être présent à l'autre, et écouter cette présence, c'est laisser résonner en soi cet écho invisible de l'altérité, et en retour faire confiance en l'expansion de notre présence touchée par l'autre. La présence et l'écoute en psychothérapie, c'est « toucher et être touché » en retour dans notre être sensible comme le souligne Merleau-Ponty (1945). Écouter, c'est être touché par la présence de l'autre, son rythme particulier qui s'exprime jusque dans son souffle.

Nous soulignons également l'intérêt pour la psychologie clinique de cette idée de la tension entre l'écoute et la présence, mais aussi entre l'anticipation et l'abandon. La capacité de suspendre nos jugements et nos attentes en maintenant l'attention sur l'autre, puis de nous laisser surprendre, se retrouve au centre du discours des participantes. Le psychotérapeute doit maintenir son écoute dans le temps, conserver une attention, être prêt à amorcer un mouvement vers l'autre, mais aussi être capable de se laisser surprendre. C'est cet « entraînement du cœur » auquel semble nous renvoyer Claude. Non seulement cela nous renvoie aux textes de Depraz (2012; 2015) que nous évoquons un peu plus haut, mais nous pensons aussi à l'éthique de la faillibilité élaborée par Orange (2011). En effet, pour cette psychologue, être faillible, c'est se laisser surprendre dans le processus herméneutique de la thérapie. Ainsi, est-ce que cette éthique de la thérapie peut aussi s'actualiser à travers la présence ? Nous pouvons aussi transposer les réflexions qui se font sur l'historicité de la présence et de l'écoute à la posture du thérapeute. En effet, nous observons une mode en ce moment, celle de « l'ici et maintenant », de la « pleine conscience » comme « outil » thérapeutique et rituel de préparation du psychologue.

Toutefois, la réflexion qui émerge de l'analyse des entrevues nous informent qu'un véritable travail de présence et d'écoute ne peut faire l'économie de la dimension historique et d'un travail de réflexion qui s'étale dans le temps. De plus, cette idée d'une conscience qui s'observe explicitée par Ophélie n'est pas qu'une technique de thérapie comme pourrait le laisser entendre certaines approches, mais un processus complexe de va-et-vient entre le moment présent et la réflexion. À cet effet, ce que les comédiennes nous disent sur l'importance du déploiement temporel et historique de la présence peut servir de mise en garde face à une volonté de vivre à tout prix « le moment présent ». Nous oserions dire qu'un psychothérapeute qui cherche, chez lui ou chez son patient, à n'être que dans l'immédiat, se retrouve davantage figé dans le temps qu'il est présent, un peu comme le protagoniste du film *la Jetée* (Marker, 1962). C'est d'ailleurs cette mise en garde que semble nous servir Masha lorsqu'elle nomme que l'écoute et la présence nous aident à rester créatifs dans la répétition. Comment aider le patient à sortir de sa perpétuelle répétition si nous ne remplaçons pas nous-même dans sa dimension historique ?

Nous concluons notre réflexion sur cette idée que le plus grand apprentissage que les comédiennes offrent au monde de la psychologie, c'est de considérer avec un plus grand respect les dimensions sensibles qui doivent apparaître lorsque le seuil vers le monde du jeu thérapeutique est franchi. Pour cela, nous remercions encore Ophélie, Colombine, Masha et Claude qui nous ont communiqué, parfois en mots, mais plus souvent par leur présence incarnée, cet important message.

## CONCLUSION DE LA THÈSE

### REPENSER LA FORMATION DES PSYCHOTHÉRAPEUTES EN S'INSPIRANT DE MODÈLE DES FORMATIONS EN THÉÂTRE

Nous proposons de terminer la présente étude en retraçant les grandes lignes de celle-ci. Tout d'abord, rappelons l'intention de départ : entretenir le dialogue entre les arts et la psychologie clinique. Plus précisément, nous avons débuté en faisant le récit de deux expériences personnelles, l'une en théâtre et l'autre en psychologie clinique. Le premier scénario évoquait une répétition dans laquelle nous étions impliquée comme étudiante en théâtre. Nous nous sommes rappelé comment l'arrivée de notre partenaire de scène avait enrichi notre interprétation. Nous avons décrit comment la présence silencieuse, mais sensible, de celle-ci avait transformé le jeu. Nous avons ensuite parlé de notre premier client comme apprentie psychologue et d'une prise de conscience que notre propre façon implicite de nous ajuster à ce dernier semblait l'avoir apaisé. La mise en parallèle de ces deux expériences nous a alors conduit à réaliser qu'il existait probablement des processus communs aux deux métiers. Nous avons noté que le dialogue entre ces deux arts, celui du soin psychologique et celui du théâtre, avait déjà été entrepris par certains auteurs, notamment ceux qui s'intéressent à la dramathérapie. En outre, grâce à nos premières intuitions théoriques, nous avons commencé à voir qu'il pouvait y avoir un savoir-faire et un savoir-être au théâtre qui semblait avoir le potentiel d'aider les cliniciens en psychologie. Afin de préciser notre impression initiale, nous avons analysé ce qu'il y avait de commun aux deux histoires racontées pour en arriver à deux idées principales, soit celle du jeu et celle de la sensibilité. Le jeu a été compris comme la dynamique relationnelle qui encadre la rencontre, autant au théâtre qu'en psychothérapie. Pour sa part, la sensibilité représentait toute la dimension implicite du jeu relationnel qui fait appel au corps comme sujet. Cela

nous a permis de nommer la question de recherche qui a guidé la présente thèse : mieux comprendre l'expérience de la sensibilité telle que vécue dans le jeu par les comédiens, et cela dans le but d'éclairer l'art de la psychothérapie.

Une fois la question de recherche trouvée, nous avons pu, par l'intermédiaire de la revue de littérature, décrire les deux idées centrales de la question de recherche, soit celle du jeu et celle de la sensibilité. Nous avons ainsi commencé par le jeu qui a pu être défini en fonction de ses composantes : la rencontre, l'intersubjectivité, la coprésence, la temporalité et la spatialité. En fait, nous avons surtout exposé comment ces éléments qui constituent le jeu étaient surtout vécus de façon implicite, sous la forme d'une atmosphère et d'une temporalité immatérielles qui enveloppent les individus se prêtant à l'exercice. Ensuite, nous avons décrit l'expérience sensible, autant au théâtre qu'en psychologie, sous différents angles : artistique, développemental, neurologique, etc. Nous avons retenu de ces différentes définitions le rejet d'un dualisme entre le corps et l'esprit, l'importance de comprendre le corps comme fondement de la subjectivité, ainsi que l'ancrage éminemment intersubjectif de l'expérience sensible, et ce dès notre naissance. La paraphrase qui résume le mieux l'idée principale qui a émergé de cette section est celle que nous pouvons associer à Merleau-Ponty : « le corps qui touche le monde est également touché par celui-ci ». Cet entrelacement entre notre être incarné et l'univers humain qui nous entoure contribue subtilement au développement constant de qui nous sommes.

Par ailleurs, la revue de littérature nous nous a d'autant plus convaincu de la pertinence de ce dialogue entre les deux mondes, soit celui du théâtre et celui de la psychologie clinique. Le premier des auteurs cités dans ce chapitre et qui a validé la pertinence notre choix est Gadamer (1996 ; 1998). En effet, celui-ci a décrit le jeu en faisant à la fois référence à la rencontre artistique et à la rencontre de soin, ce qui laissait déjà présager une possible compréhension commune aux deux modes de jeu. Un autre texte que nous avons cité et

qu'il nous semble important de rappeler ici est celui de Leroy-Viémon (2008). En effet, en présentant la psychothérapie comme un art, et en expliquant comment celle-ci nécessite d'avoir une sensibilité aux éléments qui encadrent la rencontre thérapeutique, l'auteure venait de décrire la relation thérapeutique dans des termes qui rappelaient notre expérience théâtrale. De nombreux parallèles ont ainsi été présentés alors que nous avons entretenu un dialogue entre le monde de la psychologie et celui d'artistes comme Stanislavski (1984), Chekhov (1984), Grotowski (1991), Barba et Savarese (2008), ainsi que bien d'autres grands maîtres de cet art millénaire. En comprenant la psychothérapie et le théâtre comme deux formes de jeu artistiques qui font appel au sensible, il nous a été possible d'imaginer un transfert de savoir-faire et de savoir-être de l'un vers l'autre. Ceci nous rappelle d'ailleurs Ophélie qui nous a raconté comment elle a appris à bien écouter par la musique, ou encore Masha qui voyait dans le tango une façon de comprendre sa relation au jeu. Par conséquent, tout comme ces deux participantes, nous avons cherché, par l'intermédiaire de cette thèse, à éclairer l'art de la psychothérapie à partir d'un autre, dans ce cas, l'art dramatique. Toutefois, nous pouvons nous demander si, au-delà de la comparaison que nous avons pu opérer entre ces deux formes de jeu spécifiques, nous pouvons élargir cette idée et encourager les futurs cliniciens en psychologie à s'intéresser à différentes formes de pratiques artistiques. Pourrait-on imaginer, comme le fait Ophélie, que d'encourager la pratique d'un instrument de musique pourrait affiner notre écoute sensible ? Ou encore peut-on croire que de danser ou chanter comme le fait Masha puisse nous aider à mieux comprendre le mouvement d'ajustement sensible qui se réalise entre les personnes qui se rencontrent dans une relation de soin ? Comme nous l'avons bien exposé dans la section concernant notre méthodologie, la dimension implicite et sensible du jeu thérapeutique est pratiquement impossible à opérationnaliser sous forme de concept. Dès lors, nous croyons que notre thèse parle d'abord et avant tout de cette idée du transfert entre les pratiques artistiques comme façon d'intérioriser ce savoir-faire et ce savoir-être qui se traduisent difficilement en mots.

Cette idée du transfert a d'ailleurs permis de justifier le choix de méthodologie que nous avons fait. En effet, dans la section qui a suivi la revue de littérature, nous avons présenté la méthodologie de Van Manen (1984, 1990, 1997, 2006) qui a été retenue pour la réalisation de notre thèse. Nous avons opté pour une méthode d'entrevue ouverte et semi-dirigée visant à permettre à l'expérience des participantes de se déployer à son plein potentiel. En permettant le contact avec ce vécu de comédiens, nous espérons permettre ce transfert de savoir-faire et de savoir-être qu'il est difficile de conceptualiser. Trois axes ont ainsi guidé notre choix méthodologique : la nécessité de nous assurer de rester proche de la parole des participantes, la reconnaissance que nous avons une expérience préalable et intime des thèmes étudiés et le besoin de traduire le tout par l'écriture. Nous retenons aussi de nos choix méthodologiques la difficulté d'étudier un phénomène comme celui de la sensibilité. Le rapport qu'entretiennent les artistes rencontrés fait d'ailleurs écho à ce défi méthodologique que nous avons alors bien identifié. Nous pouvons à cet effet faire référence à la discussion qui précède le présent chapitre. En effet, dans celle-ci, nous avons bien mis en évidence à la fois la nécessité de donner plus de place aux dimensions sensibles du jeu, mais aussi l'enjeu de les reconnaître alors que nous vivons dans un esprit du temps qui tend à davantage favoriser ce qui est observable et mesurable. Les obstacles ciblés en méthodologie, qui mettaient en évidence la difficulté de traduire en concepts les phénomènes étudiés, résonnent avec la parole de Ophélie, Colombine, Masha et Claude. La méthode herméneutique, bien qu'adaptée à ces dimensions invisibles que nous avons explorées par l'intermédiaire de notre thèse, demeure peu valorisée par les institutions qui cherchent à évaluer l'efficacité de leurs approches à la thérapie qui misent davantage sur ce qui est probant (Lecomte et coll., 2004).

En rétrospective, nous pouvons donc penser que la réflexion complexe que nous avons faite au sujet de notre méthodologie fait écho aux enjeux de reconnaissance du sensible qui ont été évoqués par les participantes. Nous pouvons aussi remarquer que le savoir-être et le savoir-faire dont il est question dans cette thèse nous ont aussi souvent été présentés par

les artistes sous la forme d'images ou de métaphores. Nous en avons plusieurs qui nous parviennent à l'esprit, incluant la comparaison entre le jeu théâtral et « faire l'amour », ou avec le « voyage ». Nous pensons aussi à l'évocation du « sacré », ou (trouver). Par conséquent, ceci renforce notre intuition initiale, soit que pour mieux comprendre l'expérience du sensible dans le jeu, il faut s'abandonner à l'exercice des associations imaginaires. Les artistes que nous avons rencontrés, en ayant ce talent de traduire de façon créative leur vécu, nous ont permis de développer une cette compréhension plus étayée des dimensions implicites de l'art.

Enfin, le choix que nous avons fait dans cette section de valoriser l'écriture comme méthodologie légitime fait écho à cette idée de la compréhension du phénomène du sensible par la mise en contact avec une autre posture artistique. En effet, l'écriture est en soi un art et raconter l'histoire des participantes comme nous l'avons fait dans les sections qui ont suivi est susceptible, selon nous, d'enrichir la réflexion des psychothérapeutes, tout comme le fait de lire un roman pourrait l'être. Les explicitations et métaphores qu'ont employées les comédiennes ayant participé à cette recherche furent ainsi transformées en récit dans la section qui a suivi, celle de l'analyse. Dans cette dernière, tout en tentant de ne pas dénaturer l'expérience de ces artistes, nous avons tout de même tenté d'organiser leur expérience en une histoire compréhensible capable de résonner chez le lecteur.

Ces expériences que nous avons mises en lumière tout au long de l'analyse, nous pouvons ici les rappeler dans les grandes lignes. Pour Ophélie, nous avons retenu l'idée de l'écoute comme condition préalable au jeu. Cette écoute, qui est décrite comme une résonance dans le corps et qui est encadrée par le temps et l'espace, est fondamentale pour cette participante. La présence a été par la suite décrite comme une façon de se ramener constamment dans l'espace et le temps du jeu relationnel. Enfin, alors que notre préconception du jeu était bâtie sur l'idée de l'intersubjectivité, cette actrice nous a rappelé

l'importance du travail personnel chez les comédiens. L'objectif de ce travail est de pouvoir mieux se comprendre et s'observer, prendre soin de soi, le tout afin de laisser une vulnérabilité émerger au service du jeu. La finalité du jeu pour Ophélie a été présentée ainsi : coconstruire la « réalité de la scène ».

Cette idée de la responsabilité est également bien présente chez Colombine qui elle évoque davantage sous la forme d'une métaphore : celle du sacré. Nous avons également vu davantage apparaître chez cette artiste qui est à la fois comédienne, danseuse et artiste du clown, l'idée d'une transition entre le monde du jeu et celui du quotidien. La présence et le corps se nourrissent de ce passage chez elle. En outre, cette section a également permis d'approfondir une réflexion amorcée avec Ophélie, soit celle de mieux comprendre le lien entre le jeu et l'histoire de vie. De cette manière, nous avons pu voir apparaître l'idée d'une identité sensible qui est parfois vécue comme un écueil, et parfois comme une force dans le jeu. Enfin, l'analyse de l'entrevue de Colombine nous a aussi permis de discuter davantage du rôle du rythme ainsi que la place que doit occuper le plaisir.

L'analyse de l'entrevue avec Masha, comédienne plus discrète, mais tout aussi précise dans sa gestuelle en entrevue, a ramené plusieurs thèmes qui avaient déjà été bien explicités par les deux autres participantes, par exemple celui de l'écoute ou de la présence incarnées, toutes deux aussi fondamentales pour elle. Par contre, nous retenons surtout l'accent qu'elle a mis sur la difficulté d'entrer en action dans le jeu et de l'importance de se centrer sur le geste pour réussir à jouer. Cette section a aussi mieux éclairé les dimensions liées au savoir-être dans la préparation des comédiens alors que la description qu'elle a faite de ses rituels nous a rappelé qu'il fallait trouver une manière détendue de changer de posture qui s'oppose à l'utilisation de « béquilles » trop rigides. De plus, nous avons mis chez elle en relief la nécessité de l'abandon des acteurs vers quelque chose de moins « formaté », et ce autant lorsqu'il s'agit d'écoute, de présence que de rythme. Cette description qui est

présentée dans sa section nous renvoie au besoin de retrouver les dimensions corporelles de notre vécu relationnel qui à son avis tendent à être reléguées par la socialisation à un niveau inférieur. Plus précisément, cela renvoie à l'idée de retrouver ce corps-sujet trop souvent aliéné par la société comme corps-objet, cela par l'intermédiaire d'une posture détendue pour laisser plus de place à la sensibilité trop souvent écrasée par les exigences techniques du jeu.

Ensuite, avec Claude, nous avons de nouveau mis l'accent sur l'utilisation de la vulnérabilité dans le jeu. Dans cette section, la présence a été présentée comme une capacité de se connecter à soi, puis de laisser résonner vers l'autre ce lien de « soi à soi ». Son sous-chapitre est également celui qui a le plus évoqué la difficile reconnaissance des dimensions invisibles et sensibles du jeu. Alors que Masha nous avait juste avant parlé de cette perte de connexion avec cette dimension présentée comme « primitive » du jeu, lui nous renvoie à l'importance de l'implicite dans tout récit qui vise à faire émerger du jeu un sens plein et significatif. Ainsi, l'entrevue de Claude parlait des qualités affectives du jeu vu comme un « acte d'amour » pour l'autre, mais qui fait toujours inévitablement un détour par soi.

Enfin, l'analyse transversale nous a permis de mettre en relief des dimensions communes qui sont de l'ordre de conditions existentielles plus fondamentales dans le jeu. Nous avons, dans ce sous-chapitre, retenu cinq thèmes. Tout d'abord, nous avons mis en évidence l'importance de comprendre l'identité sensible dans le jeu. Nous jouons avec l'autre comme corps-sujets, mais ce dernier est l'héritage d'une histoire intersubjective qui nous est propre. L'idée du seuil a ensuite permis de comprendre que le jeu se doit d'entretenir des frontières perméables, mais tout de même claires, entre différentes postures de jeu, surtout la posture de tous les jours et celle de l'extraquotidien du jeu. Ceci est vrai pour la perspective d'une transition entre deux atmosphères et deux façons d'être en relation, mais aussi pour celle d'un dialogue entre deux parties de soi : une qui s'observe et une qui joue.

La conjugaison en un tout indissociable, non fusionné, mais aussi non morcelé, de ces différentes postures serait essentielle au jeu. Enfin, nous avons analysé les éléments communs qui avaient trait avec les thèmes de l'écoute et de la présence. Pour le premier, l'analyse a permis de comprendre que la réception de l'apport de l'autre se réalise par une résonnance sensible en soi. La présence pour sa part a été décrite comme une émanation sensible dans l'immédiateté du jeu. Enfin, l'analyse transversale s'est conclue en rappelant que l'ambition du jeu sensible pour toutes les participantes était la même : la rencontre des partenaires de jeu, comédiens et public, dans le but d'évoquer sens riche par l'inclusion de la sensibilité. À cet effet, nous retenons l'omniprésence du corps qui demeure présent en filigrane dans tous les thèmes et sous-thèmes.

Nous avons ainsi terminé par une discussion qui mettait en lumière le rôle du jeu comme lieu permettant d'exister autrement, dans une sphère sensible de laquelle nous sommes coupées au quotidien, ce « formatage » propre à l'esprit du temps. Le « plaisir », autre thème omniprésent chez toutes les participantes, a été dépeint comme une l'effet vécu de ce changement créatif de perspective. Dans ce dernier chapitre, nous avons poursuivi le dialogue entre notre expérience personnelle qui a ouvert la présente thèse, la revue de littérature ainsi que les grandes conclusions que nous pouvions tirer de notre analyse. Plusieurs idées de la littérature ont ainsi trouvé des échos dans le récit des participantes, mais nous avons également pu identifier quelques nuances, en particulier la sous-estimation que nous avons faite de l'importance de l'identité sensible dans le jeu.

**NOTRE PROJET DE RECHERCHE OUVRE VERS D'AUTRES EXPÉRIENCES DE LA  
PSYCHOTHÉRAPIE MALGRÉ SES LIMITES**

Notre recherche invite la psychologie clinique à valoriser davantage les dimensions sensibles du jeu thérapeutique. Nous croyons ainsi que ce que nous partagent les comédiennes participantes de leur expérience du jeu sensible au théâtre est d'un grand intérêt pour le monde de la psychologie. Le choix d'une méthodologie qui met justement l'accent sur le récit détaillé et complexe de leur expérience, organisant et racontant leur histoire grâce à plusieurs anecdotes et citations évocatrices, a pour force d'éveiller chez le lecteur une réflexion profonde sur sa propre pratique. La méthode de Van Manen (1984, 1990, 1997, 2006) a pour avantage de permettre au lecteur d'entretenir un dialogue entre l'expérience des participantes telle que racontée par la chercheuse et la résonance que celle-ci a pour lui. Ce choix va de soi si on considère que le développement de la sensibilité nécessite un savoir-être qui ne saurait se résumer à de simples techniques. Bien entendu, les techniques sont utiles, et les participantes en nomment plusieurs, et une approche plus positiviste et moins constructiviste pourrait tenter de les répertorier, mais en faisant cela nous perdrons de vue l'être même de ce savoir-être que nous tentons de communiquer. Ainsi, l'essence du sensible qui n'a pas intérêt selon nous à être réduit ni opérationnalisé de façon trop restreinte nous apparaît mieux servie par notre choix méthodologique.

Toutefois, ceci a justement pour effet de limiter la possibilité de tirer des conclusions universelles qui seraient applicables à toute formation en psychothérapie. L'avantage d'une méthode cherchant la profondeur et ne misant pas sur un grand nombre de participants reste parallèlement sa plus grande limite. Le nombre restreint de sujets réduit la puissance de l'étude dans sa capacité de généraliser les conclusions. La grande place laissée au dialogue herméneutique ouvre aussi la voie à plusieurs possibilités d'interprétation. Étant donné la nature de notre thèse, nous n'avons aucunement cherché à isoler des variables et à identifier des causalités qui expliqueraient un lien entre des comportements observables et l'activation de la sensibilité. Ainsi, lorsque nous abordons par exemple les rituels, nous ne pouvons qu'assumer, en fonction des liens explicités en revue de littérature entre le jeu théâtral et le jeu psychothérapeutique, que ceux-ci auront une résonance chez le lecteur

psychologue, mais nous ne pouvons pas garantir que l'adoption d'une façon de faire évoquée ici va automatiquement provoquer la même chose chez le participant.

Nous avons également tenté, grâce aux meilleurs moyens à notre disponibilité, de bien identifier nos aprioris, notamment par le maintien d'un journal de bord. Ayant été comédienne, nous avons déjà des connaissances intuitives qui se sont manifestées dans notre choix de question, dans notre revue de littérature et dans nos entrevues. Il est donc possible que nous ayons malgré nous orienté à certains moments les discussions bien que nous tentions de ne pas l'influencer. En relisant le verbatim de nos entrevues, nous constatons qu'à plusieurs moments nous avons assumé que nous comprenions ce à quoi faisaient référence les participantes ayant des connaissances préalables de la culture théâtrale. En faisant cela, nous avons possiblement diminué la validité ontologique de certains témoignages.

Nous devons aussi nommer le caractère scolaire de la présente thèse qui a débuté en 2011. L'évolution du présent projet s'est faite en parallèle avec nos apprentissages en recherche. Par exemple, pour les processus d'entrevue qui se sont déroulés sur deux années, nous n'avons pas eu accès à aucune formation préalable et avons peu d'expérience lors des premières entrevues (incluant une entrevue de pratique de notre grille d'analyse avec une psychologue qui n'a pas été retenue). Rendue à la dernière entrevue, nous avons non seulement acquis de l'expérience auprès des premières participantes, mais nous avons aussi accumulé près de deux années d'expériences cliniques où nous avons développé nos habiletés d'entrevue. Il en va de même aussi pour l'évolution de notre compréhension de différents concepts. Par exemple, dans notre grille d'entrevue, nous débutons toujours avec la question « comment entrez-vous en relation avec vos partenaires de jeu ? ». Or, notre revue de littérature était fondée sur l'idée de la rencontre, et nous avons réalisé en cours de processus que les deux concepts, relation et rencontre, étaient différents. Un certain niveau de validité s'est donc probablement perdu entre la rédaction de notre revue

de littérature et la réalisation des entrevues. Toutefois, nous croyons que nous avons malgré cela réussi à bien préserver l'essence des phénomènes que nous avons identifiés et que cette perte se situe surtout dans de petites nuances. La présente thèse a été entrecoupée de périodes de formations cliniques et de cours pratiques, ce qui présente à notre avis à la fois un avantage et une limite. L'avantage vient surtout du fait que lors des entrevues, nos questions étaient moins influencées par la revue de littérature, car il s'était passée presque une année et demie entre les deux étapes. Nous avons en fait redécouvert notre revue de littérature, et avons dû l'enrichir, après avoir fait les entrevues. Toutefois, ce temps qui a passé peut aussi avoir contribué à cette perte de validité entre le contexte théorique que nous avons construit et les entrevues.

Nous avons également misé sur des entrevues ouvertes ce qui rend moins homogènes les discours des participantes. Les thèmes transversaux ont donc requis un travail d'interprétation accru, et si l'exercice était à refaire, nous recontacterions les comédiennes pour qu'elles valident la pertinence de nos interprétations. Nous n'avions non plus aucun assistant ni budget pour l'embauche de lecteurs, ce qui nous a permis de nous immerger davantage dans la matière, mais cela peut en même temps limiter notre capacité de prendre un recul sur notre analyse.

Une autre limite qu'il nous apparaît important de nommer est celle qui vient avec notre propre intériorisation d'un monde objectivant. Nous avons nommé à plusieurs reprises dans cette thèse notre rejet d'une dualité entre le sensible et la pensée. Malgré cela, nous avons dû, notamment dans la section méthodologique, nommer différents pôles qui pouvaient paraître plus dualistes. Nous avons aussi fait appel à des neuropsychologues afin, en quelque sorte, de justifier la valeur d'intangible et du sensible. Comment comprendre ce paradoxe sinon comme une limite de notre capacité à sortir de cette façon de réfléchir ?

De surcroît, nous réalisons, avec le recul, que nous avons ratissé large, ce qui donne lieu à une thèse parfois plus schématique, surtout lorsque vient le temps d'aborder la dimension plus dialogique du travail. Les thèmes du « jeu » et de la « sensibilité », qui nous sont initialement apparus comme assez restrictifs, se sont révélés être des thèmes plus importants que nous l'avions anticipé. Déjà, dans la revue de littérature, nous avons compris que la substance du jeu était constituée de plusieurs sous-thèmes, incluant l'intersubjectivité, la rencontre, l'atmosphère, le temps ou encore la présence. À cela se sont ensuite rajoutées toutes les dimensions de la sensibilité, qu'elles soient intersubjectives, développementales, phénoménologiques ou neurodéveloppementales. Si nous avons à donner suite à notre recherche, nous proposerions de plutôt mettre l'accent sur un aspect du jeu ou de l'expérience sensible, par exemple sur la présence, elle-même un concept étoffé et complexe. Nous pourrions aussi faire la même chose avec l'atmosphère et l'espace du jeu, ou encore simplement sur l'intersection entre le rythme et la corporéité. Nous observons également qu'autant le théâtre que la psychothérapie semblent pouvoir bénéficier de l'héritage asiatique. En constatant cela, est-ce qu'une recherche plus poussée sur l'héritage de la culture orientale qui semble avoir intégré de façon plus intuitive les thèmes défendus dans cette thèse pourrait s'avérer très riche à notre avis. Par contre, en prenant une perspective élargie, nous avons tout de même pu en arriver à des conclusions qui valorisent certaines postures en lien avec toutes ces dimensions du jeu sensible, par exemple l'identité ancrée dans une histoire ou encore l'idée du seuil comme élément structurant du jeu. Ce choix permet aussi d'avoir une vision d'ensemble du jeu et de la sensibilité qui se veut être une invitation à approfondir des thèmes plus précis. Cette limite devient donc aussi une richesse, car en traçant un portrait plus étendu de ces phénomènes, il devient possible d'apprécier davantage la complexité de ceux-ci et de leur interaction. Nous pouvons comparer cela à une géographe qui, avant de s'intéresser à une partie du décor, prend d'abord le temps de grimper sur une colline pour apprécier le paysage dans son ensemble, la complexité de ses formes et de la vie qui l'habite.

En outre, nous avons surtout incarné le dialogue à travers notre propre réflexivité. La mise en scène de l'intuition originale en début d'écriture nous a guidée en ce sens, et nous avons évoqué plusieurs parallèles au niveau des références théoriques. Les hypothèses que nous évoquons, non pas au sens d'une science cherchant à opérationnaliser des concepts, mais au sens d'une réflexion sensible, sont le fruit de notre propre résonance sensible au contenu des entrevues. Ceci pose une certaine limite au dialogue entre ces métiers, mais ouvre aussi sur la possibilité de refaire l'exercice avec des psychothérapeutes, mais cette fois en étant guidé par la sagesse des actrices que nous avons rencontrées. Ceci était d'ailleurs le désir original sous-jacent de la présente recherche. Toutefois, en constatant l'ambition des thèmes que nous avons ciblés, nous avons vite réalisé qu'un tel projet ne pouvait se faire à l'intérieur d'une seule et même thèse. De plus, nous avons, dans notre devis original, le désir de rencontrer des psychologues, mais nous avons eu de la difficulté à recruter des participants. Ceci nous conduit à nous remettre en questions notre intuition : est-ce que l'idée de la sensibilité, qui était celle évoquée dans le recrutement et que nous trouvons pertinente pour la psychologie clinique, est aussi pertinente pour les membres de la profession que nous le croyons ? Est-ce que les thèses défendues ici sont réellement d'intérêt pour les psychologues ? Encore là, lorsque nous parlons de notre projet à des psychologues, il n'est jamais arrivé qu'une personne ne réagisse pas positivement, le nommant comme « très intéressant ». Est-ce à dire que c'est un thème d'intérêt, mais qui provoque un malaise chez les professionnels lorsque ceux-ci sont invités à en parler ? Nous sommes ici dans les interprétations et dans le monde des projections, et il serait intéressant de refaire cet exercice avec des psychologues, possiblement sur des thèmes plus pointus, comme la présence, l'identité, l'écoute ou les rites, ce qui avantagerait cette idée du dialogue.

Une autre limite importante concerne certaines différences importantes entre les métiers. Notre présentation met beaucoup d'emphasis sur les ressemblances entre eux. Nous avons notamment mis l'accent sur les deux axes communs que sont le jeu et la sensibilité (parfois

décrite comme une forme d'empathie). Nous avons également rappelé les origines chamaniques communes de ces deux métiers. Nous aurions aussi pu regarder davantage du côté de la psychanalyse afin de mettre en évidence l'influence du théâtre sur la psychologique. Nous n'avons qu'à penser à l'idée de la Catharsis que nous avons nommée en introduction en parlant d'Aristote (1990) qui se retrouve aussi dans la théorie freudienne, et ce n'est qu'un exemple. Toutefois, nous devons reconnaître que ces deux métiers ont aussi leurs zones d'altérité, en commençant par l'intention derrière le geste. En effet, l'action théâtrale n'a pas la même visée, étant davantage orientée vers le spectacle. L'action en thérapie est pour sa part orientée vers le soin. Bien qu'il y ait une éthique de la « responsabilité » qui puisse être commune, il n'en demeure pas moins que l'objectif n'est pas le même. La scène du théâtre et celle de la psychologie clinique ne sont pas les mêmes, et la présence de spectateurs en art modifie la façon dont le comédien entre dans le jeu. En fait, le jeu psychothérapeutique est davantage dyadique, et si le théâtre a des spectateurs qui servent de tiers observateurs, les personnes tiers de la psychothérapie sont physiquement absentes. Nous pouvons également nommer une différence évidente au niveau de la façon dont la sensibilité s'actualise : au théâtre, le contact physique est possible. Il peut être très aidant, comme ce moment durant lequel Ophélie touche son partenaire pour se reconnecter à celui-ci. Ce passage parlerait possiblement davantage à une personne qui pratique en soin physique. En psychothérapie, la frontière qui interdit ces touchers est davantage présente. Le style de l'intimité n'est pas le même.

Nous pouvons aussi nommer le type de régulation qui n'est pas le même. Nos quatre participantes nous parlent de l'importante de jouer l'émotion sans la devenir. De ne pas se perdre dans le monde du jeu. C'est aussi vrai pour les psychothérapeutes, mais est-ce que la façon de contenir est nécessairement la même ? Le jeu théâtral appelle une intensité plus grande au niveau de l'expression, mais lorsque l'interprétation est plus réaliste et contenue, alors que le jeu psychothérapeutique est plus souvent dans la retenue afin de laisser davantage de place aux patients pour projeter. Ainsi, les spectateurs au théâtre projettent

sur un personnage joué par un acteur, alors que les patients en thérapie projettent sur un psychothérapeute qui joue une plus grande retenue. Nous pouvons aussi ajouter la présence d'un texte au théâtre qui change la façon dont le jeu s'actualise, même si nous plusieurs participantes nous ont parlé de l'improvisation comme exercice de développement de leurs compétences relationnelles.

Malgré ces différences, nous croyons que ces témoignages que nous ont généreusement offerts ces comédiennes peuvent quand même être d'une grande valeur pour les psychothérapeutes. Que ce soit au niveau du développement des compétences sensibles, comme celles de la présence ou de l'écoute, ou de réflexion sur des thèmes retenus, nous retrouvons plusieurs expériences communes. Les psychothérapeutes ne jouent peut-être pas de personnages, mais ils tentent tout de même d'être en même temps soi et autre dans le jeu. Le thérapeute doit apprendre à accepter de jouer le rôle que veut transférer le patient sans se perdre dans le jeu. De plus, les cliniciens ne bénéficient peut-être pas du soutien d'un texte, mais ils doivent définitivement s'ajuster dans la répétition. Ainsi, la réflexion de Masha sur l'importance de la compétence sensible de l'écoute pour que chaque représentation du même texte soit différente et vivante peut parler à tout thérapeute qui a vécu l'impuissance de thèmes qui se répètent sans avoir l'impression qu'ils débouchent. Pendant que nous écrivions cette thèse, nous étions en train de prendre notre expérience comme psychothérapeute. Nous nous souvenons d'un moment avec une patiente où nous vivions beaucoup de frustrations, cela faisait plus de 20 séances que nous répétions le même thème, et le simple fait d'écrire ce passage de Masha nous a apaisée en nous ramenant sur ce que nous pouvions faire. Par conséquent, malgré les limites inhérentes aux différentes entre ces métiers, nous défendons que ces deux métiers comportent suffisamment d'éléments communs pour alimenter notre propre réflexion sur la formation des thérapeutes (et possiblement l'inverse pour les comédiens).

Enfin, nous pouvons déclarer n'avoir aucun conflit d'intérêts. Les participantes ont été recrutées de bouche à oreille, mais nous n'avons aucun lien direct avec elles, toujours rencontrées par l'intermédiaire d'un tiers. Nous n'avons pas été financée par aucun organisme et la présente thèse est une exigence scolaire préalable à l'obtention d'un diplôme de doctorat en psychologie.

Malgré les limites, cette recherche nous ramène inévitablement vers l'importance de comprendre le développement du savoir-être, du savoir-faire et des compétences sensibles des thérapeutes en adoptant une autre perspective que celle de l'apprentissage technique. Ce qui est omniprésent dans l'analyse, mais aussi bien discuté dans la section méthodologique, c'est l'importance d'accéder autrement que par la théorie à ces dimensions de la pratique de l'art psychothérapeutique au sens où l'entend Leroy-Viémon (2008). Nous croyons que le récit des comédiennes ayant participé à la présente recherche permet de valoriser le transfert entre pratiques artistiques qui est évoqué un peu plus haut. En fait, c'est non seulement ce que l'analyse révèle, mais aussi ce qui est nommé dans la section méthodologie. Mieux « comprendre » l'expérience sensible se fait par de multiples symbolisations qui prennent ici la forme de récits juxtaposés de quatre artistes. Cette perspective nous renvoie à une recherche de Santarpià, Paul et Dudoit (2015) publiée récemment où des personnes en soins palliatifs étaient entraînées au haïku afin de parvenir à mieux symboliser leur expérience. Nous avons d'ailleurs privilégié pour cette thèse la méthodologie de l'analyse par l'écriture justement par désir de présenter les données comme un artiste présenterait son œuvre. Nous espérons que la résonance qu'auront ces histoires chez le lecteur permettra d'intérioriser une profondeur dans leur posture sensible du jeu. En définitive, à la question visant à mieux comprendre l'expérience de la sensibilité dans le jeu, nous renvoyons le lecteur à l'importance de s'exposer à différentes représentations sensibles de celui-ci. En effet, comme le souligne Dufour-Kowalaka (1996), l'art est en soit connaissance implicite sensible, et c'est aussi ce que Ophélie, Colombine, Masha et Claude nous rappellent. Que ce soit par une pratique plus somatique, comme le

*Feldenkrais* que Masha pratique ou le Yoga nommé par Claude et Ophélie, ou encore par une pratique artistique différente, comme la musique, la littérature, la danse ou autre, le futur psychothérapeute a tout intérêt à développer sa « compréhension » de ce vécu implicite en diversifiant les médiums. C'est grâce aux métaphores des comédiennes qui ont collaboré à notre recherche que nous pouvons mieux comprendre ce que sont des concepts comme l'écoute, ou encore la présence, tous deux souvent nommés, mais tout aussi peu décrits. Notre objectif ne devrait pas être de tenter de les définir, mais plutôt d'en saisir l'essence générale pour laisser chaque individu trouver une façon de les intérioriser selon le mode herméneutique. En fin de compte, nous croyons que le développement du savoir-être peut se faire par l'intermédiaire de ces métaphores qui, comme le dit si bien Artaud (1990), entraînent le sujet à prendre une attitude comprise comme de la « métaphysique en action ».

En conclusion de cette thèse, nous pouvons révéler le fantasme que nous avons de voir apparaître un doctorat professionnel en psychologie qui pourra s'employer à développer ces dimensions du savoir-être et du savoir-faire comme le font les écoles de théâtre. Nous imaginons une école où, sans renier l'importance accordée aux compétences intellectuelles, typiquement celles liées à la recherche, saura laisser plus de place à cette recherche d'écoute et de présence ainsi qu'au développement des compétences sensibles dans le jeu. En outre, tout comme ces artistes qui semblent avoir intériorisé un doute sur le pratique, nous avons maintes fois remis en question notre identité professionnelle comme psychothérapeute humaniste, et plus particulièrement l'importance que nous portons à la sensibilité. Enfin, nous croyons que notre expérience personnelle en lien avec la rédaction de cette thèse renforce cette croyance. Bien sûr que nous avons enrichi notre lucidité du jeu sensible en rencontrant les participantes ayant collaboré à notre recherche. Comme nous le nommons dans la revue de la littérature, le mot théâtre implique une rencontre entre spectateurs et artistes. Nous avons eu le privilège d'être spectatrice de la réflexion riche de quatre personnes, de leurs univers métaphoriques, de leur présence non verbale. Écouter,

être présente et réfléchir à ces rencontres a définitivement eu un impact sur le développement de notre posture sensible. Nous sentons que l'exercice même de rendre l'expérience des comédiennes accessible à d'autres par l'écriture sensible nous a aidé dans notre développement de psychologue en formation.

En même temps, nous ne pouvons que constater que ce surinvestissement de la compétence de recherche chère aux départements de psychologie, nous a parfois donné l'impression de nous éloigner d'un sentiment de compétence personnelle comme psychothérapeute. Nous terminons donc en lançant cette question : ne serait-il pas temps de rééquilibrer les formations en psychologie professionnelle en remettant plus à l'avant-plan cette dimension du jeu qui permet de développer cette sensibilité qui s'apprend difficilement par le savoir pur ? Devrait-on encourager davantage, en complément à la posture scientifique de la psychologie, l'adoption d'une posture plus créative, comme celle de l'écriture sensible, ou encore du jeu ? Devrait-on laisser plus de place au corps vécu dans l'apprentissage du métier de psychothérapeute ?

**ANNEXE A — GRILLE D'ENTREVUE**

Le processus d'entretien commencera par des questions qui exigeront de la participante de raconter de façon factuelle un épisode de rencontre avec l'autre dans le cadre de son métier. Il sera possible de partir d'une expérience qui a été marquante ou encore d'un extrait de son journal de bord. Ensuite, nous tenterons d'amener celle-ci dans l'expérience vécue de cet événement en réveillant la mémoire affective. Finalement, nous allons demander à la personne d'explicitier cette expérience dans ses mots afin de présenter la compréhension de ce dernier du phénomène.

Nous commencerons par le concept plus large de la sensibilité intersubjective, puis nous amènerons la personne, en partant de l'événement raconté, à expliciter des expériences liées à des sous-thèmes précis issus de notre revue de littérature, soit la place qu'occupe les affects de la sphère sensori-motrice, la présence, le rythme, ainsi qu'à l'atmosphère de la rencontre.

Donc, nous suivrons le modèle suivant :

- 1) Pouvez-vous me raconter une expérience où vous vous êtes particulièrement sentie en relation avec l'autre dans le cadre de votre travail ? Vous pouvez partir d'un exemple de votre journal de bord si vous le souhaitez.
- 2) Inciter à aller dans les aspects vécus de cette expérience, incluant les dimensions affectives et corporelles.
- 3) Explorer la façon dont la comédienne a vécu cette expérience et la compréhension qu'il s'en fait actuellement
- 4) Être à l'écoute d'expériences qui permettraient d'élaborer sur les sous-thèmes présents dans notre revue de littérature, soit l'apport des *dimensions sensori-motrices, du rythme de l'action intersubjective, sur sa façon de construire sa présence à l'autre* ainsi que sur la *sensibilité à l'espace et à l'atmosphère née de la rencontre*.
  - a) Si ces thèmes ne sont pas abordés au travers l'exemple initial du participant, nous questionnerons celui-ci de façon plus directe sur ceux-ci en repartant d'un récit, puis en revenant sur les points 2 et 3 pour ces sous-thèmes.
- 5) Revenir sur les dimensions vécues et affectives des interprétations d'explicitation.

Le processus sera itératif, c'est-à-dire que nous pourrons faire des va-et-vient entre ces trois étapes. Le modèle doit être flexible en fonction de ce qui est raconté et explicité par le candidat. L'idée est de ne pas nuire à la fluidité de l'expérience lorsque les thèmes et l'évocation de la sensation s'enchaînent naturellement autour de l'événement raconté et de la question principale (l'expérience de la sensibilité à l'autre). Il n'y aura donc pas d'ordre prédéterminé dans les thèmes abordés, car nous sommes conscients qu'un sujet peut amener le participant à raconter, par concomitance affective ou cognitive, un vécu lié à un autre.

- 1- Pouvez-vous me raconter un moment récent où vous vous sentiez dans une relation de qualité à quelqu'un d'autre dans le cadre de votre pratique (un partenaire ou public/à un client) ? (Ici, il y a une possibilité de partir du journal de bord)
  - a. (Incitation à l'élaboration afin de rappeler les détails à la mémoire. Ramener le rappel de l'expérience qui servira la réflexion introspective).
  - b. Qu'est-ce qui, selon vous, aurait permis cette qualité relationnelle ?
  - c. Avez-vous une image qui vous vient en tête qui pourrait illustrer ce phénomène ? Vous pouvez dessiner, mimer ou l'exprimer en sons si vous voulez.
  
- 2- En général, comment travaillez-vous vos relations aux autres dans votre métier
  
- 3- Comment expérimentez-vous la sensibilité à l'autre dans votre travail ?
  - a. Pouvez-vous raconter un exemple qui illustre cette expérience de la sensibilité à l'autre ?
  - b. Qu'est-ce que vous avez ressenti au moment où elle s'est manifestée ? Avez-vous des images qui peuvent évoquer cette expérience (encore sans restriction quant à la forme) ?
  - c. Cette sensibilité joue-t-elle un rôle dans l'accordage à l'autre ? Lequel ?
  - d. Comment l'avez-vous développé ?
  - e. Qu'est-ce qui, selon vous, compose cette sensibilité à autrui ?

(Les questions qui suivent, de 4 à 8, seront posées si possible en lien avec l'expérience que le participant aura déjà racontée. Elles seront donc liées à la question générale de la sensibilité dans la relation et à l'événement raconté en lien avec cette question. Si ces thèmes ne peuvent être évoqués durant cette section, nous allons alors poser les questions plus directement en tentant ensuite d'amener la personne à raconter une expérience évocatrice liée à ce thème).

- 4- Parlez-moi de la place qu'occupe la dimension non verbale et corporelle dans votre relation à (votre patient/vos partenaires de jeu ou le public).
  - a. (optionnel, si non lié à ce qui a été raconté) Pouvez-vous vous rappeler d'un moment où cette dimension a joué un rôle ? Racontez.
  - b. Est-ce que vous vous rappelez de sensations physiques particulières à ce moment-là ? Comment vous êtes-vous senti ?
  - c. Avez-vous eu l'impression que les affects ont joué un rôle dans votre relation non verbale, les vôtres ou celle de la personne avec qui vous étiez en contact ? Parlez-moi autant de ce que vous avez ressenti que de ce que vous avez remarqué chez l'autre (public, partenaire ou client). Encore une fois, vous pouvez utiliser des images ou des métaphores.
  
- 5- Quelle place occupe l'ajustement à un rythme relationnel dans vos rencontres de jeu ? Par exemple le débit des mots ou le rythme de la respiration.
  - a. (optionnel, si non lié à ce qui a été raconté) Pouvez-vous vous rappeler d'un moment où cette dimension a joué un rôle ? Racontez.
  
- 6- Est-ce que l'espace physique ou la distance ont joué un rôle dans cet ajustement ? Plus particulièrement, est-ce que votre sensation liée à l'espace a joué un rôle dans votre relation établie avec l'autre ?
  - a. (optionnel, si non lié à ce qui a été raconté) Pouvez-vous vous rappeler d'un moment où cette dimension a joué un rôle ? Racontez.
  
- 7- Dans les moments où vous vous sentez en relation sensible à l'autre, avez-vous remarqué une qualité d'atmosphère particulière ? Comment pourriez-vous la décrire ?
  - a. (optionnel, si non lié à ce qui a été raconté) Pouvez-vous vous rappeler d'un moment où cette dimension a joué un rôle ? Racontez.
  
- 8- Comment ressentez-vous que vous êtes présent à l'autre ?
  - a. Pouvez-vous me raconter un moment où vous vous sentiez particulièrement présent à autrui dans votre pratique ?
  - b. Quels éléments, selon vous, ont aidé à développer cette présence ?
  - c. Quels sont les aspects non verbaux qui ont nourri cette expérience de la présence ?

- 9- Est-ce que vous vous rappelez de moments dans votre formation, soit un événement clé ou un exercice particulier, qui vous ont aidé à développer un ajustement à l'autre et une sensibilité intersubjective ?
- 10- Y a-t-il des expériences particulières durant la pratique de votre métier qui vous ont permis de prendre davantage conscience de ces dimensions ?
- 11- Qu'est-ce que notre discussion vous évoque ?
- Avez-vous des images ou des idées qui sont apparues durant cette entrevue ? Est-ce que ces réflexions ont provoqué d'autres questionnements chez vous que vous souhaiteriez partager ?
  - Est-ce qu'il y a des aspects que vous n'aviez pas réalisés avant notre discussion ou avant cet exercice de réflexion ?
  - Croyez-vous que nous aurions oublié une dimension ?
  - Avez-vous envie de raconter d'autres expériences ?
- 12- (Retour et clarifications sur le journal de bord si cela n'a pas été abordé déjà).

**ANNEXE B – FORMULAIRE DE CONSENTEMENT**



## FORMULAIRE D'INFORMATION ET DE CONSENTEMENT

**L'expérience de la sensibilité dans la rencontre : le point de vue de  
thérapeutes et d'artistes.****IDENTIFICATION**

Chercheur responsable du projet : Lou-Ann Morin

Département, centre ou institut : Université du Québec à Montréal, psychologie,  
section humaniste.

Adresse postale : 1949 rue de Chambly, Montréal, Québec, H1W 3J1

Adresse courriel : morin.lou-ann@courrier.uqam.ca

Contexte : Projet de recherche doctoral en psychologie.

**DIRECTION**

Professeure responsable : Sous la direction de madame Florence Vinit, UQAM

Adresse courriel : vinit.florence@uqam.ca

Téléphone : 514-987-3000 poste 2461

**BUT GÉNÉRAL DU PROJET**

Vous êtes invité(e) à prendre part à ce projet visant à mieux comprendre l'expérience de la sensibilité à l'autre dans la rencontre telle que vécue par les psychologues cliniciens et les comédiens. Plus précisément, la recherche s'intéressera aux dimensions non verbales et corporelles de l'ajustement sensible à l'autre.

En éclairant mutuellement la pratique des artistes de scène et des psychologues, ce projet permettra de réfléchir la façon de développer la sensibilité et le savoir-être relationnel dans différents métiers.

Ce projet de recherche n'est pas financé par un organisme.

### **PROCÉDURES OU TÂCHES DEMANDÉES AU PARTICIPANT**

Votre participation consiste à participer à une série de deux entrevues individuelles d'environ 1 h 15 chaque au cours desquelles il vous sera demandé de décrire, entre autres choses, votre expérience de la sensibilité à l'autre telle que vécue dans le cadre de votre pratique.. Vous serez invité à élaborer sur votre façon de vous ajuster à autrui. Vous serez également encouragé à donner des exemples tirés de votre vécu professionnel.

Chaque entrevue sera enregistrée numériquement avec votre permission. Le lieu et l'heure de l'entrevue sont à convenir avec l'interviewer, mais pour améliorer la validité du récit, nous encourageons les rencontres dans votre milieu de travail si cela s'avère possible et si cela permet la confidentialité nécessaire à l'entrevue. La transcription sur support informatique qui en suivra ne permettra pas de vous identifier et nous allons rendre anonyme et camoufler toute référence qui serait faite à une tierce personne (ex. : référence à un patient particulier, à un collègue, etc.).

## **AVANTAGES et RISQUES**

Votre participation contribuera à l'avancement des connaissances par une meilleure compréhension de la notion de sensibilité dans la relation à l'autre. Particulièrement, nous mettrons l'accent sur les aspects non verbaux qui semblent occuper une place importante dans votre métier ainsi que sur les dimensions « atmosphériques » qui se dégagent d'une rencontre. De plus, cette recherche permettra de créer des ponts entre la pratique artistique et pratique de la psychothérapie.

Il y a peu de risques d'inconfort importants associés à votre participation. Vous devez cependant prendre conscience que certaines questions pourraient raviver des émotions liées à une expérience que vous avez peut-être mal vécue. Vous demeurez libre de ne pas répondre à une question sans avoir à vous justifier. Une ressource d'aide appropriée pourra vous être proposée si vous souhaitez discuter de votre situation. Il est de la responsabilité de l'interviewer de suspendre ou de mettre fin à l'entrevue s'il estime que votre bien-être est menacé.

## **ANONYMAT ET CONFIDENTIALITÉ**

Il est entendu que les renseignements recueillis lors de l'entrevue sont confidentiels et que seuls le chercheur et sa directrice auront accès à votre enregistrement et au contenu de sa transcription. Le matériel de recherche (enregistrements numériques et transcriptions codées), ainsi que votre formulaire de consentement, seront conservés séparément sous clé au laboratoire du chercheur responsable pour la durée totale du projet. Le matériel informatique sera conservé sur un ordinateur personnel et sur une clé USB, tous deux protégés par un mot de passe. Les enregistrements ainsi que les formulaires de consentement seront détruits 5 ans après la publication de la thèse.

## **PARTICIPATION VOLONTAIRE**

Votre participation à ce projet est volontaire. Cela signifie que vous acceptez de participer au projet sans aucune contrainte ou pression extérieure, et que par ailleurs vous êtes libre de mettre fin à votre participation en tout temps au cours de cette recherche. Dans ce cas, les renseignements vous concernant seront détruits. Votre accord à participer implique également que vous acceptez que le chercheur puisse

utiliser, aux fins de la présente recherche et de sa diffusion (articles, mémoires, thèses, conférences et communications scientifiques), les renseignements recueillis, à la condition qu'aucune information permettant de vous identifier ne soit divulguée publiquement à moins d'un consentement explicite de votre part.

### **COMPENSATION FINANCIÈRE**

Ce projet n'inclut pas de compensation financière. Un cahier pourrait vous être donné si vous avez dû en utiliser un pour votre journal de bord.

### **DES QUESTIONS SUR LE PROJET OU SUR VOS DROITS ?**

Pour des questions additionnelles sur le projet, sur votre participation et sur vos droits en tant que participant de recherche, ou pour vous retirer du projet, vous pouvez communiquer avec :

Lou-Ann Morin

Numéro de téléphone : xxx-xxx-xxxx

Adresse courriel : morin.lou-ann@courrier.uqam.ca

Le projet auquel vous allez participer a été approuvé sur le plan de l'éthique de la recherche avec des êtres humains par le Comité d'éthique de la recherche pour les projets étudiants (CERPE) de la Faculté des sciences humaines de l'UQAM. Pour toute question ne pouvant être adressée à la direction de recherche ou pour formuler une plainte ou des commentaires, vous pouvez contacter la présidente du comité par l'intermédiaire de la coordonnatrice du CERPE, Anick Bergeron, au 514 987-3000, poste 3642, ou par courriel à l'adresse suivante : bergeron.anick@uqam.ca.

### **REMERCIEMENTS**

Votre collaboration est importante à la réalisation de notre projet et l'équipe de recherche tient à vous en remercier. Si vous souhaitez obtenir un résumé écrit des principaux résultats de cette recherche, veuillez ajouter vos coordonnées ci-dessous.

### **SIGNATURES :**

Je reconnais avoir lu le présent formulaire de consentement et consens volontairement à participer à ce projet de recherche. Je reconnais aussi que le chercheur a répondu à mes questions de manière satisfaisante et que j'ai disposé 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.

Signature du participant :

Date :

Nom (lettres moulées) et coordonnées :

Je déclare avoir expliqué le but, la nature, les avantages, les risques du projet et avoir répondu au meilleur de ma connaissance aux questions posées.

Signature du chercheur responsable du projet  
ou de son, sa délégué(e) :

Date :

Nom (lettres moulées) et coordonnées :

## BIBLIOGRAPHIE

- Akers, M. (Réalisateur). (2012). *The artist is present* [Film].
- Andrieu, B. (2007). Le corps humain. Une anthropologie bioculturelle. Dans C. Hervé, G. Boëtsch, & J. Rozenberg, *Corps normalisé, corps stigmatisé, corps racialisé* (pp. 87-106). Louvain-la-Neuve: De Boeck Supérieur.
- Anonyme. (2016). A conversation with Max Van Manen on phenomenology in its original sense. *Nursing and health science*, 18, 4-7.
- Aristote. (1990). *Poétique*. Paris: Le Livre de Poche.
- Artaud, A. (1964). *Le théâtre et son double*. Paris: Gallimard.
- Attigui, P. (2011). Le jeu théâtral, un appareil à penser indispensable. Dans A. Brun, *Les médiations thérapeutiques* (pp. 101-116). Toulouse: Érès.
- Bachelard, G. (1957). *La poétique de l'espace*. Paris: Presses Universitaires de France.
- Bachelard, G. (1965). *Water and dreams (doctoral dissertation)*. Iowa City: University of Iowa.
- Bailly, R. (2001, 3). Le jeu dans l'œuvre de DW Winnicott. *Enfances & Psy*, (3), 41-45.
- Barba, E. (2004). *Le Canoë de papier. Traité d'anthropologie théâtrale*. Montpellier: L'Entretemps.
- Barba, E., & Savarese, N. (2008). *L'énergie qui danse : Dictionnaire d'anthropologie théâtrale*. Paris: L'Entretemps.
- Bataille, G. (2005). L'ambiguïté du plaisir et du jeu. *Les temps modernes*, 1, 7-28.
- Beebe, B., Jaffe, J., Lachmann, F., Feldstein, S., Crown, C., & Jansnow, M. (2000). Beebe, B., Jaffe, J., Lachmann, F., Feldstein, S., Crown, C., & Jansnow, M. (2000). Systems models in development and psychoanalysis: The case of vocal rhythm coordination and attachment. *Infant Mental Health Journal: Official Publication of The World Association for Infant Mental Health*, 21(1-2), 99-122.
- Bernard, M. (1976). *L'expressivité du corps recherche sur les fondements de la théâtralité*. Paris: J. P. Delarge.
- Bernard, M. (1995). *Le Corps*. Paris: Éditions du Seuil.
- Bin, K. (1992). *Écrits de psychopathologie phénoménologique*. Paris: Presses universitaires de France.
- Bin, K. (2000). *L'entre : une approche phénoménologique de la schizophrénie*. Grenoble: Jérôme Millon.
- Bin, K. (2007). Signification et limite du langage dans la formation psychothérapeutique. Dans P. Fédida, & J. Schotte, *Psychiatrie et existence* (pp. 177-188). Grenoble: Jérôme Millon.
- Blair, R. (2007). *The actor, image, and action: acting and cognitive neuroscience*. Londres: Routledge.
- Boileau, N. (1903). *L'art poétique*. Paris: Hachette.
- Brohm, J.-M. (1988). Corps symboliques. Dans J.-M. Brohm, *Quel corps?* (pp. 22-40). Paris: Les Éditions de la Passion.
- Brooke, P. (1977). *L'espace vide*. Paris: Seuil.

- Buirski, P., & Haglund, P. (2009). *Making sense together: The intersubjective approach to psychotherapy*. Lahman: Rowman & Littlefield.
- Caillois, R. (1967). *Les jeux et les hommes le masque et le vertige*. Paris: Gallimard.
- Chekhov, M. (1980). *Être acteur : techniques du comédien*. Paris: Pygmalion Gérard Watelet.
- Corvin, M. (1991). *Dictionnaire encyclopédique du théâtre*. Paris: Borduas.
- Damasio, A. R. (1999). *Le sentiment même de soi corps, émotions, conscience*. Paris: O. Jacob.
- Delisle, G. (1992). De la relation clinique à la relation thérapeutique. *Revue Québécoise de Gestalt*, 1(1), 53.
- Depraz, N. (2015). Attention et surprise. Paul Ricoeur en débat et au-delà. *Alter : revue de phénoménologie*, pp. 261-277.
- Depraz, N. (2016). Husserl et la surprise. *Alter*, pp. 145-168.
- Diderot, D. (1991). *Paradoxe sur le comédien*. Paris: Bordas.
- Dufour-Kowalska, G. (1996). *L'art et la sensibilité de Kant à Michel Henry*. Paris: J. Vrin.
- Emunah, R. (1994). *Acting for real*. Londres: Psychology Press.
- Féral, J. (2001). Mise en scène et jeu de l'acteur : entretiens. *Tome 2 : le corps en scène*. Montréal: Éditions Lansman.
- Freud, S. (2013). *Au-delà du principe de plaisir*. Paris: Presses Universitaires de France.
- Freud, S., & Berman, A. (1953). *La technique psychanalytique*. Paris: Presses universitaires de France.
- Gadamer, H.-G. (1996). *Vérité et méthode*. Paris: Édition du seuil.
- Gadamer, H.-G. (1998). *Philosophie de la santé*. Paris : Grasset coll. .
- Gadamer, H.-G., & Gens, J.-C. (1995). *Langage et vérité*. Paris: Gallimard.
- Galvin, K. T., & Todres, L. (2011). Research based empathic knowledge for nursing: A translational strategy for disseminating phenomenological research findings to provide evidence for caring practice. *International journal of nursing studies*, 48(4), 522-530.
- Geller, S., & Greenberg, L. M. (2005). La présence thérapeutique. *Approche Centrée sur la Personne. Pratique et recherche*, 1(1), 45-66.
- Gendlin, E. (1981). *Focusing*. New York: Toronto Bantam Books.
- Ginot, I. (2009). Discours, techniques du corps et technocorps. Dans P. Gioffredi, *A la rencontre de la danse contemporaine: porosités et résistances* (pp. 265-295). Paris: L'Harmattan.
- Gohier, C. (2004). De la démarcation entre critères d'ordre scientifique et d'ordre éthique en recherche interprétative. *Recherches qualitatives*, 24, 3-17.
- Grondin, J. (2011). *L'herméneutique*. Paris: Presses universitaires de France.
- Grotowski, J. (1991). *Towards a poor theatre*. Londres: Methuen Publishing Limited.
- Gueydan, n. (2015). *Lettre ouverte de Nadine Gueydan à la présidente de l'Ordre des psychologues du Québec (OPQ)*. Récupéré sur Groupe d'Étude sur l'intersubjectivité: [http://intersubjectivite.com/drupal/fr/lettre\\_presidente\\_opq](http://intersubjectivite.com/drupal/fr/lettre_presidente_opq)

- Hamel, C. (2012). Le dialogue herméneutique, la régulation affective et la mentalisation. Dans L. Girard, & G. Delisle, *La psychothérapie du lien : genèse et continuité* (pp. 134-168). Montréal: CIG.
- Henry, M. (2001). *Philosophie et phénoménologie du corps : essai sur l'ontologie biranienne*. Paris: Presses universitaires de France.
- Hentsch, T. (2005). *Raconter et mourir: aux sources narratives de l'imaginaire occidental*. Montréal: PUM.
- Hergenhahn, B. R., & Henley, T. B. (2016). *Introduction à l'histoire de la psychologie 2ème édition*. Montréal: Modulo.
- Holloway, I., & Todres, L. (2007). Thinking differently : challenges in qualitative research. *International journal of qualitative studies on health and well-being*, 2, 2-12.
- Jager, B. (2010). Towards a psychology of homo habitans : a reflection on the nature of cosmos and universe. Dans T. F. Cloonan, & C. Thiboutot, *The redirection of psychology: Essays in honor* (pp. 229-249). Montréal: Cercle interdisciplinaire de recherches. Récupéré sur CIRP.
- Jager, B., & Bourgeault, A. (2004). *Le cabinet du Dr. Freud : la formation de l'esprit*. Récupéré sur Bernd Jager: [http://www.bernd-jager.com/wp/wp-content/uploads/2014/11/Cabinet\\_Dr-Freud.pdf](http://www.bernd-jager.com/wp/wp-content/uploads/2014/11/Cabinet_Dr-Freud.pdf)
- Jones, P. (2007). *Drama as therapy*. Londres: Routledge.
- Kuhn, R. (2007). Existence et psychiatrie. Dans P. Fédida, & J. Schotte, *Psychiatrie et existence* (pp. 47-67). Grenoble: Jérôme Millon.
- Larousse. (2018). *Larousse*. Récupéré sur <https://www.larousse.fr/dictionnaires/francais/jeu/44887>
- Lecomte, C., Drouin, M.-S., Savard, R., & Guillon, V. (2004). Qui sont les psychothérapeutes efficaces? Implications pour la formation en psychologie. *Revue québécoise de psychologie*, 25(3), 73-102.
- Lecoq, J. (1997). *Le corps poétique un enseignement de la création théâtrale*. Paris: Actes sud-Papiers.
- Leroy-Viémon, B. (2008). Les enjeux phénoménologiques de la rencontre clinique. *Cliniques méditerranéennes*, 78(2), 205-223.
- Leroy-Viémon, B. (2012). Le problème de l'espace chez les adultes cérébro-lésés. L'espace thymique comme accueil de l'altérité subjectivante. *Psychologie Clinique*, 33(1), 80-96.
- Lesage, B. (2009). *La danse dans le processus thérapeutique : fondements, outils et clinique en danse-thérapie*. Toulouse: Érès.
- Lyotard, J.-F. (1954). *La Phénoménologie*. Paris: Presses universitaires de France.
- Marker, C. (Réalisateur). (1962). *La Jetée* [Film].
- Maroda, K. J. (2012). *Psychodynamic techniques : working with emotion in the therapeutic relationship*. New York: The Guilford Press.
- Merleau-Ponty, M. (1945). *Phénoménologie de la perception*. Paris: Gallimard.
- Merleau-Ponty, M. (2006). *L'oeil et l'esprit*. Paris: Gallimard.

- Morinaka, T. (2008). « L'Entre » comme champ poétique : Bin Kimura, Andre Breton et Jacques Derrida. *Institut national des sciences de l'information*, , 85-102.
- Muchielli, A. (2005). Le développement des méthodes qualitatives et l'approche constructiviste des phénomènes humains. *Recherche qualitative et production de savoirs* (pp. 7-40). Montréal: Association pour la recherche qualitative.
- Ogden, P., Kekuni, M., & Pain, C. (2006). *Trauma and the body : a sensorimotor approach to psychotherapy*. New York: W. W. Norton & Company.
- Orange, D. (2008). Whose shame is it anyway? : lifeworlds of humiliation and systems of restoration (or "The analyst's shame"). *Contemporary Psychoanalysis*, 44(1), 83-100.
- Orange, D. (2009, avril). Intersubjective systems theory. *Annals of the New York Academy of Sciences*, pp. 237-248.
- Orange, D. (2011). *The suffering stranger : hermeneutics for everyday clinical practice*. New York: Routledge/Taylor & Francis Group.
- Orange, D. M. (2011b). Speaking the unspeakable: "The implicit," traumatic living memory, and the dialogue of metaphors. *International Journal of Psychoanalytic Self Psychology*, 6(2), 187-206.
- Ortega Y Gasset, J. (1975). The idea of theater. Dans J. Ortega Y Gasset, *Phenomenology and art* (pp. 163-195). New York: W. W. Norton & Company.
- Paillé, P., & Muchielli, A. (2012). *L'analyse qualitative en sciences humaines et sociales, 3ème édition*. Paris: Armand Collin.
- Quintin, J. (2005). *Herméneutique et psychiatrie : pouvoirs et limites du dialogue*. Montréal: Liber.
- Quintin, J. (2008). La Connaissance du soi. *Cahiers du CIRP*, 71-83.
- Rojas-Urrego, A. (1991). *Le phénomène de la rencontre et la psychopathologie*. Paris: Presses universitaires de France.
- Roussillon, R. (2010). Propositions pour une théorie des dispositifs thérapeutiques à médiations. *Le carnet psy*, 28-31.
- Roussillon, R. (2012). Médiation et création. *Le journal des psychologues*, 30-34.
- Roussillon, R. (2015). Jouer encore. *Le carnet psy*, 55-57.
- Rugira, J.-M. (2008). La relation au corps, une voie pour apprendre à comprendre et à se comprendre : pour une approche perceptive de l'accompagnement. *Collection du Cirp*, 3, 122-143.
- Sallé, B. (1990). *Histoire du théâtre*. Paris: Librairie Théâtrale.
- Santarpia, A., Paul, M., & Dudoit, E. (2015). L'usage de la poésie haïku en psycho-oncologie. *Psycho-Oncologie*, 9(2), 127-134.
- Schore, A. (2008). *La régulation affective et la réparation du soi*. Montréal: Éditions du CIG.
- Schore, A. (2009, avril). Relational trauma and the developing right brain. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1159(1), pp. 189-203.
- Schultz, J. H. (2013). *Le Training autogène : nouvelle édition*. Paris: Presses universitaires de France.

- Sédat, J. (2008). La rencontre: trouvaille ou retrouvaille? *Adolescence*, 1, 201-219.
- Simms, E. (2008). *The child in the world : embodiment, time, and language in early childhood*. Detroit: Wayne State University Press.
- Smith, J. A. (2004). Reflecting on the development of interpretative phenomenological analysis and its contribution to qualitative research. *Qualitative research in psychology*, 1, 39-54.
- Smith, J. A. (2007). Hermeneutics, human science and health : linking theory and practice. *International journal of qualitative studies on health and well-being*, 2, 3-11.
- Stanislavki, C. (1984). *La construction du personnage*. Paris: Pygmalion Gérard Watelet.
- Stanislavki, C. (1986). *La formation de l'acteur*. Paris: Pygmalion Gérard Watelet.
- Stevens, B. (2005). L'interpersonnel et l'atmosphérique: l'apport de Kimura Bin à la réflexion daseinsanalytique. *La Lettre du Psychiatre*, 1(4), 114.
- Stolorow, R. D., & Atwood, G. E. (1992). *Contexts of being : the intersubjective foundations of psychological life*. New York: Routledge.
- Strasberg, L. (1989). *L'actors studio et la méthode le rêve d'une passion*. Paris: InterÉditions.
- Todres, L. (2011). *Embodied Enquiry : phenomenological touchstones for research, psychotherapy and spirituality*. Hampshire: Palgrave Macmillan.
- Turner, V. (1982). *From ritual to theater*. New York: Performing Arts Journal Press.
- Van Gennep, A. (1909). Le Passage matériel. Dans A. Van Gennep, *Les Rites de passage* (pp. 24-34). Paris: Éditions A. et J. Picard.
- Van Manen, M. (1984). "Doing" Phenomenological research and writing : an introduction. Récupéré sur Department of secondary education, University of Alberta: <http://www2.education.ualberta.ca/educ/sec/docs/Monograph%20No.%207-van%20Manen.pdf>
- Van Manen, M. (1990). *Researching lived experience*. New-York: New-York state university.
- Van Manen, M. (1997). From meaning to method. *Qualitative health research*, 7(3), 345-369.
- Van Manen, M. (2006). Writing qualitatively, or the demands of writing. *Qualitative health research*, 16(5), 713-722.
- Vermersch, P. (2012). *Explicitation et phénoménologie: vers une psychophénoménologie*. Paris: Presses universitaires de France.
- Viens, B. (1995). *Du rituel au théâtre analyse anthropologique de l'état de présence de l'acteur dans le théâtre actuel*. Montréal: Université du Québec à Montréal.
- Viens, B. (2012). *Lorsque le jeu bascule dans la pathologie [ressource électronique] : une compréhension psychanalytique des conflictualités psychiques inhérentes au jeu pathologique*. Montréal: Université du Québec à Montréal.
- Wangh, S. (2000). *An acrobat of the heath : a physical approach to acting inspired by the work of Jerzy Grotowski*. New York: Vintage Books.
- Winnicott, D. J. (1975). *Jeu et réalité : l'espace potentiel*. Paris: Gallimard.