

Alain Vasseur



L'ART-THÉRAPIE OU L'EXPRESSION
DE NOTRE NATURE PREMIÈRE

En page de titre :

Gaston Dufour, *Crôqôdile*, s.d.(avant 1950), crayon de couleur sur papier, 17,5 x 22 cm, A653, dépôt de la section du patrimoine de la SFPE-AT au LaM, Villeneuve d'Ascq.



Gaston Dufour, *Crôqôdile*, détails.



Paul Valéry disait que le peintre toute sa vie cherche la peinture, le poète la poésie, le sculpteur la sculpture. À moins qu'ils ne cherchent... le peintre, le poète ou le sculpteur. On ne peint, on n'écrit, on ne sculpte que soi-même sous de multiples formes.

Ces formes servent de miroir dans lequel l'artiste et son public se contemplent et se reconnaissent. On se connaît par ce qu'on désire exprimer et

L'ART-THÉRAPIE OU L'EXPRESSION DE NOTRE NATURE PREMIÈRE

fréquenter. L'angoissé projette son angoisse sur un dessin ou une sculpture tortueuse, puis l'observe comme une chose

extérieure à lui. La personne qui s'exprime la met en forme dans chacune de ses créations, dans un mouvement vital et parfois violent, puis la met à distance. L'expression importe en soi, ou plutôt elle exporte de soi ce qu'il y a de plus intime, de plus vrai, de plus nécessaire à faire sortir, à transmettre, à offrir. Pour Arno Stern, l'expression est formulation, par le langage plastique (ou graphique), d'images ou de symboles dictés par les vibrations de l'organisme de ce qui ne peut être dit, ou exprimé, par le « langage verbal raisonnable ». L'expression de la violence pourrait donc avoir une origine primitive de nature animale qui n'a bien sûr rien de raisonnable mais peut libérer l'individu de la dépendance de modèles et lui permettre de développer une autonomie positive.

Mais le mot formulation implique étymologiquement l'idée de « forme », et la forme n'est pas incompatible avec la violence. Quand la violence s'exprime, elle tend vers la forme par le fait même qu'elle tente de s'incarner dans une matière, même verbale, et plus encore dans la mesure où elle cherche à être reconnue ; et sa reconnaissance rejaillit bien entendu sur l'auteur de cette forme violente dont la violence a pour cause première un appel éperdu à cette reconnaissance. Il suffit de feuilleter un album de Jérôme Bosch pour y reconnaître l'atlas de toutes les images qui nous environnent et dont nous sommes porteurs (arracher, éventrer, mordre, avaler, éviscérer, etc.). Une fantasmagorie que l'on retrouve parfois dans nos rêves, et donc une agressivité et une violence originelle de nature fantasmatique qui peut affecter notre expérience corporelle et sa relation avec les autres corps si elle ne s'exprime pas. Cet autre, cet étranger plus ou moins fraternel qui se révèle à nous, en nous, dans tout acte d'expression, nous invite à dire que l'acte de création artistique fournit à l'artiste le miroir qui lui permet de se rencontrer tel qu'en lui-même, et au public de se reconnaître, en vertu du fameux aphorisme de Baudelaire : « Hypocrite lecteur, mon semblable, mon frère ». Cette connaissance de soi, par la médiation de l'œuvre, réalisée ou contemplée, n'est pas sans conséquences sur le sujet, qui trouve ainsi l'occasion — consciemment ou inconsciemment — de chasser ses démons.

Ces démons que l'on doit chasser ou chérir

Ces « démons », que la pratique de l'art déchaîne, sont censés perdre leur dangerosité à l'air libre, comme ces gargouilles que la cathédrale expulse de son corps de pierre pour leur faire cracher une innocente eau de pluie. Cette fonction thérapeutique qui relève de la bonne vieille catharsis paraît évidente.

Mais on peut aussi considérer le « démon » comme une source d'énergie, et la violence qu'il libère comme l'un des ressorts essentiels de l'émotion esthétique. Si les gargouilles retiennent notre attention aujourd'hui, ce n'est pas pour leur finalité religieuse ou psychologique, mais d'abord pour leur « beauté » (sachant que le concept de beauté est suffisamment vague pour impliquer aussi la dimension spirituelle). Après tout, Socrate lui-même qu'on disait si laid est beau. Il ne cesse d'évoquer son « démon » chaque fois qu'il est inspiré. Il n'y a donc pas loin de l'inspiration à la violence, et de la violence à l'expression quand cette expression est authentique, quand elle exporte de soi ce qu'il y a de plus intime, de plus vital, et bien souvent de moins « verbal » (à moins bien sûr de recourir au mot sur un mode poétique).

Notre force pulsionnelle est vitale. Elle s'exprime par exemple dans le carnaval. Ce dernier interroge la nécessité qu'éprouve l'être humain de se défaire de l'habit du quotidien pour se vêtir d'accoutrements, d'oripeaux et permettre à ses pulsions archaïques de s'exprimer. Le monstre exorcise nos peurs primaires et chemine jusqu'à des questionnements contemporains universels : la solitude, la mort, l'inconnu. De gestuelles en costumes, de peintures violentes en paroles inquiétantes, le temps d'une déambulation, c'est sous les masques que l'humanité tout entière nous conte son histoire.

Dans cette transhumance ponctuée de récits intenses empruntés à nos mythologies ancestrales, on retrouve cette catharsis populaire servant à régénérer la communauté, à exorciser ses angoisses, à surmonter les épreuves qui l'attendent pour stimuler le renouveau de la vie.

Tout être humain porte avec lui la conscience de la réalité de la mort. Mais cette connaissance de la possibilité de mourir n'engendre pas l'anxiété lorsque l'instinct et la sensibilité à la vie sont forts. La mort, c'est la perte de cette sensibilité. Toute activité qui permet un contact plus intime avec le corps encourage une libération de ce corps et la découverte de son énergie vitale.

Au même titre que l'acte sexuel, la créativité est une potentialité qui n'existe que comme énergie pour un mouvement. Ce mouvement vital, sauvage parfois, l'art-thérapeute le met en chantier en invitant le patient à faire usage de sa liberté avec les risques et les angoisses que son exercice génère, mais également les joies et les découvertes qu'elle fait naître.

Comme dans le carnaval, l'art-thérapie comprend deux aspects fondamentaux, un acte exutoire réalisant l'inversion exceptionnelle de l'ordre des choses, un acte libérateur, annonciateur d'un renouveau. Dans cet exercice, l'art-thérapeute joue le rôle de passeur et de médiateur.

Jean-Luc Godard dit :

« L'expression, bien sûr c'est important, mais il n'y a pas que ça, et, quand on parle de liberté d'expression, c'est absurde, car, après tout, tout le monde s'exprime ; les cris d'un supplicié, c'est même le comble de l'expression, alors ce qu'il faut défendre et qui n'existe pas, c'est la liberté d'impression. »

La liberté d'impression

Très naturellement cette phrase, qui invite la personne à se placer à l'écoute de soi-même, pourrait s'adresser directement à l'art-thérapie qui explore la complexité mais aussi la profondeur de nos regards et de notre corps, par le senti et le vécu, en libérant leurs impressions intimes et en nous déculpabilisant de cette force qui nous dépasse. Reflets ou réflexions multiples, au travers de ces regards croisés que pose l'individu sur lui-même, l'expression ne décolle que pour mieux se ré-imprégner et faire corps à corps, corps-accord avec soi-même. Ainsi l'expression devient un acte « réfléchi » dans le sens de « reflet » de soi plus que dans celui de réflexion sur soi.

La liberté d'impression, c'est donc rester fidèle à soi-même, à son vécu et son senti, c'est devenir le sculpteur témoin de sa fragile humanité, de ses désirs, de ses doutes, de ses nécessités. C'est rester à l'écoute de ce corps qui nous fait signe à longueur d'année, c'est cesser de l'étouffer sous notre volonté. C'est s'accorder du plaisir, lui accorder du plaisir. Si nous ne pouvons exprimer notre propre violence, libérons-la dans un acte artistique ou corporel, mettons-y des mots si besoin, des paroles : nos épaules, notre nuque seront ainsi délestées de toute colère rentrée car, comme le dit Origène : « Tout ce qui ne s'exprime pas s'imprime. »

Après une séance d'art-thérapie, Simon, un patient, nous dit :

« Je compose des formes inhabituelles, probablement le contraire de ce que les autres aimeraient voir... Je suis constamment habité par des sentiments d'étrangeté et des formes effarouchées qui ne sont pas toujours comprises, aimées par certains. »

Son œuvre interroge son rapport avec le monde et sa place au sein de ce monde. L'exclusion sociale qu'il a subie avec sa maladie le conditionne à s'arranger seul, à taire ses besoins dans ses rapports avec les autres. L'autre ne le comprend pas... mais lui, se comprend-t-il vraiment ?... Il ajoute : « Ce n'est pas moi qui bouleverse les choses, elles le sont déjà... Faire allusion à la violence de la réalité est ma manière à moi de protester parce que je suis un révolté... Je ne veux pas que mon champ d'expression devienne un cadavre, il doit rester un cri, un champ de créativité, un espace ouvert à tous, à la liberté et à l'imagination, où je peux me confronter à la matière. » Au travers de cette « réalité » qu'il qualifie de violente, c'est sa propre violence qu'il interroge vis-à-vis de ce monde qu'il n'appréhende plus dans sa diversité et sa complexité. L'autre n'est plus source d'apprentissage, de projets à partager... mais lui, l'est-il lui-même ?

Nous le voyons, l'art-thérapie nous invite constamment à faire un retour sur soi pour se reconnaître comme individu distinct, indépendant, mais profondément lié aux autres. « À cors et à cris ! » cette expression empruntée au jargon de la chasse à courre pourrait servir, au prix d'un léger lapsus orthographique, de devise à un atelier d'art-thérapie qui ne rejette pas la violence, au moins symbolique, au principe du geste artistique. « À corps et à cris » (sic) clame en effet que le corps et le cri sont intimement liés dans l'expression-création-impression de chacun en faisant entrer en résonance notre corps avec notre pensée, nos émotions, nos intuitions et nos sensations.

Notre unicité et notre créativité tiennent donc dans notre capacité à accéder au plein exercice de notre vie physique et psychique, les deux n'étant pas séparables si l'on veut que notre être soit mû par une force non pas destructrice et violente, mais source d'énergie, de vitalité, de plaisir et de fierté.

BIBLIOGRAPHIE

STERN ARNO, *L'expression*, Delachaux et Niestlé, Neuchatel, Suisse, 1973.

LOWEN ALEXANDER, *Le corps bafoué*, Tchou, 1976.

BAUDELAIRE CHARLES, « Au lecteur », *Les fleurs du mal*, Livre de poche, 1972.

LELOUP JEAN-YVES, *Un art de l'attention*, Éditions du Relié, 2000.

GODARD JEAN-LUC, *Histoire(s) du cinéma*, Gallimard, Paris, 1998.