

De la fasciathérapie à la somatopsychopédagogie

Analyse biographique du processus d'émergence de nouvelles disciplines



Danis Bois

Université Moderne de Lisbonne, Portugal — Université de Séville, Espagne

Introduction

J'ai maintenant derrière moi trente années d'un parcours professionnel dédié à l'exercice, l'étude, l'expérimentation du rapport au corps dans la construction de l'identité et la présence à soi et dans l'interaction avec autrui. Il est clair qu'arrive pour moi le temps de rendre compte et d'amener à davantage de visibilité l'expérience passée et la connaissance accumulée au cours de toutes ces années. L'ensemble des savoirs produits dans ce parcours – qu'il s'agisse de protocoles d'intervention pratique, de modèles formalisés des processus dynamiques internes du corps, ou encore d'hypothèses théoriques quant à certains modes de perception ou d'action – apparaît réellement dense quand j'en prends la mesure à travers mes différents ouvrages. C'est donc tout naturellement en quête de mon itinéraire de praticien et de praticien réflexif que s'oriente ce projet d'écriture.

Au début de mon itinéraire de praticien dans le domaine de la santé, j'étais influencé par l'esprit rationnel qui domine le monde de la recherche médicale, où seuls les éléments objectifs avaient droit de cité. Mais progressivement, j'ai renouvelé mes points de vue au contact de l'expérience, au contact du vécu associé à ma pratique. En travaillant chaque jour en relation avec la fibre sensible du corps humain, j'ai rencontré toute une vie subjective riche, foisonnante, dans l'intériorité du corps. Cette subjectivité corporelle prenait la forme d'un mouvement interne, d'une variation d'états porteurs d'informations signifiantes pour le sujet qui la questionne. La relation à cette subjectivité corporelle m'a conduit à construire un

rapport différent aux choses et aux êtres, un rapport plus créatif, m'invitant à saisir d'une autre façon le sens de l'existence.

A la relecture de premier livre, *La vie entre les mains*, écrit en 1989, apparaît déjà ma posture de praticien réflexif. J'écrivais : « Dès lors, ma pratique devint mon champ d'expérience et d'observation. Chaque jour, j'explorais et j'interrogeais la profondeur du corps. Progressivement, m'apparaissait un être humain complet. » (Bois, 1989, p. 15).

Cette posture se prolonge naturellement par la suite dans mon second livre *Une thérapie manuelle de la profondeur*, écrit en 1990 : « La méthode ne cesse d'évoluer, et de nouvelles données se font jour au fil du temps... Je me situe désormais dans un cadre de référence en perpétuelle mutation. Chaque instant de ma pratique est ainsi source d'informations nouvelles qui, sans cesse, éclairent certains mystères et alimentent l'évolution de la théorie. De cette façon, des événements d'abord ressentis deviennent des outils thérapeutiques solides. Une fois leur efficacité éprouvée, leur mode d'action est théorisé de manière à pouvoir les enseigner. » (Bois, 1990, p. 21).

Quand Marie-Christine Josso me proposa de narrer mon itinéraire de découverte, arguant qu'il était temps de communiquer le processus d'émergence de la méthode à travers le regard de son auteur, j'acceptai la proposition comme un nouveau défi. C'est au fond le seul courage qui soit demandé à l'homme que de s'affirmer en tant que sujet à travers ses actions, sa parole et son écriture. Je me rends compte que bien des choses n'ont jamais été exportées de mon intériorité, elles se

sont accumulées au dedans de moi et ont fini par rendre opaques certains des grands tournants de mon cheminement. Ma démarche biographique me donne aujourd'hui l'occasion de revisiter les temps forts de mon itinéraire.

Tout au long de mon écriture, j'éviterai une forme trop explicative et conceptuelle, lui préférant une forme descriptive plus en phase avec le projet d'amener le lecteur à pénétrer les enjeux humains qui se sont dévoilés durant mon parcours. J'aurais pu relater mon parcours selon la posture de praticien, de formateur ou de chercheur. Finalement, j'ai choisi une autre option, en me plaçant en tant que sujet impliqué dans sa dimension humaine au cœur de sa création. En effet, je prends conscience, au moment où je rédige ces lignes, que mon itinéraire de découverte est indissociable des enjeux existentiels que j'ai partagés avec les patients et étudiants qui ont croisé ma route. Ce sont ces enjeux d'interactivité humaine incarnée sur le mode du Sensible que je souhaite exposer afin de permettre au lecteur de saisir le climat de profondeur qui a présidé au processus d'émergence de la méthode. En dévoilant le processus d'émergence de la fasciathérapie à la somato-psychopédagogie, je témoignerai d'une pratique de recherche motivée par une quête compréhensive de sens : qu'est-ce que l'humain ? Quel sens donner à la vie ? Je laisserai ce climat de profondeur émerger de lui-même, en me tenant au plus près d'une écriture qui émane des racines de mon être : « Il n'est qu'une seule voie. Entrez en vous-mêmes. Recherchez au plus profond de vous-même la raison qui vous impose d'écrire ; examinez si elle étend ses racines au tréfonds de votre cœur, faites-vous en l'aveu : serait-ce la mort pour vous s'il vous était interdit d'écrire ? » (Rilke, 1997, p. 8).

À travers la relecture de mon journal et de mes livres datant des années 1984 à 1995, je rencontre une certaine tendresse envers le chercheur que j'étais autrefois. C'est avec indulgence que je consulte mes premiers ouvrages, où je me découvre à la fois audacieux dans le contenu et innocent dans la mise en discours. Mais au delà de cette forme immature, il reste que le fond s'ancrait dans une expérience authentique. Autour des phénomènes rencontrés, j'adoptais à l'époque une attitude phénoménologique pour interroger le vivant. « Recueillir la présence. Être là. Car la présence n'est pas telle que j'imagine qu'elle doit être [...], il s'agit de la mienne, de notre coprésence : être là, en être, en faire partie, me trouver tout entier par ce qu'il y a lieu, concerné de manière privilégiée comme ce en quoi la présence peut devenir sens. » (Jourde, 2002, p. 36).

Habituellement, la notion de présence concerne surtout la relation à autrui et à l'environ-

nement, mais la nature de présence qui est mise à l'œuvre dans notre approche est une présence à soi, à partir d'un contact conscient avec l'intériorité du corps. Dans cette vision, vivre et exister se caractérisent par une autopoïésis, pour dire l'auto-révélation et l'autocréation de soi à partir de l'éprouvé corporel. Cette nature de présence à la vie vient en rupture avec le point de vue de Descartes pour qui être vivant n'est pas un mode d'être « propre ». Le sujet y contemple le monde selon une absolue extériorité puisque, pour Descartes, il n'y a d'éprouvé que comme pensée. Dans ce point de vue, la perception ne prend sens qu'à partir d'un « déjà-connu ». Or, cela ne vaut pas pour la perception mise à l'œuvre dans la relation au corps sensible, car pénétrer le monde de l'intériorité corporelle, c'est explorer une « région sauvage », vierge de toute référence connue.

Si la phénoménologie explore le lien charnel entre le corps et le monde, la perception *du* Sensible explore, quant à elle, le lien vivant entre un sujet et son propre corps impliquant le déploiement d'une modalité perceptive paroxystique capable de pénétrer l'intériorité vivante du corps. Ce caractère paroxystique de la perception, je l'ai nommé perception *du* Sensible, pour marquer la différence entre la perception sensible liée au rapport au monde par le biais des sens extéroceptifs, et la perception *du* Sensible convoquée par le rapport de soi à soi. C'est bien sur cette modalité perceptive du Sensible que s'est construit le matériau immanent qui a servi à l'élaboration de la méthode.

Dans mon processus de découverte, j'ai été amené à questionner le vivant en m'appuyant sur une praxis phénoménologique. Comment devenir vivant ? Comment approcher la vie ? C'est en prenant en compte la valeur formatrice de la présence à l'expérience vécue du corps, qu'il m'a été donné d'ouvrir le débat autour de la question : est-il possible d'accompagner une personne à instaurer une plus grande proximité avec elle-même ? Cette présence à soi dans l'expérience m'a conduit également à questionner le lien entre le mode du *sentir* propre à l'art et à l'expérience, et le mode du *penser* propre à la philosophie. Mais ce questionnement exigeait au préalable de renouveler le regard habituellement porté sur le corps (anatomique, mécanique, étendue...) et de le considérer comme un corps vivant, support de « l'être percevant », de « l'être ressentant » comme de « l'être pensant ». C'est, en tout cas, ce corps là que je découvrais dans ma pratique et c'est à partir de cette rencontre que s'est élaborée la fasciathérapie puis la somato-psychopédagogie selon une dynamique chronologique qui s'est déclinée en quatre séquences : la découverte d'une qualité

de toucher manuel, la rencontre avec la gestuelle authentique, l'activation d'une mobilisation introspective sensible et, enfin, le déploiement d'une parole du Sensible. Je souhaite relater ici le déroulement de ce processus.

Le récit de formation : une biographie de vécus au cœur d'une pratique

En revisitant *La vie entre les mains*, je retrouvais un événement cruel de ma vie, et que j'avais oublié... J'y relatais ma réaction face au suicide d'un proche : « L'adolescent que j'étais (dix-sept ans) devint un homme en une fraction de seconde : comment était-il possible de choisir cette issue ? Mais là, c'était le rendez-vous soudain avec la mort ou, plus précisément, avec l'idée de la mort. Jusqu'alors, je l'avais probablement mise à distance de mon regard mais, en même temps, je découvrais que je m'étais mis à distance de la vie. En côtoyant ainsi la mort, je réfléchissais à la Vie avant même de réfléchir à ma propre vie.

Innocemment, j'ai pensé trouver des réponses dans les livres qui s'étaient sur le bureau de la personne qui m'était si proche. J'y découvrais un ouvrage de Sartre ; je me souviens encore de ce personnage qui s'observait dans un miroir. Qui cherchait-il ? Peut-être en chacun de nous se cachait un autre personnage inconnu, oublié, qui allait vers la vie et évitait de telles fins. Ce fut un déclic : je voulus connaître cet 'autre' en moi au plus vite, et partis à sa recherche. Ma démarche venait de commencer. » (Bois, 1989, p. 12). Ce jeune adolescent insouciant, flânant dans la vie fut soudainement happé au cœur même de la vie. Il prenait conscience que l'homme a plusieurs visages et qu'il doit partir à la conquête du Graal, voir l'invisible, entendre l'inaudible, atteindre l'inaccessible. Je prends conscience aujourd'hui qu'il s'agissait là d'un moment fondateur qui influença toute ma trajectoire de vie.

Un autre événement rapporté également dans *La vie entre les mains* allait m'interpeller. J'y raconte un épisode qui m'était arrivé en 1973, alors que j'étais jeune kinésithérapeute : « J'eus à m'occuper d'un malade en état de coma profond, nouvellement arrivé en service de réanimation. J'allais lui apporter des soins et m'aperçus en entrant que je le connaissais : 'Si vous me reconnaissez, serrez-moi trois fois la main', lui dis-je. Il le fit, des larmes coulaient sur son visage. Cette rencontre fut bouleversante : et si le coma profond laissait intact une certaine forme de perception ? S'il existait une autre perception ?... » (Bois, 1989,

p. 14). Je découvrais, étourdi, l'existence d'une conscience qui se cache dans l'ombre, et je soupçonnais la présence d'une perception qu'il fallait redécouvrir en plongeant dans soi.

En vue de pénétrer ce mystère, je commençai à me familiariser avec une pratique d'intériorisation. Chaque jour, je m'offrais un moment de silence où je fermais les yeux et vivais à l'intérieur de mon corps ce qui était, jusqu'alors, inaccessible à ma conscience. C'est ainsi qu'à l'âge de vingt-sept ans j'écrivais dans mon journal : « Un vent nouveau m'amène plus loin : l'exploration du silence interne. Sans technique orientée, sans influence d'aucune sorte. Je m'installe dans une chambre isolée, dans une position de mon choix, et je ferme les yeux. Il y a dans ces rendez-vous un goût d'insolite. Chaque moment est source de nouvelles découvertes, ne ressemblant jamais à aucune attente. Ces sensations éphémères continuent de résonner dans mon corps. » (Journal intime, 1976).

Ce que je rencontrais était plus étrange que ce que mon entendement était capable de concevoir, c'est pourquoi j'écrivais à l'époque : « J'ai décidé de soigner ma surdité à l'inaudible, non pas en ouvrant grand mes oreilles, mais en débridant la partie trop rationnelle de moi-même. [...] Je me sens au bord de quelque chose de nouveau, mais un mur invisible m'en sépare encore. » (Journal intime, 1976). Jusqu'alors, je faisais l'expérience de l'intimité du corps en me sondant moi-même dans mes face à face quotidiens avec le silence.

La pratique de la kinésithérapie ne répondait plus à ma quête de profondeur, c'est pourquoi j'entrepris, dans les années 1975, des études d'ostéopathie, discipline qui me paraissait plus en adéquation avec ma quête existentielle. Avec cette pratique, je rencontrais la vie subjective mais, cette fois-ci, à travers le corps d'autrui et non plus seulement à travers mon propre corps.

On doit aux fondateurs de l'ostéopathie, les docteurs Still¹ et Sutherland², la description d'un mouvement interne dans le corps, entrevu comme force de régulation organique autonome. Je me consacrais à mes débuts à l'étude des propriétés de ce mouvement interne car j'y trouvais un lien expérientiel avec ma propre pratique de l'intériorisation. Cette force interne, je l'explorais partout dans le corps de mes patients, mais plus spécifiquement dans les fascias³, tissu omniprésent dans le corps qui s'immisce et se faufile autour et à l'intérieur de toutes les structures anatomiques afin de réaliser l'unité fonctionnelle du corps. J'écrivais dans *La vie entre les mains* : « L'ostéopathie m'avait déjà préparé à sentir certaines manifestations tissulaires hors de portée de l'approche médicale classique. Les manipula-

tions en faisaient partie, mais j'avais surtout retenu la lecture manuelle des fascias. Mais je désirais aller plus loin encore et découvrir la réalité profonde du fascia et du rythme. [...] le fascia devint pour moi, plus qu'un tissu d'enveloppe, le support sur lequel se canalisait la puissance de vie pour se mettre au service du corps. J'appris peu à peu à déceler ses moindres grippages, ses moindres confidences, à pénétrer dans son intime qui devint le fil d'Ariane de mes traitements. » (Bois, 1989, p. 20).

Progressivement, je prenais conscience que les paramètres de l'animation interne que je percevais ne correspondaient pas à ceux décrits par l'ostéopathie. Plus j'avancais dans mes découvertes, plus je m'éloignais du modèle ostéopathique, c'est d'ailleurs ce que je relatais explicitement dans mon journal : « Les mouvances que je perçois ne sont pas en accord avec le modèle décrit en ostéopathie. Mes mains captent une animation d'une autre nature, plus lente et concernant non seulement la matière, mais aussi la personne dans sa totalité. » (Journal intime, 1980). Ce mouvement m'apparaissait beaucoup plus lent, plus profond et plus global que celui décrit par l'ostéopathie.

En revisitant mes écrits, je redécouvre le fil conducteur qui m'a orienté vers ce qui allait être le starter de l'élaboration du Sensible dans la mesure où le modèle du Sensible est né précisément de l'étude du rapport que le sujet établit avec le mouvement interne : « À force d'écouter le mouvement interne sous mes mains, j'ai fini par admettre qu'il est non seulement l'organe de la communication silencieuse du corps, mais qu'il est aussi le sens par lequel le corps de l'homme devient humain. » (Journal intime, 1980).

Je commençais alors à développer un nouveau concept thérapeutique et fondais la fasciathérapie.

Émergence de la fasciathérapie

Tout au long de sa vie, l'être humain est touché par les événements ; tout ce qu'il a regardé, entendu, perçu, ressenti, pensé, a installé en lui un état particulier, une coloration qui lui est propre. En 1980, avec la fasciathérapie, je faisais un premier pont avec la dimension biographique du corps : « Le fascia est véritablement le squelette psychique de l'individu, imprimant en lui tous les stress physiques ou émotionnels qu'il subit. Cela se traduit au niveau corporel par des crispations durables du fascia, créant des zones plus ou moins denses qui entravent sa mobilité. » (Bois,

1989, p. 85). Je découvrais un corps imprégné de tonalités endormies, prêtes à être réactivées au gré d'une relation d'aide manuelle adéquate. Lorsque ma main se posait sur un corps, elle contactait des zones immobiles, des parties devenues denses, des nœuds qui semblaient contenir une sensation gelée ; comme si le corps était constitué de strates, dont certaines apparaissent fossilisées, gélifiées, anesthésiées.

Avec l'ostéopathie, je soignais un organisme. Avec la fasciathérapie, je concernais la personne dans sa totalité somato-psychique. J'introduisais alors ce qui fit la spécificité de la fasciathérapie, le *toucher relationnel* ou le *point d'appui* consistant à réaliser un « contact » manuel qui déclenchait chez la personne un fort sentiment d'implication.

Je découvrais que le mouvement interne était davantage qu'un flux, qu'une circulation traduisant une vitalité, il exprimait quelque chose de plus profond, de plus essentiel... Je plongeais dans l'atmosphère de lenteur de ce mouvement qui se déroulait dans les tissus et que je décrivais ainsi en 1989 : « Le tissu s'enroule et se déroule à son gré, racontant ainsi l'histoire non révélée de la personne : le mouvement interne guide la main du thérapeute vers les 'nœuds' cachés dans les replis du corps. La main ne dirige pas le mouvement ; elle se contente d'accompagner scrupuleusement le voyage du fascia. Celui-ci connaît son malaise mieux que quiconque. » (Bois, 1989, p. 85).

Le toucher de relation soulageait la douleur physique et, en même temps, permettait à la personne de prendre conscience de la transformation de son état psychique. Durant la séance, son état de tension physique laissait place à un état de détente, et son état d'anxiété était remplacé par un état de calme... Ce phénomène attira mon attention. Je constatais que la fasciathérapie avait une influence simultanée, par le jeu d'une modulation psycho-tonique interne, sur les plans somatique et psychique. À l'évidence, les deux pôles s'influençaient réciproquement car, dès que le corps était touché de manière profonde, ce n'était pas seulement l'organisme qui était concerné, mais l'être vivant dans sa totalité.

Cependant, je prenais conscience que certains patients n'avaient pas accès à la tonalité de fond corporelle déclenchée par le toucher de relation. Ils semblaient être atteints d'une forme de cécité perceptive face à cette nature d'intériorité. J'étais fortement interpellé ! Comment une personne pouvait-elle ne pas percevoir les phénomènes internes à son corps alors qu'une personne étrangère y avait accès à travers le toucher relationnel ?

Devant ce constat, je réorientais mes ac-

tions thérapeutiques vers une pédagogie ciblée sur l'enrichissement perceptif. Je pensais, à ce moment, que si la personne prenait conscience de ses contenus de vécu corporels, l'impact du toucher sur la santé serait majoré. Un certain nombre de questions existentielles m'animaient : quel est le phénomène qui interdit à certaines personnes de rencontrer leur intériorité ? Quelles sont les situations qui éloignent la personne d'elle-même ? Comment créer les conditions pédagogiques qui permettraient à la personne de faire l'expérience d'elle-même dans son rapport au corps ? En amont de ce questionnement, j'avais la volonté de rechercher une pédagogie qui permettrait au plus grand nombre d'accéder à cette qualité d'intériorité à travers un langage gestuel.

Cette étape constitue un grand tournant dans l'évolution de la méthode. Jusqu'alors, le patient était passif sous les mains du praticien et confiait son langage intérieur dans la confidentialité tissulaire, un langage inaudible, mais aussi invisible à l'œil nu. Je me questionnais face à la dialectique visible / invisible. Quelle est la meilleure façon d'accompagner une personne à exprimer, dans le monde du visible, ce qu'elle rencontre dans son monde intérieur invisible ? En 1991, j'associais au toucher relationnel une pédagogie de l'action, sollicitant une prise de conscience de soi dans le geste selon un mode opératoire pédagogique progressif, allant du geste le plus simple au plus élaboré, du plus superficiel au plus profond, du plus objectif au plus subjectif.

Je proposais une gestuelle lente dans le but de reproduire dans le visible les caractéristiques du mouvement interne rencontrées dans le toucher relationnel. Là encore, la lecture de mon journal me donne de précieux repères à propos de la genèse de cette pédagogie: « Je fus très surpris de constater une similitude entre le mouvement interne et le mouvement gestuel. La coïncidence entre la vitesse lente du mouvement interne et celle du geste majeur convoque une résonance intérieure chez le sujet qui le vit et l'exprime. Dans le dedans du geste se joue un enjeu de présence particulière. » (Journal intime, 1988).

La fasciathérapie, associée à la pédagogie du geste, permettait d'instaurer un nouveau rapport au corps, au vécu et à la pensée, entraînant dans son sillage une transformation existentielle de la personne qui vivait en conscience le Sensible. C'est avec étonnement que la personne, au contact de l'expérience du Sensible, éprouvait des sensations fortes qui jusqu'alors lui étaient inconnues, et qui lui révélaient une qualité de présence à elle-même. Je constatais que cette relation au corps agissait sur l'identité de la personne.

Au fur et à mesure que j'avançais dans ma recherche, la dimension de la connaissance

par contraste prenait forme. Le développement d'une perception de soi plus profonde renvoyait curieusement la personne à une prise de conscience de son état antérieur corporel ou, plus précisément, à son attitude antérieure envers son corps. Dans ce contexte perceptif, le passé de la personne semblait se réactualiser dans le présent sous la forme de tonalités qui véhiculaient le souvenir enfoui d'un état, d'un rapport à un événement. Les tonalités endormies dans le corps étaient souvent en lien avec des traumatismes qui s'étaient figés sous la forme de zones immobiles, insensibles et inconscientes.

Au moment où cette immobilité se remettait en mouvement, et où l'insensibilité redevenait sensible, la personne traversait parfois un moment d'instabilité transitionnelle qui méritait d'être accompagné. En effet, le plus souvent, la personne qui découvrait la relation au mouvement interne se découvrait soudainement par contraste, comme ayant été jusque là, distante de sa vie et absente à elle-même. Elle prenait conscience qu'elle n'avait pas été attentive à sa vie et que cela avait entamé la qualité de présence à sa propre vie. Face à ces prises de conscience, la personne vivait des moments d'instabilité transitoire en s'apercevant de l'écart entre ce qu'elle découvrait dans l'actuel et les stratégies que cela révélait en elle. Il fallait l'aider à retrouver une cohérence face au bouleversement généré par ces prises de conscience.

Certes, je savais déclencher un processus de renouvellement dans le corps, mais je m'apercevais que je n'avais pas une grande expertise dans l'accompagnement d'une personne confrontée à une crise de croissance liée à son processus de transformation. Je prenais conscience également que cette thérapie de la profondeur concernait le corps biographique, ce qui donnait une explication à certaines crises de croissance vécues par des personnes en formation.

Émergence de la somatopsychopédagogie

Les formations que j'avais reçues en kinésithérapie, puis en ostéopathie, privilégiaient les pratiques corporelles à visée mécanique, mais ne m'avaient pas préparé à accompagner les crises de croissance du sujet en formation. Je décidais, à l'âge de 49 ans, de combler cette lacune en m'inscrivant dans un cursus universitaire de psychologie cognitive, puis de psychopédagogie curative et, enfin, des sciences de l'éducation⁴. Je constatais cependant, avec un certain désarroi, que mon cursus universitaire n'avait pas ou très peu abordé la question de la relation au corps

dans l'apprentissage.

Fort de mon expertise de la relation au corps, acquise dans la première partie de ma vie professionnelle, et de ma nouvelle expertise dans l'art d'accompagner une personne dans son processus de croissance, je créais en 2000, une nouvelle discipline qui alliait à la fois le domaine du corps et celui de l'apprentissage : la somato-psycho-pédagogie. Un an plus tard, j'ouvrais une post-graduation en somato-psycho-pédagogie à l'Université Moderne de Lisbonne, où j'accueillais une population d'adultes spécialisés dans le domaine du soin et de l'éducation. Seulement deux ans plus tard, je créais avec mes collègues, Marc Humpich, Didier Austry et Maria Leao, un mestrado en psycho-pédagogie perceptive dans cette même université. En effet, un tel mouvement d'émergence n'aurait été qu'une lueur éphémère d'intelligibilité s'il n'avait pas été saisi, travaillé, mis à l'épreuve, partagé avec d'autres.

Une (psycho) éducation

Je formulais avec la somato-psycho-pédagogie, une (psycho) éducation qui s'enracinait dans la chair, l'écoute, le toucher, et la mise en mouvement subtile du corps. Dans le contexte du Sensible, le corps n'était plus traité pour lui-même, mais devenait une médiation privilégiée pour aborder la globalité du patient, psyché comprise. Au delà de la dimension thérapeutique que j'avais déployée jusqu'alors, j'énonçais une phénoménologie du corps sensible, toute indiquée pour une formulation complète d'une approche pédagogique à médiation corporelle.

L'appellation somato-psycho-pédagogie s'imposait, même si le terme que j'avais choisi pouvait paraître vaste dans sa dimension pluridisciplinaire puisqu'il embrassait, dans un nouveau paradigme, trois dimensions corporelle, psychique et pédagogique. Pour justifier cette dénomination, je m'appuyais sur l'étymologie du terme *soma* qui emporte avec lui l'idée de l'unité entre le corps et l'esprit. La notion de *psycho* renvoie à l'activité perceptive et cognitive orientée vers la saisie des états mentaux et de conscience. Enfin, le terme de *pédagogie* désigne le fait que cette relation au corps et les significations qui s'en dégagent sont éducatives selon un mode opératoire particulier.

Avec la somato-psycho-pédagogie, se profilait une méthode d'apprentissage qui reliait la perception et la cognition, s'inscrivant dans une vision phénoménologique du corps : « Dorénavant, tout se joue dans le corps, sans doute, mais entre le corps propre, qui est le seul corps concret et réellement vécu et le corps machine qui est simplement représenté, que personne n'habite, la différence subsiste. » (Petit, 1994, p.19).

Une formation expérientielle

Dans le contexte de la somato-psycho-pédagogie les instruments pratiques qui étaient, dans la fasciathérapie, essentiellement orientés vers le soin, devenaient le prétexte à vivre l'expérience du Sensible à partir de laquelle le sujet questionnait son vécu corporel. Cette nature d'expérience, je la qualifiais d'extra-quotidienne (Bois, 2005, p.18), car elle sollicitait une mobilisation perceptive et cognitive inhabituelle pour la personne. Grâce à l'expérience extra-quotidienne, la personne était amenée à se recentrer sur elle-même, elle était encouragée à s'approcher de sa subjectivité corporelle et à observer ce qui apparaissait dans son champ perceptif.

La méthode, qui jusqu'alors s'était déployée sur le mode du toucher et du geste, s'enrichissait d'une vocation formative visant à créer une activité perceptive et cognitive capable de saisir et de traiter le sens contenu dans l'expérience sensible. Pour marquer cette nouvelle orientation pédagogique, j'introduisais le terme de relation d'aide, plus adapté pour traduire cette nature d'accompagnement à médiation corporelle. Le toucher manuel devint la relation d'aide manuelle et la pédagogie gestuelle prit le nom de relation d'aide gestuelle. Un nouvel art d'observation de l'expérience corporelle était désormais cultivé... La subtilité des informations qui apparaissaient dans le corps appelait à poser l'attention de façon intense et soutenue sur l'intériorité. Le contact avec le mouvement interne continuait à produire des changements intérieurs permanents, mais ce qui m'intéressait était cette fois-ci de comprendre comment les personnes accédaient aux significations véhiculées par cette relation au mouvement interne.

Je relevais trois obstacles à l'expérience du Sensible : la pauvreté perceptive qui empêchait et handicapait la réception de la subjectivité corporelle au cours de l'expérience vécue ; le caractère imperméable de la structure cognitive d'accueil, soit par volonté de préserver les idées en place, soit par refus ou peur de la nouveauté ; et le manque d'intérêt pour la connaissance nouvelle ou la croissance personnelle.

Indépendamment de la réflexion théorique importante que ce constat engageait, il m'invitait également à une réflexion d'ordre pédagogique dans la mesure où les obstacles, prégnants pour certains, nécessitaient d'être pris en charge de manière spécifique. C'est ainsi que j'ai commencé à mettre au point un cadre d'accompagnement complet englobant trois éléments : tout d'abord aider la personne en formation à reconnaître ce qui lui était donné à vivre pendant l'expérience, ce qu'elle observait, ce qu'elle éprouvait ; ensuite,

l'aider à donner une valeur intelligible à ce qu'elle vivait ; enfin, l'aider à opérer le retour réflexif post expérientiel, c'est-à-dire à envisager ce qu'elle allait en faire, à quoi cela allait l'amener à réfléchir, etc.

Une phénoménologie du corps sensible prenait corps... Les conditions d'expérience extra-quotidiennes permettaient à la personne de prendre le statut de sujet qui s'observe et qui saisit une nature de connaissance qui émerge d'une relation avec le corps. J'étais cependant face à une interrogation : quelle était l'articulation entre le monde du sentir et celui du penser ? La dimension du Sensible prenait, elle aussi, corps. Elle devenait le lieu d'émergence de l'articulation entre la perception et la pensée, au sens où l'expérience sensible dévoilait une signification qui pouvait être saisie en temps réel et intégrée ensuite aux schèmes d'accueil cognitifs existants, dans une éventuelle transformation de leurs contours.

Je décidais que toute action formatrice, engageant l'expérience corporelle dans le processus de transformation, commence par une éducation perceptive. J'introduisais dès lors, dans mon mode opératoire, une chronologie d'interventions qui débutait par un accordage somato-psychique manuel dont l'objectif était de restaurer une relation au corps, l'intégrant ainsi dans la conscience de la personne. Puis, dans un second temps, je proposais un accordage gestuel afin d'apprendre à la personne à construire un nouveau rapport au mouvement et à lui donner une valeur significative. Plus tard, comme nous le verrons, j'introduisais une dimension introspective sensible permettant au sujet d'inspecter, d'analyser ses états mentaux et de percevoir ses états internes dans toutes les situations pédagogiques.

Un champ théorique novateur : le psycho-tonus, la modifiabilité perceptivo-cognitive

A ce stade d'émergence, ma pratique était très en avance sur le champ conceptuel. En effet, si les programmes d'intervention pratique avaient acquis leur maturité, il restait à élaborer le champ théorique de cette nouvelle discipline. C'est en réalisant un retour réflexif sur les programmes d'intervention pratique que je théorisais une subjectivité corporelle sensible et instructive, bien différente de celle habituellement admise, à laquelle on reproche de ne pas être fiable. Cette subjectivité corporelle traduisait un véritable langage du corps en lien avec l'atmosphère psychique du sujet.

J'instaurais dès lors une méthode facilitant le dialogue entre corps et psychisme, entre pensée et ressenti, entre attention et action, afin de recréer une unité le plus souvent perdue. Pour

réaliser ce projet, j'utilisais le toucher manuel déjà en place mais, cette fois-ci, orienté vers l'architecture tonique de la personne. En effet, j'avais remarqué l'apparition d'une modulation tonique⁵ sous mes mains au point d'appui manuel.

Je compris assez vite que non seulement cette modulation tonique était le lieu d'unification du psychisme et du corps, mais qu'elle sollicitait chez la personne des ressources attentionnelles d'un autre ordre. La mobilisation attentionnelle convoquée par le psycho-tonus permettait à la personne de déployer une activité d'auto-observation sur une modalité sensible. Cette nature d'observation profonde ouvrait l'accès à une vie infra psychique inexplorée jusqu'alors par la personne. Elle apprenait ainsi à écouter son corps et sa pensée à travers ses modifications toniques. J'appelais cette reconstruction identitaire psychotonique « *accordage somato-psychique* ». L'accordage somato-psychique devenait donc l'action pédagogique par laquelle le praticien rétablissait un dialogue entre le psychisme et le corps. Dès lors, je ne traitais plus le corps sans solliciter l'esprit, ni l'esprit sans solliciter le corps.

Je menais, contemporanément à la modélisation du psycho-tonus et ses impacts sur l'unité corps /esprit, une réflexion sur le processus de l'activité cognitive mise à l'œuvre dans la relation au corps sensible. Cette réflexion aboutit à la conceptualisation du modèle de la *modifiabilité perceptivo-cognitive* (Bois, 2005) qui répondait à la fois à une préoccupation théorique et pédagogique. Je plaçais volontairement le mot perception avant celui de cognition pour souligner l'importance d'enrichir les représentations perceptives et motrices avant de renouveler le champ représentationnel conceptuel. En effet, toutes mes interventions pédagogiques convoquaient une perception paroxystique de nature corporelle invitant la personne à saisir la subjectivité corporelle au cœur de l'acte perceptif. En faisant appel aux expériences subjectives qui émergeaient de la corporeité, la personne était vivement sollicitée dans son activité cognitive. Je remarquais également, que l'enrichissement perceptif, systématiquement proposé comme première intention formatrice, influençait la configuration cognitive de la personne et, par suite, ses représentations conceptuelles. Je sortais ici de l'idée selon laquelle la mobilisation cognitive procède uniquement d'une sollicitation active et volontaire de l'intellect. Au final, c'est l'intégralité de la trajectoire du sujet dans sa transformation qui était reformulée à travers le modèle de la modifiabilité perceptivo-cognitive.

La mobilisation introspective sensible

Je choisissais, pour définir la nature de la mobilisation introspective qui traversait toutes les actions pédagogiques sur le mode du Sensible, le

terme « introspection sensible ». Cette méthode s'inscrivait dans le prolongement de certaines méthodes introspectives déjà existantes. En leur temps, Maine de Biran (Bégout, 1995) invitait à « s'apercevoir et se sentir », Titchener proposait de « poser son attention sur les sensations », W. James (1924) parlait de « scruter ses états intérieurs », tandis que A. de la Garanderie (1989) soulevait l'importance de « comprendre les gestes mentaux ». L'introspection sensible invitait à une analyse introspective très active de l'intériorité du corps, constituant un nouvel instrument pratique venant s'ajouter à la relation d'aide manuelle et à la relation d'aide gestuelle.

Pour développer une méthodologie qui vise à questionner les contenus de vécus corporels, je m'appuyais sur une analyse de la pratique introspective que je m'appliquais depuis quinze ans. En me sondant moi-même dans ma manière de faire, je relevais quatre étapes chronologiques importantes dans mon processus d'introspection. La première concernait l'exploration du sens auditif. J'écoutais et pénétrais le silence afin de soigner la présence à moi-même. La seconde sollicitait le sens visuel. À travers les yeux clos, je repérais la présence d'une atmosphère colorée qui habitait mon champ perceptif. Puis je remarquais que cette atmosphère colorée était animée d'un mouvement subjectif lent et multidirectionnel. La troisième étape concernait les tonalités internes convoquées par les étapes précédentes. J'orientais alors mon attention vers les effets que produisait cette atmosphère colorée et cinétique dans la profondeur de ma chair, et j'apercevais des tonalités qui me rendaient sensible à moi-même. Enfin, dans la quatrième étape, j'accédais à un état de veille de conscience qui me donnait accès à des *donations immédiates de sens* sous la forme d'une pensée non réfléchie, source d'une *mise en sens* qui se construit alors seulement sur le mode de la réflexion.

Grâce à la mobilisation introspective sensible, les personnes accédaient sur le *mode du sentir* aux catégories du sensible qui se donnaient à la conscience du sujet, sous la forme d'un mouvement interne, d'une chaleur, de tonalités internes renvoyant à un sentiment de profondeur, de globalité et d'existence. Mais l'introspection sensible ne développait pas seulement le mode du sentir, elle sollicitait également un déploiement du *mode du penser*. J'assistais là aux prémices d'une mobilisation perceptive et cognitive qui allait par la suite ouvrir l'accès à la *donation immédiate de sens* en lien avec le vécu corporel.

La personne est ainsi placée en situation de mettre son vécu à l'épreuve de sa réflexion : le questionnement descriptif du vécu : « qu'est-ce que j'ai réellement ressenti ? » devenait un questionnement réflexif : « qu'ai-je appris de ce que j'ai

ressenti ? » Dans ce cas de figure, la personne ne se contentait pas de ressentir, elle percevait l'impact de sa perception sur sa manière de réfléchir. Ainsi, mobiliser une activité réflexive à travers l'enrichissement des potentialités perceptives mettait en mouvement la matière, la conscience, les représentations et la réflexion, ce qui conférait à l'expérience une valeur évidente d'apprentissage.

En analysant les catégories du Sensible, j'avais le sentiment de m'engager dans les instances les plus personnelles et les plus intimes de l'être humain. Je mettais l'accent sur la qualité du rapport singulier que l'homme entretient avec sa vie, et dégageais plusieurs tonalités de perception de soi dans la relation au Sensible selon une palette de manières d'être en fonction de chaque niveau de pénétration du Sensible. C'est ainsi que j'assistais à l'émergence du modèle de la spirale processuelle du rapport au Sensible⁶ qui se donne au sujet selon la chronologie suivante : de la chaleur naît un état de profondeur, de la profondeur émerge un état de globalité, de la globalité éclot un état de présence à soi, et depuis la présence à soi se manifeste le sentiment d'existence.

Création d'un espace de parole du Sensible

- *Relation d'aide verbale en face à face*

Le plus souvent les personnes constataient, avec un certain effroi, la pauvreté de leurs témoignages en regard de la richesse des vécus. Dans ce contexte de difficultés, je prenais conscience de la nécessité de créer un *espace de parole* qui permettrait aux personnes de trouver un lieu d'expression de soi. Dans les années 2002, j'enrichissais les modèles pratiques de la somatopsychopédagogie d'une nouvelle posture pédagogique, la directivité informative. Ce terme désignait la forme de guidage verbal qui me permettait de mettre activement en circulation des informations qui n'étaient pas spontanément disponibles à la réflexion de la personne.

Je me lançais un défi, car la parole dont il s'agissait ici se devait d'être en lien avec le Sensible et ses enjeux spécifiques. Ma préoccupation majeure était en effet de faire en sorte que le passage du langage silencieux corporel tissulaire à la parole verbale ne soit pas l'occasion d'une déperdition dans la nature et la qualité des informations précieuses vécues dans la relation vivante au corps sensible. Je m'interrogeais : comment laisser vivre une parole authentique, ancrée, incarnée dans la chair, une parole qui ne laisserait aucun espace entre ce qui est perçu dans le corps et ce qui est dit et qui, finalement, exprimerait le contenu de l'état d'être jusque-là silencieux ? Une

parole qui, pour reprendre les mots de F. Roustang (2003), ne ferait rien d'autre qu'« exprimer la pensée inscrite dans le sensoriel [...], c'est-à-dire la pensée du sensible humain. ». Selon le propos de ce psychanalyste, la notion de « parole sensorielle » implique de « tourner » la pensée vers le corps, de remettre sans cesse la pensée dans le corps. Mon questionnement s'orientait différemment : je cherchais plutôt une parole qui résulterait du ressenti du corps et qui naîtrait directement de la pensée propre du corps et non pas d'une pensée née dans le cerveau pour ensuite s'adresser au corps. Je parle d'un corps qui délivrerait sa propre pensée, une subjectivité corporeisée qui se glisserait dans la parole.

Pour aborder cette question de fond, je devais trouver une méthodologie qui fasse le lien entre le ressenti et la parole. Mon choix se porta tout d'abord sur le témoignage descriptif du vécu comme acte de langage. Je posais aux personnes une série de questions durant le déroulement de la séance manuelle : « La pression manuelle exercée correspond-elle à celle que vous souhaitez ? » ; « Cette pression est-elle trop forte ou pas assez ? » ; « La souhaitez-vous dans un autre endroit ? » ; « Percevez-vous le mouvement interne dans vos tissus ? »... Cette attitude pédagogique obligeait la personne à poser son attention de façon active sur les manifestations internes de son corps, accédant à des informations qui, jusqu'alors, échappaient à sa perception.

Je dégageais un second niveau pédagogique lorsque je demandais aux personnes d'expliquer leur ressenti mais, cette fois-ci, après l'accordage somato-psychique. Pour certaines personnes, cette explication différée était pauvre comparée à celle vécue en temps réel. Ce phénomène s'expliquait par le fait que la « chose vécue » était le plus souvent inédite et jaillissait de l'immédiateté : la personne avait bien perçu les informations émanant de son corps, mais elle ne les avait pas mémorisées ou bien elle ne leur avait pas donné une valeur significative. La remémoration d'un tel vécu subjectif interpelle en effet la personne dans un registre de mémoire ou dans un champ d'éprouvé inhabituel pour elle.

J'instaurais par la suite un troisième niveau pédagogique en demandant, toujours après l'accordage somato-psychique, de relater non plus le ressenti mais les pensées qui étaient remontrées spontanément à la conscience durant la séance. Les personnes saisissaient des pensées qu'elles n'avaient pas élaborées elles-mêmes, qui jaillissaient de leur corps, presque à leur insu. Des pensées de toute nature n'avaient parfois rien à voir avec leurs préoccupations du moment, une forme d'évasion d'elles-mêmes qui émergeait d'un lieu de confiance. Certaines pensées véhiculaient un sens nouveau pour leur vie, leur offraient

des solutions, des intuitions, voire des inspirations profondes. D'autres semblaient venir du tréfonds de leur mémoire, ranimant des situations qu'elles avaient fini par oublier avec le temps et qui pourtant, dans cet instant, revêtaient un sens particulier. S'engageait alors une relation d'aide verbale autour de ces pensées jaillissantes, d'un autre temps, d'un autre goût, et qui n'auraient probablement jamais vu le jour dans d'autres conditions.

La notion de corps biographique évoluait encore. Dans la verbalisation proprement dite, ce n'est plus le présent de l'accordage somato-psychique manuel et gestuel qui était revisité, mais l'itinéraire biographique de la personne ; cette histoire était évoquée au travers d'une parole corporelle, dans une visée claire de *quête de sens*, aux trois sens du terme : retrouver une nouvelle orientation dans sa vie, recontacter l'éprouvé corporel lié à l'expérience de vie, et extraire une signification claire et/ou nouvelle de cette expérience.

- *Relation d'aide verbale en groupe*

La somato-psychopédagogie s'est enrichie dernièrement d'un nouveau mode opératoire en créant une *espace de parole groupal*. En effet, dans le contexte du Sensible, la « pratique de soi » convoque le sujet à soigner son rapport au corps sensible afin d'apprendre de lui. Mais, si la rencontre avec le Sensible favorise une nature de « cheminement vers soi », pour reprendre l'expression de Marie-Christine Josso, je prenais conscience qu'il fallait aussi orienter la personne dans son « cheminement vers les autres ». Je ne développerai pas ici le mode opératoire de la dynamique verbale mais je souhaite, pour parachever mon itinéraire biographique, mettre l'accent sur les spécificités et les conditions particulières à l'espace de parole groupal proposé par la somato-psychopédagogie.

En effet, la population qui constitue le groupe doit au préalable avoir réalisé un parcours au sein d'une relation formatrice duale. Ainsi, chaque participant doit avoir parcouru toutes les étapes de découverte du Sensible (manuelle, gestuelle, introspective) et posséder un bagage de sensations, ainsi qu'une habileté à questionner son expérience sensible avant d'intégrer une dynamique de groupe.

Ensuite, avant d'inviter les personnes à prendre la parole, il convient de réaliser un accordage somato-psychique qui peut prendre la forme d'une introspection sensible ou d'un accordage gestuel. Cette pratique favorise une qualité d'intériorisation et une atmosphère de réciprocité qui unifie le groupe et participe à la qualité des échanges. La rencontre avec le Sensible mobilise une activité intellectuelle performante propice à

réceptionner les contenus de vécu, et à les livrer de manière pertinente avec authenticité et spontanéité.

Enfin, avant de délivrer sa parole biographique, le sujet est invité immédiatement après l'accordage à décrire les contenus de son expérience spécifiée. Ce témoignage sert ensuite de matériau de base aux échanges. La subjectivité corporelle ainsi décrite donne lieu à un déploiement de sens en lien avec le contexte de vie de la personne ou en lien avec sa biographie.

Conclusion

Je suis maintenant en mesure de revenir, à titre de conclusion, aux grands tournants biographiques de mon itinéraire de création de la fasciathérapie vers la somato-psychopédagogie. Quand mon amie Marie-Christine Josso me proposa, à l'occasion de la parution de cet ouvrage, que je trace mon itinéraire biographique, je ne savais pas combien cet exercice serait impliquant. Les souvenirs étaient là, tapis dans la mémoire de mon corps, nourrissant une subjectivité foisonnante qui emportait avec elle, au gré des moments, des souvenirs jaillissant par eux-mêmes de l'anonymat. J'ai constamment eu l'étrange sensation de n'avoir fait aucun effort qui aurait demandé la participation d'un retour réflexif sur un passé obscur et confus. Pourtant, c'est bien des fragments de vie passée qui sont remontés à la surface et sont venus éclairer des moments de mon passé que j'avais probablement enjambés trop rapidement.

Dans ce contexte d'étrangeté, où le passé côtoyait le présent et le présent flirtait avec le passé tout en restant fidèlement actuel dans ma vie d'aujourd'hui, ma première opération – et je la ressentais comme une urgence – a été de reconstituer la temporalité objective de mon itinéraire de découverte. J'ai depuis toujours, d'aussi loin que je m'en souviens, une prédisposition à oublier les dates de mon existence. Comment retrouver les dates de mon itinéraire ? Je m'appuyais fermement sur les traces que j'avais laissées au fil de mes productions d'écriture. J'appris ainsi que c'est en 1966, à l'âge de dix-sept ans, que je vivais un des moments fondateurs de ma vie. Je décidais de coller à ce destin qui m'invitait à questionner le sens de la vie et c'est ainsi, qu'en 1973, je me formais au métier de kinésithérapeute, puis en 1975, je commençais des études d'ostéopathie. Je situe ensuite l'émergence de la fasciathérapie dans les années 1980, si je m'en réfère à mon premier livre. Onze ans plus tard, en 1991, émergeait la pédagogie gestuelle qui oc-

cupa tout mon esprit jusqu'en 2000, date à laquelle je situe l'émergence de la somato-psychopédagogie.

Ces dates, resituées dans mon itinéraire, représentent une conquête du souvenir sur l'oubli. Vint alors le moment, dans mon écriture, de questionner ma temporalité subjective. Je laissais venir à ma conscience des vécus, des sensations, des tonalités, des odeurs qui me faisaient voyager dans des instants de ma vie que j'avais mis de côté et que je redécouvrais tout en ayant le sentiment de ne jamais les avoir oubliés. Je gardais intacte, je m'en apercevais, la mémoire de ma temporalité subjective. Il me fallait simplement la convoquer dans un point de suspension de ma pensée. Alors, les fragments de ma vie s'actualisaient au grand jour. Quand je réfléchissais trop, ma plume portait le poids d'une charge cognitive qui la stoppait dans son élan. Je me suis donc ainsi frotté à ma temporalité et, curieusement, j'ai vécu au fil de l'écriture de ma vie reconstituée, le même sentiment de liberté que la plume soumise au vent. J'ai allégé cette charge cognitive qui me pesait au début et qui, au fil du déploiement de ma propre histoire, m'a donné le sentiment de retrouver une vue plus éclairante sur la cohérence de mon itinéraire de création.

Qu'ai-je donc vu pendant ce temps d'écriture ? D'abord, que j'étais, sans le savoir et de tout temps, un praticien réflexif qui questionnait sa pratique professionnelle, mais aussi sa pratique de soi dans l'existence. Cette posture, je le constatais, a traversé tout mon itinéraire de découverte. Ensuite, que l'humain dans l'homme était une idée qui me possédait depuis le tout début de la fasciathérapie : derrière une thérapie, il y a un thérapeute et derrière un thérapeute il y a l'homme. Je respectais donc, dans mon écriture, cet engagement que je découvrais et décidais de placer mon analyse sous l'égide de la relation interactive avec les acteurs qui ont accompagné ma vie, parfois même de manière éphémère, juste le temps d'un soin ou d'une intervention pédagogique. La narration que j'entreprenais me fit comprendre combien la nature interactive humaine incarnée eut une réelle incidence sur le processus d'émergence des disciplines qui constituent aujourd'hui la méthode. Sans les enjeux interactifs avec les patients et les apprenants, que je côtoyais successivement en tant que praticien clinique ou formateur, jamais je n'aurais transcendé les limites que je rencontrais tout au long de mon itinéraire de création.

Il m'a fallu dépasser de nombreuses utopies, celle qui transportait l'idée que le retour à la proximité au corps suffirait à retrouver un état de santé, celle qui me faisait croire que la rencontre avec le mouvement interne allait avoir raison des problématiques psychiques des personnes, ou

encore celle qui me faisait croire que prendre conscience des contenus de vécu suffirait à changer les comportements. Je sais aujourd'hui, en les revisitant, que ces utopies ont été mon moteur d'action qui me mobilisa pour tenter de répondre à l'exigence de la réalité qui se donnait. Il me fallait réguler constamment en renonçant à chacune d'elle, puis il me fallait aller puiser dans mes ressources perceptives et cognitives pour offrir des solutions aux problématiques que je rencontrais dans le déroulement de mon parcours. J'ai rencontré ainsi six situations pédagogiques formatrices majeures qui ont guidé le processus d'émergence de la somato-psychopédagogie.

La première situation pédagogique formatrice remonte à la période de la fasciathérapie où je prenais conscience de la cécité perceptive dont certaines personnes étaient atteintes et qui faisait obstacle à la découverte du mouvement interne dans leur corps.

La seconde concerne la question de la passivité de la personne dans un processus de soin. Avec la fasciathérapie, la personne était prise en charge et ne participait pas de manière active au déploiement de sa conscience. Je proposais donc une pédagogie du geste pour solliciter l'implication de la personne dans son processus de soin.

La troisième, et c'est sûrement la situation qui orienta définitivement la fasciathérapie vers la somato-psychopédagogie, est la sollicitation du corps biographique de la personne mise au contact du toucher relationnel. En redonnant de la mobilité aux fragments de vie fixés dans des zones sombres du corps de la personne, certaines personnes étaient confrontées à une crise de croissance. Toucher un organisme était une chose, mais toucher la personne sur la modalité psychotonique la concernait dans son corps biographique. Ce qui provoquait parfois chez elle un bouleversement existentiel qu'il fallait apprendre à accompagner. J'en prenais la mesure et décidais de me former à l'accompagnement de la personne en croissance.

La quatrième situation concerne la saisie du sens. Certaines personnes avaient accès à leurs sensations corporelles, sans toutefois parvenir à saisir le sens véhiculé par leur expérience du Sensible corporel. J'introduisais alors dans ma pratique l'introspection sensible.

La cinquième situation concerne la difficulté rencontrée par les personnes à verbaliser leur expérience. Je décidais donc d'introduire une relation d'aide verbale duale entre le praticien et le patient, comme lieu d'expression des contenus de vécu et de production de connaissance.

Enfin, la dernière situation pédagogique formatrice intéresse l'aspect de l'autoformation dans l'interactivité sur le mode du Sensible. L'analyse des témoignages des personnes mises au contact du Sensible révélait une certaine tendance des personnes à exploiter la relation au corps sensible dans une visée essentiellement égotique. Le « cheminement vers soi » devait être enrichi d'un « cheminement vers les autres ». Pour réguler cette problématique, je proposais un espace de parole groupal afin que les personnes apprennent à écouter autrui et à apprendre d'autrui.

Toute l'analyse qui précède m'a conduit à relever le projet fondateur de mon engagement : « Est-il possible d'accompagner une personne à instaurer une plus grande proximité avec elle-même ? » Bien entendu, une telle interrogation n'a de sens que sur le fond d'une transformation radicale du sens de la présence à soi incarnée dans son propre corps. Ainsi, il m'a fallu caractériser les données du Sensible telles qu'elles me sont apparues dans mon processus de création. Cette caractérisation renvoie, à titre d'effet, à une réalité intérieure qui rompt avec l'idée que ce terme emporte traditionnellement : habituellement, la perception sensible véhicule essentiellement l'idée d'une relation au monde à travers les sens extéroceptifs tandis que le Sensible renvoie ici à une relation profonde et vivante de « soi à soi » comme point de départ à une reconnaissance de sa présence à la vie.

C'est précisément sur le mode de la relation à soi par le biais de la médiation du corps que l'expérience prend le statut de sensible, devenant du même coup lieu d'un apprentissage expérientiel extra-quotidien. Le problème de sens de l'expérience du Sensible a été au centre de mon interrogation puisque la mise à jour du *sentir* comme véritable expérience ne vaut pas seulement comme mode de relation du sujet au monde, mais comme mode de relation du sujet avec lui-même. Pour ce faire, la mise à jour du *sentir* sur le mode du Sensible exige, de la part du sujet, une mobilisation perceptive et conscientielle convoquée par une qualité de toucher relationnel manuel, une pédagogie orientée vers le geste habité et une mobilisation introspective questionnant les contenus de vécu.

Dès lors que les contenus de vécu ne sont pas appréhendés au cœur de l'expérience extra-quotidienne, ils sont réduits à un ensemble de contenus discrets, constituant en quelque sorte un matériau inerte pour la conscience. L'expérience du Sensible, au contraire, emporte avec elle des contenus de vécu singuliers, signifiants et motivants pour la personne qui en est la cause.

J'ai abordé le modèle de la modifiabilité perceptivo-cognitive précisément pour permettre

d'appréhender les modes opératoires perceptif et cognitif mis à l'oeuvre dans la conquête du Sensible signifiant. En effet, selon ce modèle, le Sensible se donne d'abord sous la forme du *sentir* par le déploiement d'une activité perceptive paroxystique, puis sous la forme du *penser* par une mobilisation introspective agissante sur le champ représentationnel du sujet.

Le processus d'émergence de la fasciathérapie et de la somato-psychopédagogie m'orientent aujourd'hui vers la création du paradigme du Sensible qui questionne le mode du *sentir* et celui du *penser*.

Concernant le mode du *sentir*, le Sensible se donne sous la forme d'une subjectivité corporelle mouvante, interne, incarnée dans la chair, et conscientisé par le sujet dans l'immédiation de l'expérience. Elle est douée de valeur objective puisqu'elle exprime la manière dont le corps réagit à un mode de relation de soi à soi, mais aussi la manière dont la pensée se donne au contact du corps sensible. La nature de cette subjectivité avait une telle valeur objective à mes yeux qu'elle a été le centre de ma recherche doctorale, donnant lieu à une production de connaissance sous la forme d'une modélisation de la « spirale processuelle de la relation au corps sensible », justement conçue pour appréhender la chronologie d'apparition des catégories de vécu du Sensible (mouvement interne, chaleur, profondeur, globalité, manière d'être à soi, et manière d'être aux autres). Ces catégories du Sensible révèlent les parties constitutives du « sentiment d'existence », propre à l'expérience du Sensible. Elles participent de la sorte à une auto-affection : le sentir, c'est toujours se sentir.

J'ai souhaité également déployer le mode du *penser* qui se donne dans l'expérience du Sensible. On retrouve là aussi une dimension subjective liée à une mobilisation introspective en adéquation avec les objets du Sensible ciblés par le sujet. Cette subjectivité corporelle, cette fois-ci, ne se cantonne pas seulement au monde de la sensation vécue et perçue, mais s'ouvre à une « activité pensante non réfléchie » selon une dynamique d'émergence qui n'emprunte pas les voies réflexives habituelles. Cette nature de pensée qui n'a pas été préalablement réfléchie par le sujet donne lieu à une *donation de sens* non référencée dans la structure d'accueil préalable du sujet. Cette *donation de sens* présente les caractéristiques suivantes : elle est immédiate, interne, immanente, non réfléchie et véhicule des contenus de sens intelligibles pour celui qui les saisit au cœur de l'expérience corporelle. La pratique de cette connaissance nous donne accès à une « forme de

pensée ressentie », ou à une « forme de ressenti pensé ».

Cet entrelacement des genres constitue un défi à la dialectique du sentir/penser puisque la sensation transporte avec elle les prémices d'une pensée signifiante. On assiste là, à un nouveau cogito, le « cogito du Sensible » qui emporte l'idée que le *sentir*, en tant que mouvance incarnée, et le *penser* en tant que connaissance immanente conjuguent leurs singularités pour donner lieu à une connaissance engendrée au sein de rapports. La *donation de sens* est prise ensuite en relais par le sujet quand celui-ci déploie une activité réflexive à propos du sens qui s'est donné spontanément à sa conscience. Cette opération cognitive donne lieu à une *mise en sens* construite par le sujet dans le retour réflexif sur l'expérience passée ou *dans la dynamique de la temporalité qui advient...*

Notes de bas de page

1. Le docteur américain Andrew T. Still (1828-1917) est le fondateur de l'ostéopathie. Il crée en 1892 l'*American School of Osteopathy*.
2. W.G. Sutherland (1873-1954), élève de Still, fonde en 1895 la *cranio-sacral therapy*, ou l'ostéopathie crânio-sacrée.
3. Le mot latin « fascia » signifie bande, bandelette. En termes médicaux, il recouvre l'ensemble des tissus conjonctifs arrangés en nappe : aponévroses (enveloppes des muscles), membrane dure-mérienne (enveloppes du cerveau et de la moelle épinière), péritoine (enveloppe des viscères), plèvre (enveloppe des poumons), etc. Le fascia est omniprésent dans le corps, étendu sans discontinuité de la tête aux pieds et de la profondeur à la périphérie.
4. Ce parcours universitaire se finalisa neuf ans plus tard par une thèse de doctorat en Sciences de l'éducation présentée à l'Université de Séville et dont le thème était en lien avec l'accompagnement du processus de transformation de l'adulte au contact du Sensible : Bois, D. (2007). *Le corps sensible et la transformation des représentations de l'adulte*. Thèse de Doctorat en didactique et organisation des institutions éducatives. Séville : Université de Séville.
5. Le praticien perçoit, sous sa main, une modulation psycho-tonique qui se manifeste d'abord par un *délai d'apparition* de la *tension tonique* suite à un toucher relationnel adéquat. Progressivement, il assiste en direct à une diffusion de cette

tension dans l'étendue du corps (*contagion tonique*). Puis il perçoit l'*implication* de la personne à travers l'*intensité* de la réponse tonique qui atteint un *seuil maximum* traduisant la confrontation entre la force de renouvellement du corps et la force de préservation (moment intense de confrontation perceptivo-cognitive : constructivisme immanent). Enfin, la main perçoit un *relâchement tonique* donnant lieu à un mouvement interne de résolution de la résistance tissulaire et cognitive.

6. Voir dans cette même revue l'article de Humpich, M. & Lefloch-Humpich, G. ; et la thèse de Bois, D. (2007).

Bibliographie

- Bégout, B. (1995). *Maine de Biran : la vie intérieure*. Paris : Payot.
- Bois, D. (1989). *La vie entre les mains*. Paris : Guy Trédaniel.
- Bois, D. (1990). *Une thérapie manuelle de la profondeur*. Paris : Guy Trédaniel.
- Bois, D. (2005). *Corps sensible et transformation des représentations : propositions pour un modèle perceptivo-cognitif de la formation*. Tesina en didactique et organisation des institutions éducatives. Séville : Université de Séville.
- Bois, D. (2007). *Le corps sensible et la transformation des représentations chez l'adulte*. Thèse de doctorat didactique et organisation des institutions éducatives, Université de Séville.
- De La Garanderie (1989). *Défense et illustration, de l'introspection au service de la gestion mentale*. Centurion.
- James, W. (1924). *Précis de psychologie*. Paris : Marcel Rivière.
- Josso, M.-C. (1991). *Cheminer vers soi*. Lausanne : L'âge d'homme.
- Jourde, P. (2002). *La littérature sans estomac*. Paris : L'esprit des péninsules.
- Petit, J.-L. (1994). *Neurosciences et philosophie de l'action*. Paris : Vrin.
- Rilke, R.M. (1997). *Lettre à un jeune poète*. Turin : Mille et une nuits.
- Roustant, F. (2003). *Il suffit d'un geste*. Paris : Odile Jacob.

Réciprocités

No 2 Mai 2008

Processus d'émergence

Revue du Centre d'Étude et de
Recherche Appliquée en Psycho-
pédagogie Perceptive (CERAP) de
l'Université Moderne de Lisbonne

Pour plus d'informations: www.cerap.org

Revue publiée par les Éditions Point d'Appui
sous l'égide du CERAP.

