

Journée ARTEA 2023 : « Corps en relaxation, corps en mouvement

« Le corps de la relaxation est le corps de la mobilité retrouvée »

Stéphane Fourier

Argument : L'expérience corporelle proposée avec la relaxation thérapeutique Bergès n'est pas celle d'un corps immobile, fixé ou évanescent. Les concepts développés par Hubert Godard, danseur, clinicien et chercheur, nous aident à mieux comprendre la fonction imageante de la relaxation qui fait du corps le lieu d'une activité fantasmatique au lieu d'être figé dans l'imaginaire. Comme le dit Hubert Godard, « remettre en route l'imaginaire, c'est remettre de l'altérité en soi », ou encore : « danser, c'est débrayer les images ».

Pour parler du mouvement, quoi de mieux qu'un danseur ? Hubert Godard a énormément travaillé sur le mouvement, comme danseur, clinicien et chercheur. Il a été professeur au Rolph Institute aux USA, chercheur depuis 1985 à l'Institut National de la Recherche sur le Cancer à Milan dans le domaine de la réhabilitation post-opératoire, co-directeur depuis 1996 du centre Metis -International Center for research and therapy – à Milan, maître de conférences jusqu'en fin 2012 au Département Danse de l'Université de Paris VIII, enseignant au Centre National de danse à Paris, créateur de la formation des formateurs en « Analyse du mouvement dansé ».

Parmi les textes et vidéo facilement disponibles sur internet, il y a entre autres :

- « Le geste manquant », entretien par Daniel Dobbels et Claude Rabant, in IO, Revue Internationale de Psychanalyse, n°5, Erès 1994, pp 63-75.
- « Des trous noirs, un entretien avec Hubert Godard », par Patricia Kuypers, in Nouvelles de danse n°53, Contredanse, Bruxelles, 2006, pp 56-75.
- « Entretien avec Hubert Godard », par Pierre-Christophe Cathelineau, La revue lacanienne, Erès, 2021, pp 131-138.
- « Fond/figure », entretien en six parties, filmé et réalisé par Mathieu Bouvier et Loïc Touzé le 7 novembre 2013, où Hubert Godard est interrogé sur les structures fondatrices du mouvement et sur l'articulation du fond et de la figure, où s'exprime le sens du geste.
- Et d'autres textes sur contredanse.org.

Tout son travail sur le corps et le geste est passionnant, mais nous nous concentrerons sur ce qui peut faire lien avec la pratique de la relaxation dont Bergès disait « que l'un des aspects essentiels de sa signification résidait dans ses rapports avec ce que l'on peut appeler la fonction imageante ». J'avais moi-même écrit un texte pour la journée de 2014 : « Faut-il lâcher l'image ? », où je soutenais que l'abord transitive de la relaxation se rapprochait de celui de la mère capable de faire des hypothèses, c'est-à-dire, disait Bergès, de dépasser l'imaginaire, en introduisant la parole qui est ce qui manque à l'imaginaire pur. Ce dépassement en jeu dans la relaxation est ce qui redonne son potentiel fantasmatique au corps, en le désagrippant du corps de la mère.

Hubert Godard décrit ce qui sous-tend le geste pour que celui-ci soit libre et créateur, créateur d'espace comme potentiel d'action et créateur de nouveaux rapports à soi et au monde. Il montre en particulier comment il ne s'agit pas pour le corps de se séparer pour exister, mais de s'articuler en lui-même selon quatre opérations fondatrices qui vont lui permettre de mettre de l'autre en soi, lui permettre de se dédoubler, jusqu'à accueillir dans son propre mouvement le flux du monde, puis

d'articuler les perceptions et la motricité pour qu'une exploration sensori-motrice soit possible. Ce qui vient empêcher ces séparations fondatrices sont des peurs, peur du démembrement, peur de tomber, peurs fixées dans des images figées selon l'histoire du sujet et ses traumatismes.

L'apport d'Hubert Godard se révèle très précieux quand il parle des demeures nomades, de cette plasticité du mode d'habitation du corps pour qu'un geste soit du don, c'est-à-dire lâcher sans se perdre. Cette notion ainsi décrite me parle énormément en clinique, et pas seulement à propos du geste. Il suffit de se demander comment les patients continuent de s'habiter dans leurs rapports à autrui par exemple pour tout de suite essayer d'imaginer ce qu'ils ont pu vivre dans leur corps en tant qu'enfants au milieu de la scène familiale.

L'importance qu'Hubert Godard donne aussi à ce qu'il nomme le pré-mouvement n'est pas sans rappeler ce que Bergès appelait le projet moteur, en rapport avec la fonction tonique, l'imaginaire et le toucher. Ce que je trouve là très intéressant est cette affirmation d'Hubert Godard : « la toile de fond du geste est inconsciente.... Quand quelqu'un danse, je vibre à son pré-mouvement et non pas à la figure de son geste ». Cela se vérifie dans ce qui produit une émotion esthétique, comment par exemple le vibrato musical s'empare des corps. On peut penser aussi à ce qui fait vibrer l'enfant à l'écoute de la voix de sa mère et comment cet éprouvé nourrit l'anticipation corporelle de l'enfant. De même, c'est passionnant quand Hubert Godard montre avec le concours de Loïc Touzé dans une vidéo de Mathieu Bouvier, comment l'invitation au pré-mouvement opère par contagion, contagion grâce à quoi on voit que ce n'est pas l'image ni un soi-disant désir mimétique qui agit, que ce n'est pas non plus la parole ou le langage, mais le projet moteur, le dédoublement lui-même qui se transmet inconsciemment. C'est très intéressant pour revisiter cette notion si embarrassante de dialogue tonique. On voit là que ce n'est pas le dialogue qui est important mais la mobilité anticipatrice de chacun, l'altérité acceptée en soi, ce qui permet les déplacements, la remise en route de l'imaginaire et de la fonction tonique, et ce qui permet que le toucher transmette quelque chose de la division de chacun entre être soi et don de soi. Je rappelle à ce propos l'intervention très intéressante qu'a faite l'an dernier Marie Vaidis. On peut aussi rapprocher cela de ce que Lacan disait : « La présence de l'analyste est elle-même une manifestation de l'inconscient ». On peut supposer que l'analyste en question a opéré ce dédoublement dont parle Hubert Godard, qu'il est lui-même divisé par son désir et non pas pressant par son idéal imposé à l'autre. Quand Bergès disait que « le toucher du thérapeute ne doit pas être un contrôle ni être interrogatif, qu'il doit être neutre donc avoir été réglé dans le corps même du thérapeute, c'est-à-dire soumis à aucun désir, ni à aucune peur », il entendait que le toucher peut avoir un effet d'interprétation. L'effet d'interprétation n'est pas l'imposition d'une signification mais l'effet de relance signifiante : le sujet peut à nouveau se faire représenter par d'autres signifiants. Ce dont le stade du miroir de Lacan se fait la signification, est en particulier que ce n'est que par un dédoublement qu'il y a du sujet, dans cet entre-deux entre éprouvé et représentation, entre mouvements de jubilation et l'image du double nommée dans le miroir qu'ils encadrent.

Bergès disait avec ses mots que la fonction tonique constituait le corps réceptacle : celui-ci peut ainsi entendre le corps de l'autre, il peut recevoir aussi bien le toucher que le regard, il est donc capable d'anticipation. On voit bien d'ailleurs comment la qualité du rapport de la mère au corps de l'enfant conditionne les facultés futures de communication de l'enfant. L'enfant qui cherche par son corps à se faire connaître s'aliène rapidement dans des postures qui se donnent à voir, qui donnent une image idéale du corps adressée à l'autre. Cela se rapproche des manifestations de prestance qui ne signifient rien d'autre que la gêne face au désir de l'autre.

La relaxation thérapeutique met l'accent sur ce que l'anticipation posturale, « l'attitude » dirait Hubert Godard pour la différencier de la posture donnée à voir, a de symbolique et non pas d'imaginaire. Ces fixations imaginaires qu'il faut dépasser pour remettre de l'anticipation symbolique sont les aléas de l'anticipation, sont ce qui a enfermé la posture dans des significations : signification de mort en cas de traumatismes par exemple.

Quelle place donner à la nomination dans tout ce procès qui lie fonction tonique, regard et toucher ? L'expérience d'Hubert Godard semble mettre plus l'accent sur les articulations à l'œuvre corporellement dans la rencontre, dans l'intercorporéité. Il est difficile cependant de mesurer l'importance de la parole dans les thérapies qu'il a pu mener. Il paraît assez évident qu'il fait ce travail de nomination sans le savoir, quand par exemple il invite à habiter le bras pour faire glisser le corps ou à l'inverse d'habiter le corps pour donner le bras. Si articulations il doit y avoir dans le corps en débrayant les images, cela va tout-à-fait avec ce que l'on fait en relaxation thérapeutique Bergès où la nomination inscrit dans le symbolique les différentes parties imaginaires du corps.

Il y a encore énormément à dire à propos du travail d'Hubert Godard que je vous invite à découvrir, mais ce que je vous en ai dit nous montre déjà combien la relaxation thérapeutique peut favoriser la désaliénation posturale au profit d'une plasticité des attitudes, ce qui peut se traduire sur le plan gestuel mais aussi dans le rapport à soi et aux autres.