

## **Le corps, le signe et l'objet (imaginé)**

A voir le titre, on dirait une fable de La Fontaine.

C'est une histoire qui parle du corps comme instrument d'expression et de médiation. On pourra même y voir un lien (comme on dit maintenant sur le Net) avec la psychothérapie. Ce lien entre expression, médiation, relation et psychothérapie sera examiné ici au travers d'une pratique où il est question **d'objet imaginé** (dont on verra tout à l'heure ce que cela veut dire).

On dit couramment, depuis quelques décennies, que le corps est à la mode. On parle aussi, sensiblement dans le même temps de *communication*. Les applications de la théorie de la communication se sont multipliées dans différents domaines. Ainsi, corps et communication sont très présents dans le discours contemporain.

Je vous propose donc de considérer le corps comme une interface moi/non-moi. En disant cela je ne dis rien d'original. J'utilise seulement le langage de la communication pour nommer quelque chose d'assez couramment admis : mon corps se comporte entre moi et l'objet (l'autre, l'environnement) comme un système de signes (même si l'on ne peut y déceler un code défini), un système de signes qui permet à un autre que moi de saisir ma relation à l'objet. Il me permet d'en avoir moi-même une certaine idée. Car, en tant qu'interface, mon propre corps m'est à la fois sujet et objet.

En me familiarisant avec le système de signes qu'il pratique, je peux faire l'hypothèse que j'affine ma relation à l'environnement, à l'autre et à moi-même.

Cet "entraînement", pourrait-on dire, très banalement considéré comme utile dans le domaine de l'expression (acteur, conteur, animateur), j'ai eu l'occasion de l'introduire utilement (même si son apport est limité) dans ma pratique psychothérapique. Mais ce n'est pas ici le sujet et je vais donc m'en tenir au maniement de l'objet imaginé comme entraînement dans le champ de l'expression.

Pour la bonne compréhension, avant de parler d'objet imaginé, il faut d'abord considérer le corps en relation avec l'objet réel.

### **La relation à l'objet réel**

Si le premier objet est le sein maternel (à ce qu'en dit la psychanalyse), le second premier (si j'ose dire) sera la main, parce que premier jouet du bébé (avant le pied) qui va lui servir à découvrir son corps, à se l'approprier. Cette main qui permet la démarche vers le monde extérieur, c'est-à-dire : prendre et donner.<sup>1</sup>

La main est " objet " puisqu'elle peut être " manipulée " par l'autre main. Et la main qui prend, elle, est instrument. Elle prendra aussi des objets réels externes (balle, tissu, jouet, sein qu'on patouille en tétant ...), au travers desquels elle découvrira le chemin du corps intégré capable d'apprécier ses possibilités réactionnelles.

Ainsi, par prises de conscience successives, les différents segments du corps-objet vont s'unifier en corps-sujet, à l'écoute de ses kinesthésies les plus fines et de ses cénesthésies profondes.

Plus généralement, la relation la plus immédiate du corps vivant avec l'environnement est finalisée par la survie. Cette " relation d'objet " produit une série de signes décodables par l'autre semblable. (même espèce, même culture - quelquefois elle traverse même les cultures)

Le corps en interaction avec l'objet peut indiquer :

- le manger, le copuler, le danger ... toute une gamme du comportement animal étroitement lié à la survie,
- les signes de l'expression de l'humeur qui, au-delà de la survie immédiate, régulent les relations interindividuelles (animales et humaines),

---

<sup>1</sup> Cf. Le pointé du doigt développé par Boris Cyrulnik, " De l'immédiat à l'imperçu ", 7, In Au-delà 2001, Odyssée de l'esprit, sous la direction d'Émile Noël, Georg, 2001, pp 78-79.

- la caractéristique de l'environnement avec lequel il interagit et, même, la nature de l'intention du sujet à l'égard de cet environnement. L'interaction, même simplement utilitaire, avec l'objet donne sur lui des informations brutes et globales comme poids, température, attrait, crainte, rejet ... etc.

Il est donc acceptable de dire que le corps en action donne des indications sur l'environnement dans lequel il évolue parallèlement à celles qu'il donne sur les intentions (volitif), le tempérament (constitutif) et - peut-être il faudra y regarder - sur l'histoire (adaptatif) du sujet.

### **L'expression du corps**

#### **- a) Le corps considéré comme représentatif**

Il est admis que le comportement corporel est indicateur des intentions du sujet. Certains peuvent aller jusqu'à prétendre qu'il est même représentatif de la nature du sujet (Cf. les études portant sur la façon de s'asseoir, de marcher, de se tenir, également sur ouverture/fermeture des pieds, des épaules. Ces études sont, certes, sujettes à caution).

D'une façon générale, il s'agit d'une sémiotique floue dont il est contestable de vouloir tirer un code précis. Mais elle fait l'objet d'une interprétation intuitive (inconsciente ?) constante dans la vie relationnelle quotidienne. Elle est la substance même de l'empathie (sympathie, antipathie) des premiers contacts.

Ces caractéristiques de " nature " sont porteuses, à la fois, de la dimension constitutive du sujet et de son histoire propre. Elles mettent en œuvre des signes non-arbitraires (ce qui les différencie radicalement du langage articulé), marques d'influences culturelles indéniables.

#### **- b) Le corps considéré comme mémoire**

Sans préjuger du rapport inné/acquis dans le comportement individuel, on peut accepter l'idée que certains événements (sinon tous) entraînent des systèmes de réponses qui " s'automatisent ".

Cette hypothèse, assez centrale en bioénergie, se retrouve dans d'autres techniques psychothérapeutiques ou d'expression (comme Stanislavski, Actor studio ...)

Le " corps-mémoire " est, bien sûr, une formulation métaphorique, mais qui rend service dans la pratique. Pour paraphraser G. Bateson, cela fonctionne " comme si ".<sup>2</sup>

- c) Le corps considéré comme support de signes

C'est proférer un truisme que de dire que le corps transporte des messages non-verbaux, y compris non explicitement élaboré par l'émetteur.

La communication interpersonnelle est largement investie par ce langage " équivoque ".

L'exploitation de ces dynamiques de " double langage " devient, au théâtre, un instrument de la création artistique : le corps de l'acteur module, détourne ou inverse le sens littéral du texte, d'un mouvement, d'une inflexion, enrichissant ainsi la " représentation " de toutes les nuances de la situation. Il existe toute une sémiotique, quoique mal définie, portant sur ces modulations (hésitations, revirements, contre texte ... etc.) du jeu de l'acteur, qui est perçue par le spectateur et fait l'élément central du plaisir. C'est à la richesse de cette sémiotique qu'on évaluera le talent de l'interprète. On comprend, par là, tout l'intérêt de ce langage " polyvoque " du corps de l'acteur. Mais ce processus est présent dans toutes les situations de communications, même les plus banales en apparence.

On se trouve renvoyé ici aux analyses du message faites par certaines théories de la communication cherchant à définir les différents rapports : numérique/analogique, sémantique/esthétique, explicite/implicite ... etc., selon les formulations, les écoles.

## **L'objet imaginé**

L'introduction de " l'objet imaginé ", comme instrument d'entraînement à

---

<sup>2</sup> Gregory Bateson, Vers une écologie de l'esprit, Vol. 1, " Une théorie du jeu et du fantasme ", Seuil, 1977, pp. 209 – 224.

l'expression est une étape de l'expérimentation sémiotique du corps.

- a) Le comportement corporel devient signe conscient

Quand le corps investit un objet réel, il a à sa disposition une gamme de comportements plus ou moins adaptés. S'il utilise, dans cette gamme, le comportement adéquat, il obtiendra le résultat escompté. Sinon il y aura maladresse. (Je renverserai mon verre, je trébucherai contre le trottoir ... etc.).

Il n'y a évidemment aucune conséquence de cet ordre quand je manie un objet imaginé. Mais il se passe toute une série de phénomènes intéressants, pour celui qui manipule comme pour celui qui regarde. Quand quelqu'un s'emploie à manipuler un objet imaginé, avec précision, comme s'il existait vraiment, les comportements adaptés permettent à l'observateur de " voir " l'objet grâce à la manipulation (si elle est juste).

Certes, tout ne passe pas également.

- b) Un exemple simple : la pierre

Quand je lève une grosse pierre imaginée :

- ce qui passe : le volume, le poids, le relation à l'objet (j'aime, je n'aime pas, je jette, je ne jette pas, j'emporte ...etc.)
- ce qui ne passe pas forcément : la nature, la texture, la composition ...Là, joue l'importance du contexte gestuel (commun ou non).

Jeter un cailloux se comprend assez facilement.

La manipulation sert de support à l'imagination de l'observateur qui va interpréter : soit enrichissement (communication ++), soit malentendu (mauvaise communication). Cela fonctionne à la manière d'un test projectif.

• c) Le comportement " signe " n'est pas signe conventionnel (arbitraire)

Selon le contexte et selon les manipulations, certaines séquences seront plus ou moins perceptibles (équivoque, malentendu, interprétation) mais il ne doit jamais s'agir de signes conventionnels/arbitraires. Ce n'est ni du mime,

ni le jeu des devinettes. Il s'agit d'une réactivation de sensations (qui réactive les sensations de l'observateur)

Quelques exemples : les ciseaux, le verre, le pistolet ... (démonstration à faire)

- d) Du simple au complexe ... et au combinatoire

Quelques exemples de complexification : également à montrer)

- manipulation lourde : la pierre, le tirer-pousser.
- manipulation légère : aiguille, tapisserie.
- manipulation complexe : faire le thé, le servir ...

On peut aller vers de plus en plus de complexité et, même, combiner des manipulations simples pour donner du complexe inédit.

Le détour vaut peut-être la peine. Comment faire du complexe avec du simple ? La mémoire est immédiatement à l'œuvre. Pour soulever correctement une pierre imaginée, je dois me rappeler mes expériences de grosses pierres réelles. Et si je n'en ai jamais eues, je dois faire appel à des expériences d'autres objets lourds pour le poids, de pierre pour le contact, de volumes, de formes ... etc. Je suis amené à composer des objets cohérents avec des éléments empruntés à diverses expériences : une espèce de mécano sensoriel. C'est, en fait, un processus lié à toute forme d'apprentissage.

Prenons, par exemple, le fait de sonner les cloches d'un clocher imaginé. Les jeunes gens actuels n'ont jamais sonné les cloches : elles sont dorénavant actionnées électriquement quand elles ne sont pas remplacées par un haut-parleur. Et bien, avec l'expérience de tirer, d'un contact avec une corde, d'un balancement avec inertie, ils devraient arriver à sonner les cloches de leur clocher imaginé (c'est sans doute l'effet du balancement inertiel qui sera le plus difficile à réussir). Mais, même s'ils n'ont pas eu toutes ces expériences sensorielles, avec les représentations visuelles et quelques expériences encore plus élémentaires, ils arriveront à cette construction.

De cette façon, on peut composer des choses qui n'existent pas : chimères,

monstres, merveilles. Évoluer dans des univers magiques, voyager sur tapis volant, avoir des bottes de sept lieues ...

- e) Les parfums, les couleurs et les sons se répondent

L'autre constat, en effet, est la correspondance sensorielle. Déjà pour lever ma pierre, je mets en corrélation la vision (je dois " voir " ma pierre), le toucher (je dois " sentir " ma pierre) et la proprioception (le poids de ma pierre).

Si je me lance dans une partition imaginée plus élaborée, alors les voyelles colorées de Rimbaud et les correspondances de Baudelaire n'y suffisent plus. Ce ne sont plus seulement les parfums, les couleurs et les sons qui se répondent, mais aussi toutes les sensations cénesthésiques et kinesthésiques comprises.

De plus, elles ne sont généralement pas isolables. Pour reprendre l'exemple du clocher, si je vous demande d'entendre les cloches sonner, il y a de fortes chances pour que l'image d'un clocher vous apparaisse. Ce sera un clocher que vous connaissez ou non, un qui résulte d'une composition de plusieurs autres, par exemple. Peut-être même une succession d'autres rappels dans d'autres gammes de sensations et de souvenirs ou de rêves.

La encore, il s'agit d'un processus plus complexe que la madeleine de Proust. Il ne s'agit pas d'un souvenir provoqué par une sensation mais d'une sensation qui enclenche sur une sensation qui enclenche sur une sensation qui ... etc., avec la même dynamique que les associations libres, métaphores et métonymies comprises. On n'en a jamais fini avec les libres associations de sensations.

Nous sommes devant un réseau de sensations qui se construit à partir de particules élémentaires empruntées à nos expériences successives et recomposées en élaborations spécifiques qui vont prendre place dans notre corps, en des lieux qui dépendent eux-mêmes de nos propres élaborations.

Car toute chose a une représentation spatiale, même la plus abstraite, pour prendre place dans la sensorialité topologique du corps. En effet, les choses les plus abstraites dont on parle vont être accompagnées de mouvements proposant carrés, rectangles, losanges, formes rondes, acérées, ondulées,

pointues, planes, coupantes. Quoique abstraites, ces choses seront verticales, horizontales, obliques, tordues, cassées, souples, en haut, en bas, devant, derrière, dessus, dessous ... etc.

Ces choses, mises dans le corps et oubliées, resurgissent à l'occasion. Ces processus d'impression/expression, sont à l'œuvre en permanence. Lorsque je vois dans la rue, une vieille personne marcher péniblement à cause de sa coxarthrose, j'installe presque inconsciemment cette difficulté dans ma propre hanche. À tel point que, lorsque j'en parlerai ultérieurement, je pourrais aller jusqu'à réactiver cet engramme et grimacer ou boiter.

Quand je parle d'un ami qui a le bras dans le plâtre, que fais-je avec le mien ?

### **L'entraînement**

Il se fonde sur la façon dont le corps investit "l'objet imaginé" : la mémoire sensorielle, sur une coordination proprioceptive et motrice et un affinement des relations inter sensorielles.

#### **- a) La mémoire sensorielle et la proprioception**

Voir, toucher, entendre, sentir, goûter : la hiérarchie des sens peut être modulée selon les individus :

Le rapport voir <----> toucher (proprioception, kinesthésie, cénesthésie). En reprenant certains exemples cités plus haut :

voir la pierre : créer, effacer (stabilité et obéissance de l'image)

toucher la pierre : créer, effacer (concordance avec la vision, stabilité des caractéristiques : forme, poids, matière, savoir lâcher)

L'importance du rapport créer/effacer. L'énergie psychique utilisée pour créer et stabiliser l'objet imaginé doit être mise en œuvre de la même façon pour effacer l'objet au terme de l'exercice.<sup>3</sup>

---

<sup>3</sup> Il est important de prendre aussi en considération le danger éventuel de la "décréation" - la tentation psychotique du démantèlement (signalée par le professeur Yves Pélicier). Le non effacement de l'imaginé, peut entraîner une façon de surcharge psychique susceptible de mener à l'obsession. À l'opposé l'effacement psychotique peut conduire à la déréalisation du sujet.



- b) Les relations inter sensorielles

Elles ne se réduisent pas aux correspondances vision-toucher. Un son peut appeler une image et, réciproquement, une image peut appeler un son, une odeur ...

- c) La combinatoire

La combinaison de comportements simples peut permettre la reconstitution de comportements complexes. Mais cela se fait globalement (holistiquement).

L'attitude analytique (simulation par ordinateur) ici se heurte à un trop grand nombre de paramètres. On peut de cette façon, par combinaisons insolites, aller jusqu'au maniement d'objets inventés n'ayant aucune référence d'objets existants.

Dans le maniement de l'objet imaginé, ce qui permet à l'observateur de "comprendre" ce que fait le manipulateur ce ne sont pas, comme nous l'avons vu, des signes arbitraires conventionnels mais une perception globale qui semble se fonder sur le fait que la vue du comportement du manipulateur active chez l'observateur des sensations par équivalence.

Ce qui peut renforcer cette hypothèse, c'est que plus le manipulateur réussit à "bien sentir" sa manipulation plus elle "passe" chez l'observateur.

De même que (pour emprunter à Korzybski : traité de sémantique générale) la carte n'est pas le territoire, l'objet imaginé n'est pas l'objet réel. Mais aussi, de même, que mieux la carte représente le territoire plus facilement je saurai m'y diriger, de même mieux l'objet imaginé sera senti plus à l'aise je serai avec sa "réalité".

Le "comme si", le "valant pour", suggéré par G. Bateson dans sa théorie du jeu et du fantasme, fonctionne ici admirablement. Le "comme si" de mon objet imaginé me tient à l'abri de l'hallucination (d'autant mieux que j'aurai appris à l'effacer comme je le crée), mais il me permet aussi de mieux investir l'objet réel, donc mon environnement.

### **Le corps comme objet réel imaginé**

Ce qui est vrai pour l'objet externe le reste pour mon corps propre. Ce que j'ai acquis en m'entraînant sur les objets imaginés externes, je peux l'utiliser

dans l'approche de mon propre corps, que ce soit dans l'abord extérieur, celle du paysage intérieur/extérieur et, même, de l'intériorisation.

Pour un enrichissement de ma projection sensorielle, une régulation de ma proprioception, un développement de mon imagination créatrice, j'affine la perception de mon schéma corporel et j'améliore mon comportement psychomoteur et mon rapport à l'environnement.

Voilà.

J'espère que je n'ai pas enfoncé trop de portes ouvertes. En tout cas, nous pouvons en débattre maintenant.

Communication au CIRMEP (Centre International de Recherches Méthodologiques en Psychothérapie), mai 1984