

2èmes Journées d'Octobre FORMAREC, Des situations cliniques en soins psychiatriques, les 12 et 13 octobre 1989 à Bordeaux.

VOIX ET IMAGE DU CORPS

*François-Xavier VRAIT*¹
Musicothérapeute

S'il n'est pas possible ici de pouvoir développer longuement, comme il pourrait l'être, l'immense domaine que constitue celui de la voix, ni même en restreignant celui-ci au champ déjà plus délimité qui le fait bien souvent se croiser avec celui de la psychopathologie, il est néanmoins nécessaire de poser quelques repères qui permettent de mieux saisir l'importance que revêt la voix dans la construction de la personne humaine, de ce qu'elle représente dans le domaine de la communication interpersonnelle, dans ce qu'elle exprime de soi et de l'autre, et donc des incidences inévitables avec ce qu'elle touche de la perception que j'ai de l'autre à travers sa voix et bien plus encore, car de manière encore plus inconsciente, de l'image que j'ai de moi-même, de la représentation de moi-même comme sujet.

À chacun ensuite, de la place où il se trouve, d'en tirer ce qui lui paraît possible ou souhaitable de l'être, en terme de conceptualisation, en terme de pensée opératoire ou en terme de mise en œuvre concrète dans la réflexion et la pratique professionnelles. Nous-mêmes nous efforcerons, au cours de cette communication, d'exprimer pourquoi un travail autour de la voix est possible et comment nous l'avons pratiqué, dans un secteur de psychiatrie pour adultes, au Centre Hospitalier Régional et Universitaire de NANTES, dans le Service du Docteur Michel CORMAN.

Nous y arriverons par « touches successives », afin de ne pas omettre quelques précisions nécessaires, je pense, à une meilleure compréhension globale de la sphère psychologique, psycho-affective, psycho-corporelle, qui est touchée lorsque nous abordons le problème

¹ Membre de l'Association Française de Musicothérapie, Directeur de l'Institut de Musicothérapie de Nantes, CHRU de Nantes.

de la voix. Encore faudrait-il sans doute y ajouter les effets de la psycho-linguistique, de la phoniatrie, de la technique vocale, de la sociologie et de l'histoire. Mais nous nous en tiendrons à quelques considérations sur l'espace psycho-vocal, moins par manque de temps, sûrement, que par volonté de ne pas s'aventurer au-delà des limites de nos compétences.

I/ DU NON-VERBAL DANS LE VERBAL, la voix comme non-verbal dans l'acte de Parole.

Parler de la voix, c'est d'abord parler de ma voix :

- d'une part parce que c'est de ma voix (par ma voix) que je vous parle ;
- d'autre part, cette voix que vous entendez, que vous identifiez comme étant la mienne, vous dit sûrement déjà quelque chose de ce que je suis.

C'est-à-dire que, très intuitivement, chacun de vous, de la place où il se situe, a perçu quelque chose de moi à travers ce que je donne à entendre de ma voix. Par exemple, certains vont se dire : « Avec une voix comme ça, on ne va pas tenir 10 minutes, on sera endormi avant », ou bien « ça, c'est un dur, il sait ce qu'il veut » ou encore « c'est un timide, il faut l'aider à se concentrer ou alors il va perdre le cours de ses idées »... Autrement dit, c'est avant même de comprendre ce que je suis en train de dire, qu'une amorce de communication est établie entre vous et moi, et ce n'est pas tant le discours que je prononce, que la voix elle-même qui communique un peu de ce que je suis.

Allons un peu plus loin, et je voudrais vous citer en exemple le souvenir d'un congrès de musicothérapie, il y a quelques années, dans lequel, comme dans toutes les rencontres de cette sorte, comme aujourd'hui, il y a des conférences – on appelle ça habituellement des communications, mais justement je préfère parler de conférences, parce que précisément elles n'ont pas toutes la même valeur communicative – des conférences, donc, qui m'avaient passionné, et à travers lesquelles je m'étais dit : « Ça y est, j'ai enfin compris ce qu'est la musicothérapie ! », et d'autres conférences qui, au contraire, m'avaient semblé longues et ennuyeuses.

Or, quelques semaines après, lisant les actes de ce congrès et reprenant, à tête reposée, les textes de ces conférences, je me suis aperçu que celles-ci, qui m'étaient apparues sur le moment comme particulièrement rébarbatives, se révélaient être d'une grande richesse dans leur contenu, alors que certaines de celles-là qui m'avaient tellement passionné – vous pensez bien que je m'étais jeté

sur ces textes dès lors que je les avais reçus – et bien, tout compte fait, étaient vraiment décevantes par le vide et la platitude de leurs propos. Heureusement, il y a quand même certaines conférences dont je garde le souvenir en moi, qui m’ont marqué de l’empreinte du conférencier qui la prononçait, tout en se révélant être pour moi de véritables « communications » par la richesse de leur enseignement.

Autrement dit, je disais tout à l’heure que ce n’est pas tant le discours que je prononce que la voix elle-même qui communique un peu de ce que je suis ; on peut dire maintenant que ce n’est pas plus le discours que je prononce que ma voix elle-même qui communique un peu de ce que je dis.

En somme :

- en-deçà du discours que je prononce, indépendamment du sens et dès lors que je donne à entendre ma voix, je parle de moi, je communique quelque chose de ce que je suis ;
- et mes caractéristiques vocales, trahissant, quoi que je fasse, un certain nombre de traits de ma personnalité, vont influencer directement sur le sens de ce que je vais dire..., à tel point que les mêmes mots prononcés par deux personnes différentes vont pouvoir prendre des significations elles aussi sensiblement différentes.

Être à l’écoute de la parole de l’autre, c’est aussi entendre ce que le verbal contient de non-verbal. Il est classique, d’ores et déjà, de reconnaître que tout ce qui touche à la sphère « non-verbale » dans l’expressivité et la communication, n’existe que dans la reconnaissance première du verbe – le terme même de « non-verbal » est explicite à ce sujet. En effet, tout travail ou réflexion autour du non-verbal (tant dans le domaine de la psychothérapie bien sûr, de la rééducation, et de nombreux autres domaines, citons par exemple celui de la création artistique, qui nous touche de près, mais aussi ceux, bien plus lointains de nos préoccupations, que peuvent être le cadre de vie ou l’architecture urbaine...), tout ce travail autour du non-verbal n’a de sens que par rapport au verbe et toute situation non-verbale – lorsqu’elle a à être explicitée – ne prendra de sens que dans une parole donnée, une parole reçue.

Mais ce que je crois avoir voulu dire depuis le début, c’est qu’il y a du non-verbal dans le verbal lui-même, et qu’une compréhension plus globale, plus totale, de toute situation verbale ne peut se faire aussi que dans la reconnaissance de ses effets non-verbaux. Dans le verbe, on peut discerner plusieurs éléments non-verbaux qui coexistent dans l’acte de Parole et vont venir influencer

sur le sens même du discours énoncé. En fait, nous nous apercevons qu'il s'agit de ce qui, dans la parole, vient du corps : on pense, par exemple, à la position corporelle, aux mouvements du corps (parler avec ses mains, se déplacer, le regard...), et à la VOIX, à laquelle nous nous intéressons tout spécialement. Tous ces éléments non-verbaux vont pouvoir renforcer l'effet du discours, lui donner foi ou, au contraire, viendront s'opposer à lui, apporter la discordance, ou nier tout simplement le contenu formel des mots (dire OUI en secouant la tête pour dire NON).

Les psychanalystes ont depuis longtemps mis en évidence ces phénomènes ; les analystes systémiques aujourd'hui, avec l'emploi de la vidéo, mettent ces discordances en évidence, discordances entre les mots et le corps, avec d'autant plus d'acuité.

C'est bien par la reconnaissance de tout ce complexe non-verbal que le verbal prend son sens, situant l'acte de parole « entre cri et langage », comme le dit Roland GORI (1), ou encore « entre le corps et le code », ce qui va le situer d'une certaine manière dans une aire transitionnelle, au sens de WINNICOTT ; GORI parle de l'acte de parole comme maintenant la double allégeance au corps et au code. La coupure avec l'un de ces points d'ancrage du symbole verbal lui fait perdre son caractère symbolique et, par là-même, sa fonction communicative. Si le symbole verbal ne « prend pas corps », il devient un « mot-chose » (le code sans le corps) ; s'il refuse de s'objectiver, il devient un « signifiant-fou » (le corps sans le code).

Pour ma part, je propose deux notions qui se rapprochent du concept de R. GORI, donnant toujours à l'acte de parole cette double allégeance au corps et au code, situant la parole « entre cri et langage » : il s'agit de ce qu'on pourrait appeler la RAISONNANCE (dans le sens du raisonnement, de la raison) et la RÉSONANCE (dans le sens de ce qui résonne, physiquement, met en vibration). J'ai retrouvé par ailleurs le rapprochement de ces deux vocables (il s'agit précisément de jouer sur des mots qui résonnent ensemble !), chez Denis VASSE (4). Le verbal doit, pour garder sa véritable fonction communicative, participer de ces deux mouvements du « raisonné » et du « résonné ». Nous y reviendrons précisément dans le travail psycho-vocal.

II/ LA PAROLE ET L'ÉCOUTE, la parole se situe dans l'intersubjectivité.

Rapidement, nous allons prendre conscience du fait que la voix, comme effet non-verbal dans le verbal, ne va pas échapper aux aléas

de la communication, avec ce qu'elle contient de distorsion du discours, d'incompréhension... ; d'autant que la voix, elle aussi, peut devenir écran, symptôme, portant la marque de la structure de la personne et, par voie de conséquence, participant de ses blocages, de ses inhibitions, de ses peurs, de ses angoisses, de ses résistances, de ses défenses.

En tout ceci, autant dans la situation de celui qui donne sa voix à entendre que dans la situation de celui qui la reçoit, la parole se situe entre deux subjectivités, lesquelles, à un certain moment, ne vont plus vraiment savoir ou pouvoir reconnaître si, par exemple, le caractère de ce qui est entendu provient de la voix elle-même et de celui qui la produit, ou plutôt de ce qui dans cette voix fait écho chez celui qui écoute.

Revenons à ce que je disais au tout début, lorsque chacun d'entre vous, dans les premiers mots que j'ai prononcés, a pu percevoir quelque chose de moi, de ce que je suis. Cette interprétation se situait-elle au regard :

- de la parole donnée ?
- ou de la parole reçue (l'acte d'écoute) ?

Je crois qu'il n'est pas possible de répondre de manière définitive à cette question, l'acte de parole étant à la fois donné et reçu, ces deux pôles interférant dans une dialectique qui participe fondamentalement de l'acte de communication.

- Ce que l'on perçoit de la voix de l'autre se situe-t-il dans les caractéristiques de la voix même de celui qui parle, avec sa tonalité, sa hauteur, son timbre, son intensité, sa formule vibratoire, son débit, ses hachures, ses silences, ses pauses, son souffle ; et ses caractéristiques plus affectives, comme la voix chaude, voix cassée, voix nasillarde, voix rauque... ?

- Ou bien alors ce que l'on perçoit de la voix de l'autre, au-delà de cette voix, de ce qu'elle donne à entendre, se situe-t-il chez celui qui reçoit, qui écoute, avec ses propres associations, son propre vécu de la voix de l'autre en fonction de ce qu'il ressent, lui, de ce qui fait écho chez lui, en fonction de son histoire sonore, toute son histoire, personnelle, familiale, en fonction de sa propre voix, de la place et de la fonction que peut tenir la voix dans sa propre trajectoire personnelle... ?

Nous sommes, avec la voix, dans l'intersubjectivité, dans la rencontre et la communication de deux sujets, avec la complexité des interactions possibles, desquelles la voix est partie liée.

III/ LA VOIX COMME PHÉNOMÈNE TRANSITIONNEL, de la « voix-mère » à la « voix-de-la-mère ».

Cette voix, d'où vient-elle ? De très loin... Elle prend sa source dans ce monde étonnamment sonore qu'est le monde intra-utérin, et dans les premiers temps de la vie ex-utéro. Déjà dans cet espace et ce moment, l'enfant à naître ou le bébé va recevoir les informations sonores, qui vont lui parvenir de manière absolument indifférenciée. Indifférenciée dans le sens où il n'est pas en mesure de pouvoir discriminer les sons entre eux, ni même de savoir si c'est lui qui les produit ou s'il s'agit de sons provenant de l'extérieur. De son point de vue à lui, il n'y a d'ailleurs ni intérieur, ni extérieur. Il y a seulement quelque chose comme un certain début de conscience d'une existence chaotique et singulière. Et parmi ces sons-là qui lui parviennent, certains vont prendre une importance particulière :

- peut-être parce qu'ils se répètent, qu'ils se reproduisent régulièrement ;
- peut-être aussi parce qu'ils correspondent chronologiquement (d'une manière synchronique ou diachronique) à ce qui est une expérience nouvelle pour le nouveau-né, et qui se trouve être l'expérience du besoin et de la satisfaction du besoin.

En effet, dans la vie utérine le besoin n'existe pas, qui est assouvi avant même d'être ressenti ; et il en est de même pour les premiers temps qui suivent la naissance. D'ailleurs, la mère, l'environnement fera tout, mettra tout en œuvre, pour que le confort intra-utérin soit reproduit au maximum des possibilités : la chaleur douillette du berceau, la tiédeur adéquate du bain, les câlins prolongés dans les bras de maman. Mais aussi l'aptitude la plus parfaite à assouvir les besoins de bébé au moment le plus juste où ils se font sentir : le moment de la tétée ou du biberon, doit coïncider de la manière la plus étroite avec celui où le bébé va avoir faim ; de même pour le besoin d'être pris, d'être cajolé, d'être mis à dormir, etc. C'est, à ce stade, la description de la « mère suffisamment bonne » décrite par WINNICOTT, avec cette capacité d'établir une relation qui soit ressentie par son enfant comme une « expérience d'omnipotence » : l'adéquation la plus précise qui permet à bébé de conserver cette représentation originaire du monde, que l'on a nommée la « toute-puissance infantile », dans l'exacte continuité de la vie fœtale, lorsque rien ne permet à l'infans de distinguer l'autre de lui-même.

Dans cette symbiose, il n'y a pas de différenciation possible entre les éléments. La réalité, vécue du point de vue de l'infans, est singulière : elle est une, unique, et pourrait se perpétuer

indéfiniment s'il n'advenait jamais une certaine multiplicité qui prend forme dans le concept kleinien de « bonne-mère » et de « mauvaise-mère ». Pierre-Paul LACAS (2), quant à lui, préfère les termes de « mère-plaisir » et de « mère-déplaisir », ajoutant « qu'on aurait pu dire aussi bien bébé-plaisir et bébé-déplaisir. Cette dualité réelle, bien qu'ignorée par l'infans, est le minimum exigé pour qu'un dynamisme s'instaure. »

Et bien c'est dans ce dynamisme, cette dynamique-là, que la voix va prendre toute sa place. Cette dynamique est une aire de jeu qui s'installe entre le bébé et la mère (la mère qui alors, pour être « suffisamment bonne », se doit d'être « mère-plaisir » et « mère-déplaisir »). C'est en effet dans le jeu progressif de la distance que l'infans va naître à lui-même comme sujet. Pour simplifier, nous pouvons parler de la distance dans le temps (avec l'apparition du besoin dans la distance qui le sépare de la satisfaction de ce besoin, c'est la notion de durée) et de la distance spatiale (avec le problème de la continuité de l'existence de l'un et de l'autre, même lorsqu'il disparaît du regard).

C'est dans ce jeu là que s'ouvre une aire d'expérience et de créativité, « un espace potentiel » comme l'appelle WINNICOTT (5). Chaque élément de la vie quotidienne du bébé devient alors un espace de jeu, qui s'installe comme une dialectique entre lui et l'environnement. De cette dialectique, va pouvoir naître le sujet. Examinons rapidement deux phénomènes de jeux identificatoires dans lesquels la voix, celle de la mère et celle du bébé, est utilisée.

- Le cri. L'écoute suffisante, suffisamment attentive, de la mère qui va peu à peu identifier le cri de son enfant comme étant celui de la faim, de la souffrance, de la fatigue, de l'appel, de la colère... Ce cri, le bébé lui-même va l'entendre – il n'a pas conscience au départ que c'est lui qui le produit, mais il va pouvoir associer petit à petit à l'audition de ce cri la suite synchronique : tension/cri/résolution de la tension, faim/cri/biberon, etc.
- Le mimétisme vocal. Au début, il est celui de la mère reprenant les intonations du bébé, introduisant un jeu entre eux deux qui va s'installer dans la réciprocité.

Du côté de l'environnement, les sons indistincts du bébé vont peu à peu se mettre à avoir un sens ; du côté du bébé, les sons, de par les différents processus identificatoires, vont finir par être « attribués à », c'est-à-dire à lui-même ou à l'autre. Cette organisation progressive dans le chaos sonore originaire, Pierre-

Paul LACAS l'a nommé le passage de la voix-mère à la voix-de-la-mère, participant de ce mouvement d'intégration de l'image du corps vécu.

IV/ CRÉATIVITÉ ET ESPACE DE THÉRAPIE.

Si nous insistons tant sur l'importance fondatrice du jeu comme zone de créativité et espace potentiel, c'est que d'une part, nous l'avons vu, la voix (celle du bébé comme toutes les autres voix) va y tenir une place essentielle et, d'autre part, parce que dans le cadre de séances de musicothérapie, et dans le transfert, un certain nombre de conditions sont réunies pour que chacun, à sa mesure, puisse vivre à nouveau, mettre en jeu, rejouer cette expérience éminemment structurante pour le sujet, qui permet d'expérimenter – d'éprouver et de nommer – la différence, entre Moi et l'autre, entre le son et le sens, entre le dedans et le dehors, habiter son corps, habiter sa voix, l'accepter, jouer avec elle... En effet, à donner sa voix, il s'agit d'abord d'apprendre à la recevoir : accepter l'incongru, l'insolite, le bizarre qui vient de soi, qui naît de soi. Il s'agit de jouer avec sa voix, toute sa voix, - ce qui n'est pas sans rappeler d'ailleurs les gazouillis, babillages, jasements et autres lallations...

Eh bien, comme soignant dans un service de psychiatrie pour adultes, comme musicothérapeute, imaginons concrètement un lieu et un moment qui puissent permettre la mise en œuvre de ce travail sur soi. Imaginons un espace-temps dans la semaine, régulier, un lieu et un moment teintés d'une atmosphère particulière, un espace-temps dont la place dans l'institution va permettre qu'il puisse être vécu par un groupe de musicothérapie à la fois comme « du service » et « en rupture du service » ; un « lieu autre » tel que peut le décrire WINNICOTT. L'existence de ce lieu autre, ni dedans ni dehors, va pouvoir favoriser l'émergence d'éléments constitutifs de la personne. Celle-ci va pouvoir découvrir, redécouvrir, jouer, rejouer quelque chose de son identité. C'est le temps et le lieu de la créativité ; WINNICOTT insiste sur son importance fondamentale, fondatrice : « C'est en jouant, et seulement en jouant, que l'individu, enfant ou adulte, est capable d'être créatif et d'utiliser sa personnalité toute entière. C'est seulement en étant créatif que l'individu découvrira le Soi ». (5)

La créativité, au sens le plus large, requiert plusieurs conditions, qu'il n'est pas de notre propos de souligner ici. Il me paraît cependant nécessaire de pointer juste un aspect d'ordre général quant à la créativité : c'est la nécessité qu'il ne soit

porté aucun jugement de valeur sur ce qui est exprimé. Et ceci pour la seule raison que l'espace-temps de la créativité est un lieu d'expérience, comme nous l'avons déjà dit, un temps d'expérimentation de ses possibilités créatrices. Et le rapport à un système de valeur, quel qu'il soit (d'ordre esthétique par exemple), ne pourrait être que source d'inhibition et de refoulement. Cette condition de liberté totale qui entoure l'instant créateur semble pouvoir être mise en parallèle avec ce fameux paradoxe de WINNICOTT : « l'objet doit être créé pour être trouvé et trouvé pour être créé ». On ne se pose pas la question de savoir si l'objet est créé, ou s'il est trouvé, ce paradoxe se doit d'être « accepté, toléré par tous ». C'est dans ce processus qui est fait d'illusion et de désillusionnement progressif que prend place cette « expérience informelle », aire de jeu dans laquelle l'enfant, l'adulte, va peu à peu prendre conscience de son existence, de ses limites, de l'autre, de la différenciation Moi/non-Moi.

V/ L'OBJET SONORE.

Dans cette aire d'expérience, l'objet sonore a cette qualité particulière qu'il ne laisse aucune trace tangible de ce qui a été joué. En ce sens, l'espace sonore est d'autant plus riche qu'il est un espace de liberté.

VI/ L'OBJET PSYCHOVOCAL.

Dans le monde sonore, nous avons vu combien la voix prend une place tout à fait exceptionnelle. C'est l'instrument le plus archaïque, l'instrument corporel par excellence. Les émotions inscrites tout au long de notre histoire dans nos fibres et nos tissus vont pouvoir s'exprimer par notre corps lui-même ; lieu de l'expression brute de nos affects, la voix est aussi l'instrument le plus perfectionné, celui dont l'homme, au cours de son évolution, s'est emparé pour « se dire », de la manière la plus subtile qui soit. La voix est devenue l'instrument du langage, l'instrument du Verbe.

De la fonction respiratoire à l'élaboration codée de plus en plus précise des fonctions supérieures du langage et de la pensée oratoire, il y a tout un parcours qui conduit de l'infans au Sujet, du narcissisme primaire à la pensée symbolique. Ce parcours peut devenir pour certain un chemin de thérapie, un cursus de développement personnel.

Dans notre travail de musicothérapie, cela va permettre d'emprunter deux chemins qui, loin d'être parallèles et parfaitement distincts, vont au contraire se rejoindre et s'éloigner sans cesse, se croiser, élargir le champ de nos possibles, et ouvrir à d'autres voies (d'autres voix ?).

Plusieurs itinéraires sont proposés et chacun choisira le sien, à son rythme, au rythme de son corps, au rythme de ses élaborations psychiques : la conscience de la respiration, le passage du souffle à la voix, l'exploration des résonances et vibrations personnelles, l'expression des affects et des émotions, ... et la « mise en mots » du ressenti. En effet, nous avons vu comment l'utilisation du non-verbal, du fait même de sa définition, n'a de signification, ne prend de sens, que par rapport au verbal. Et il paraît éminemment important de situer la place du verbe, la place de la parole à l'intérieur des séances.

VII/ DONNER DU SENS À CE QUI RÉSONNE.

C'est parce qu'ils résonnent, profondément, tant affectivement que physiquement, corporellement, viscéralement, que les mots vont pouvoir raisonner d'une manière véritablement symbolisante.

Il s'agit donc de se mettre en « situation de résonance », et l'émission de voix va permettre de sentir son corps – par l'effet physique du son – de sentir son corps entrer en vibration par l'utilisation de différentes techniques vocales. Lorsque je produis tel son, tel timbre, telle voyelle, où est-ce que je ressens mon corps qui vibre ? Je commence par l'exploration de l'intérieur de la bouche, puis les lèvres, le larynx, la gorge, les joues, le nez, l'intérieur des narines, la nuque, le front, le haut de la tête, les tempes. Je peux aussi m'aider de mes mains pour mieux ressentir ces vibrations et, du même coup, ce sont aussi mes mains qui vibrent. Je descends ensuite le long des épaules, du thorax, et j'explore les sonorités, les timbres, qui mettent ma poitrine en vibration, puis mon ventre. J'explore par là-même les types de voix que je peux utiliser, j'expérimente les possibles de ma voix, connus ou inexploités, refoulés, du plus grave au plus aigu, la voix de gorge, la voix de tête, je fais ma grosse voix, ma petite voix, à la limite du souffle, du râle, du cri, du chant, du rire, et quelquefois des pleurs ; j'aborde rapidement les fonctions respiratoires, j'essaie de localiser ma respiration, de mieux la contrôler, la maîtriser, et de là, à mieux maîtriser mon port de voix, sa tenue, son volume.

Tout ce travail me parle de mes propres limites, limites des possibles de ma voix, limites cutanées de mon corps, et de la

représentation que je m'en fais. C'est donc bien un travail sur l'image du corps, dont il est question, l'image d'un corps vécu.

Ce travail va être enrichi par la présence du groupe. Je ne suis pas seul dans ce voyage au bout de mon corps, et les échos du travail des autres me disent quelque chose de l'autre, de la distance qui nous sépare, de sa différence, de son altérité. Les échos du travail de l'autre me disent aussi quelque chose de moi-même, dans ce que sa voix met en résonance chez moi, résonance affective autant que vibrations physiques.

Ce travail de groupe va permettre de développer une dynamique qui peut être utilisée, toujours dans cette recherche des limites de Soi, et qui va prendre forme peu à peu, en respectant les résistances, les rythmes de chacun, dans une pratique qui associe voix et mouvement : comment les mouvements du corps modifient la forme vocale, comment la recherche d'une qualité sonore de la voix implique une attention particulière à la position corporelle.

Il sera alors possible d'élaborer la suite du travail en proposant des exercices à deux, afin d'affirmer le ressenti corporel du dos, des jambes, des pieds. Il s'agit, par exemple, de toucher le dos de l'autre, afin de l'aider à ressentir les vibrations de son corps lorsqu'il émet un son. La difficulté de ce type de travail demande une écoute suffisamment attentive de ce que le groupe est capable de mettre en jeu à tel ou tel moment de son histoire, de ce que chacun dans le groupe est en mesure de donner ou de recevoir en fonction de ses propres difficultés psychologiques. Il est possible aussi de proposer un travail de relaxation en fin ou au début de la séance, dans lequel le souffle et la respiration seront prolongés dans une production vocale.

Tout ce travail non-verbal sera accompagné d'une verbalisation. C'est un des objectifs les plus importants qui soient. Il s'agit de la « mise en mots » de ce qui est ressenti, vécu, par chacun dans le groupe. Loin d'être un objectif en soi, la « mise en résonance » du corps avec les émotions, les affects, les découvertes, les résistances éprouvées, n'est qu'une étape, essentielle bien sûr, mais qui n'a de véritable fonction thérapeutique que lorsqu'elle permet une verbalisation. Il s'agit de mettre des mots, RAISONNER sur ce qui RÉSONNE, donner du sens à ce qui est éprouvé, prendre un recul suffisant par rapport à l'affect pour l'exprimer sur un mode symbolique. C'est le passage de l'image du corps vécu à l'image du corps signifié pourrions-nous dire, pour entrer dans la compréhension de ce concept de Gisela PANKOW (3). Il s'agit d'objectiver ce qui est ressenti dans le corps, de dire son corps. Autrement dit, et pour revenir au concept de Roland GORI que

nous avons évoqué, du « signifiant-fou » qui résonne en moi, faire « acte de Parole » (1), se positionner comme sujet-parlant, sujet-communiquant.

VIII/ PERMETTRE AUX MOTS DE PRENDRE CORPS.

L'autre chemin qui se propose au cours de cet étrange voyage psycho-vocal n'est pas un sentier isolé, coupé du premier. Bien au contraire, les itinéraires se croisent à chaque fois que l'un ou l'autre essaie de balbutier, d'exprimer avec toute la timidité, toute l'humilité et le flou qui sont de mise lorsque nous nous risquons à rendre compte de ce que nous vivons dans notre corps, de ce que nous expérimentons de nos perceptions internes, de nos découvertes de nous-mêmes.

Il s'agit de mettre ou de remettre en jeu – jeu corporel, jeu vocal, jeu musical – ce qui commence à se dire, à se verbaliser, afin d'affiner, d'une part, la conscience du vécu, d'autre part d'affirmer et de préciser la parole qui l'accompagne.

Lorsque j'essaie d'exprimer l'image vivante que j'ai de moi, il s'agit d'accéder au symbole et me dire à moi-même, mais dans le même mouvement, rendre compte à l'autre de mon vécu (donc me différencier de lui), c'est aussi être attentif à ce que mes mots aient une valeur communicative et fassent aussi image pour l'autre. En ce sens, la parole « prend corps » et fait acte de communication si elle « fait image », pour soi-même et pour d'autres. La parole est un acte social, elle s'incarne et s'exprime aussi par l'attitude, le mouvement, le regard. Elle prend sens si elle permet à l'autre d'associer ses propres images, d'adjoindre ses propres mots. À l'instant où la parole prend corps, le sujet devient corps social. C'est la condition pour atteindre au statut de sujet ; c'est aussi son prix.

Les « mots-choses » (1) qui raisonnent en eux-mêmes vont s'incarner, prendre chair, prendre corps, devenir parole vécue.

PARCE QU'IL FAUT CONCLURE.

L'une des fonctions thérapeutiques les plus essentielles que nous avons pu voir à l'œuvre lors de séances de musicothérapie se situe dans la rencontre – dans la véritable rencontre – entre

l'émotion et les mots pour la dire. Il va falloir que la parole émerge, qu'elle vienne authentifier ce qui vient d'être exprimé. Tant il est vrai que c'est précisément au moment même où l'émotion ressentie va coïncider de la manière la plus juste avec les mots qui l'expriment, que la distance va être opérée entre le contenu affectif de l'émotion et la traduction verbale qui va en rendre compte et lui donner du sens. C'est lorsqu'ils sont vécus dans le corps, vibrés, expérimentés, que les mots prennent leur véritable signification.

Cette distance qui s'opère n'est pas sans lien avec la dimension du symbolique : ce qui résonne, profondément, viscéralement, tant affectivement que physiquement, va pouvoir raisonner d'une manière véritablement symbolisante.

Cette distance qui s'opère n'est pas sans lien non plus avec la dimension de l'imaginaire. Il s'agit de donner aux mots la dimension de notre imaginaire, l'épaisseur de nos fantasmes. Ce qui raisonne ne raisonne pas tout seul, la parole n'a de véritable sens que si elle est mise à l'épreuve du corps, si elle devient parole vécue, si à un moment ou à un autre, elle « prend corps » et atteint à une profondeur du vécu, si elle touche à nos fibres et à nos émotions. Ce qui raisonne va prendre sens parce qu'on va lui permettre de résonner, de vibrer, d'entrer dans un corps social.♦

BIBLIOGRAPHIE.

- 1 - Roland GORI, « Entre cri et langage », in *Psychanalyse et Langage* (ouvrage collectif), Paris, Dunod, 1977.
- 2 - Denis VASSE, *L'ombilic et la voix*, Paris, Le Seuil, 1974.
- 3 - Pierre-Paul LACAS, « Structuration de l'image du corps et fonctions du sonore », in *25 années de Psychothérapie analytique des psychoses* (Gisela PANKOW et coll.), Paris, Aubier, 1984.
- 4 - D.W. WINNICOTT, « Jeu et réalité », Paris, Gallimard, 1975.
- 5 - Gisela PANKOW, « L'être-là du schizophrène », Paris, Aubier, 1981.
« L'homme et sa psychose », Paris, Aubier, 1983.