

Anne Chériez

Art et Art -thérapie

Ces deux voies sont-elles conciliables ?

Formation d'art-thérapie analytique transpersonnelle

Promotion 2004/2007

Lieu de formation :

Atelier Vert Lumière

24, Rue Bernard Palissy

42100 Saint-Étienne

Art et Art-thérapie : une cohabitation délicate 3

1. Rencontre avec la peinture d'expression 3
 - Rapport au processus* 3
 - Rapport à l'objet peinture* 9
2. Découverte de l'art-thérapie analytique transpersonnelle dans le cadre de la formation 6
 - De nouveaux outils* 6
 - Bouleversements dans ma pratique artistique* 8
 - Bouleversements dans mon rapport à l'art en général* 9
3. Art et Art-thérapie 11
 - Le conflit* 11
 - Réaction face au conflit* 12

**Résolution du conflit :
mise à jour des différences entre l'art et l'art-thérapie 14**

1. Liberté 15
 - Liberté technique* 15
 - Être libre de faire intervenir la conscience* 16
 - Être guidée par la peinture* 16
2. La beauté 17
3. La vérité 20
 - La peinture d'expression : un dialogue interne* 21
 - L'art est un dialogue entre l'intérieur et l'extérieur* 23
 - *Intégrer le réel* 23
 - *Traduire le réel* 24

Evolution de mon rapport à l'art 26

1. L'art permet le partage 26
2. Nouvelle lecture des œuvres d'art 26
3. Évolution de ma peinture (au cours de la formation) 30
 - Dessiner consciemment son inconscient* 30
 - Domination de la conscience* 33
 - Processus de création* 34

Conclusion 36

1. Création d'ateliers d'expression 36
2. Création de soi et création artistique 36
3. L'art-thérapie développe une conscience nouvelle 38

bibliographie 40

Introduction

J'ai découvert « la peinture d'expression à visée analytique » à l'Atelier Vert Lumière, un an avant le début de la formation. Je terminais à ce moment-là ma troisième année au Beaux-Arts de Paris, où je pratiquais la peinture. Depuis ce jour, les rapports que j'ai entretenus avec ces deux disciplines, l'art et l'art thérapie, ont été tour à tour passionnants, conflictuels, source de nombreux questionnements, de doutes, et d'enrichissements multiples. C'est l'évolution de mes difficultés, de mes interrogations et mes prises de conscience, que je mets ici à jour.

Art/art-thérapie : une cohabitation délicate

1. Rencontre avec la « peinture d'expression »

Rapport au processus

Peindre selon les principes relatifs aux « peintures d'expression » a opéré de vrais bouleversements dans ma façon d'appréhender l'acte de peindre, et par conséquent ma pratique artistique. Le processus à suivre pour élaborer ce type de peinture était très précis : dans un premier temps, il s'agit de laisser s'exprimer son inconscient, à l'aide d'un jeu pictural. Dans un deuxième temps, il s'agit de visualiser des images mentales et les figurer le plus précisément possible, afin qu'elles soient identifiables par tous. La « peinture d'expression » permet de matérialiser, de concrétiser le psychisme.

La première fois que j'ai peint dans ces conditions, j'ai eu quelques difficultés à m'adapter aux consignes : il fallait tout d'abord déposer toutes les couleurs sur la palette, puis une fois devant notre support, fermer les yeux, et laisser aller notre pinceau dessus, en variant le trait et le mouvement de la main. Une fois le jeu terminé, nous devions, à partir de ce mélange de couleurs, de taches et de lignes, tenter de discerner des formes figuratives, et les peindre telles que nous les voyions. Face à ce « programme » je fus tout d'abord déconcertée, et mal à l'aise. Je n'acceptais pas qu'il puisse y avoir des règles si particulières à suivre.

Aux Beaux-Arts, aucun cadre de ce type n'existe. Chaque étudiant est relativement libre, chacun a un travail personnel particulier. Les professeurs de techniques (gravure, sérigraphie, dessin anatomique, modelage...) nous donnent des conseils bien précis relatifs à leur discipline. Mais la personne qui nous guide au cœur de notre travail personnel est un artiste qui intervient relativement peu, il nous donne des conseils mais jamais de règles. Il nous invite à être le plus curieux, le plus authentique, et le plus engagé possible. (Chaque artiste a dans son atelier une dizaine d'étudiants).

De plus, l'art-thérapie telle que je la connaissais avant, permettait aux participants de peindre éventuellement d'après une consigne, mais ensuite avec une totale liberté d'exécution. Je découvrais donc à l'Atelier Vert Lumière une possibilité nouvelle de peindre, qui impliquait l'acceptation d'une ligne de conduite précise, chose qui n'était pas simple pour moi à ce moment-là.

Cette façon de se servir de l'acte de peindre au profit d'une « thérapie » me donnait le sentiment de m'assujettir à une méthode, et ainsi réduire la peinture à un outil. Je la soumettais vulgairement à ma psychologie. Accepter cela était pour moi une façon de dévaloriser l'acte de peindre en tant que tel, et par conséquent déprécier ma pratique artistique. J'étais un peu en colère, j'ai donc résisté par moments intérieurement à ce « protocole ». Mon ego était touché, et malgré le plaisir que j'éprouvais à certains moments, je sentais qu'un conflit intérieur naissait en moi.

Cette attitude réfractaire, cette façon de ne pas accepter de participer pleinement à l'atelier m'a révélé plusieurs choses : tout d'abord mon incapacité à faire confiance, ma difficulté à remettre en question ma façon de peindre, ma peur de perdre mes repères, et enfin ma totale identification à ma pratique picturale.

Ces « peintures d'expression » que je découvrais me surprenaient, dans leur processus, mais aussi dans leur propre contenu pictural et symbolique.

Rapport à « l'Objet » peinture

Les peintures que j'exécutais dans ces conditions me semblaient être tout à fait éloignées, voire opposées à celles issues de ma pratique artistique. Lorsque j'ai débuté ce travail de « développement personnel », mes tableaux aux Beaux-Arts étaient plutôt abstraits, minimaux et contrôlés.

Ceux que je faisais en art-thérapie étaient par définition figuratifs, très pulsionnels, et gras dans leur facture. Les scènes que je représentais étaient particulièrement violentes, habitées par des corps torturés, coupés, des animaux féroces et dévorants. Il y avait des similitudes avec certaines peintures que j'avais réalisées quatre ans auparavant, au sein d'une école préparatoire aux Beaux-Arts. Entre temps, mon travail avait évolué, et s'était radicalement transformé. J'avais donc le sentiment de régresser à travers l'art-thérapie, de revenir à une peinture qui datait pour moi de plusieurs années, et pour lesquelles je n'avais pas beaucoup d'estime.

Le fossé qui existait maintenant entre ces deux types de peintures (thérapeutique et artistique) était manifeste. (Bien que dans certains de mes dessins ce vocabulaire vif et tranchant était toujours présent) Les « peintures d'expression » que je produisais me semblaient être des tentatives réussies d'exhibition, ne possédant aucun intérêt artistique. Je



**Peinture d'expression
(Atelier Vert Lumière)
2004**



**Peintures exécutée aux Beaux-Arts,
2004**

jugeais très durement ces travaux. Leur réalisation m'échappait totalement, car seul mon inconscient guidait mon œil puis ma main. (C'est d'ailleurs le but de cette démarche, mais aussi le piège que je souhaitais éviter dans ma pratique artistique.) La conscience n'intervenant pas directement, je n'accordais aucun « crédit », aucune valeur à ces travaux. Cela me renseignait sur ma façon d'appréhender l'inconscient, sur le manque de confiance que je lui octroyais, et au contraire la toute puissance que j'accordais à ma conscience.

Ces peintures servaient donc à se comprendre, se connaître, leur but était exclusivement individuel. Je reconnaissais l'utilité et l'efficacité de cette démarche vers la « création de soi », mais je ne reconnaissais pas la valeur de ces peintures. Ce chemin me paraissait riche, essentiel et nécessaire, mais les « peintures d'expression » qui le jalonnaient me semblaient vide d'intérêt, une fois sorties de ce contexte, sorties d'une lecture symbolique. Elles n'étaient pour moi que des outils, elles ne « méritaient » donc pas plus d'attention.

C'était donc difficile pour moi de produire une peinture n'ayant pas de crédit à mes yeux. J'avais le sentiment de « trahir » ma peinture, celle que je connaissais aux Beaux-Arts. Je refusais de mettre sur un plan d'égalité une peinture artistique issue d'une recherche, d'un investissement et de choix conscients, avec ces travaux issus d'une démarche introspective, pouvant être le reflet de souffrances personnelles, et servant à aider une psychologie déséquilibrée. Ma façon de dévaloriser ce travail pictural me renseignait sur

ma façon de juger durement (par l'intermédiaire de mon mental) les manifestations de mon ego. Car précisément, dans ces peintures, mon ego (entre autres) s'exprimait pleinement par l'intermédiaire de mon inconscient.

Étant donné le peu de considération que j'accordais à ces travaux, et peignant par ailleurs dans un contexte artistique, j'avais très peur d'être jugée sur leur qualité picturale. J'étais dans une situation inconfortable. J'avais le sentiment que les autres personnes étaient en attente de résultat (projection). Je manquais clairement de confiance en moi, je me sentais particulièrement exposée, et en position de fragilité. Ce sentiment d'inconfort a plutôt diminué les fois suivantes, accordant peu à peu plus de confiance à ce qui m'entourait.

Toutefois, la séparation que j'avais commencé à mettre en place entre ces deux disciplines picturales s'est affirmée par la suite. Le début de la formation n'a pas réduit ce fossé, mais m'a permis de poser clairement la problématique propre à la pratique alternative de l'art et de l'art-thérapie.

2. Découverte de l'art-thérapie analytique transpersonnelle dans le cadre de la formation

De nouveaux outils

Chaque « peinture d'expression » fait partie du processus de « création de soi ». Après avoir matérialisé et visualisé l'inconscient grâce au médium pictural, il s'agit de symboliser, puis interpréter la peinture (accompagné par l'art-thérapeute). Sur cette base, il est ensuite possible d'engager une réelle transformation de soi, jusqu'à la découverte du Soi (centre de gravité de l'appareil psychique), et enfin, parvenir à la réalisation d'un état supérieur de conscience, c'est-à-dire l'Être.

Au cours de la formation, nous avons développé les différents concepts qui gravitent autour de la « création de soi ». La première semaine, la découverte des fonctionnements, des manifestations de l'inconscient et de la conscience, la découverte de ce que signifient les notions d'expression, de création, et d'art, ont profondément bouleversé ma façon d'appréhender ma pratique artistique dans son résultat et son processus, mais aussi ma façon d'appréhender l'art en général. Durant cette formation, nous avons donc défini clairement certaines notions qui n'étaient pour moi jusqu'alors que des concepts abstraits. Peu à peu, j'ai compris les ressorts du processus de la « création de soi » et de la création artistique. De cette façon, j'ai pu commencer à voir, à analyser et à décomposer la peinture en général, thérapeutique ou non.

Nous avons par exemple mis à jour les trois accès allant vers l'inconscient, c'est-à-dire l'énergie, le jeu, le hasard : il existait donc des outils simples pour entrer dans ce

qui n'était pour moi jusqu'à présent qu'un magma de pulsions informes et insaisissables. L'accès à l'inconscient devenait possible et contrôlable. Pour le solliciter, il « suffisait » d'entrer par l'une de ces trois portes.

À l'inverse, il était possible de solliciter la conscience à partir de son imagination (« capacité à produire de nouveaux rapports, de produire des idées et des dispositifs inhabituels, non conventionnels »), ou à partir d'un modèle externe (« une réalité extérieure sous toutes ses formes »).

Le fait de définir l'expression comme étant la matérialisation, la manifestation spontanée de l'inconscient, m'a permis de la repérer lorsque celle-ci se manifestait, et de voir ses limites. Je découvrais par la même occasion qu'il était possible de peindre consciemment son inconscient.

Ne pas confondre peindre l'inconscient et peindre inconsciemment. Peindre l'inconscient, c'est être conscient que l'on cherche son expression¹.

Avant de faire cette distinction pendant la formation, je peignais parfois de cette façon aux Beaux-Arts mais sans en avoir précisément conscience.

Comprendre ensuite que la création naît lorsqu'une zone inconnue est sollicitée et initie une évolution, m'a permis de réaliser véritablement le processus qu'il est nécessaire d'encourager et m'a permis de savoir comment aller volontairement vers la création ou l'expression.

Découvrir que l'expérience artistique n'était pas nécessairement une création, remettait totalement en question ma façon de considérer l'art. Il était donc possible de produire une œuvre picturale sans que celle-ci soit le produit d'une création. Quelle était donc la valeur d'une œuvre d'art, de quoi était-elle composée ?

Savoir que la couleur était directement liée à l'émotion, la matière liée au corps, la forme liée à la prise en compte du réel, la lumière à la pulsion de vie, et la capacité à détailler à la capacité à faire confiance, tout cela était encore des outils pour comprendre et décrypter ce qui œuvrait dans une peinture.

Comprendre qu'il existait différentes pulsions tout à fait identifiables : pulsions de parures, d'imitation et de figuration, savoir que les traits droits et les formes anguleuses sont liés au masculin et les courbes au féminin (je voyais auparavant cette affirmation comme un lieu commun invérifiable), comprendre l'importance et la force du symbole, tout ceci m'a donné des clefs, des outils décisifs pour comprendre la peinture en général.

Avoir à présent ces outils en main me permettait de *voir* différemment, et parfois de décoder le contenu des peintures, les comprendre dans leur processus et leur résultat.

1. G. Quitaud, *Créer se créer*, p. 57, ed. Jouvence

Cette façon de décrypter les peintures, qu'elles soient thérapeutiques ou non, m'a mise dans une situation inconfortable, tout d'abord au niveau de ma création artistique personnelle, et ensuite dans ma façon d'appréhender l'art en général. Désormais, je ne pouvais plus peindre aux Beaux-Arts avec la même conscience, ni regarder les œuvres d'artistes de la même manière.

Bouleversement dans ma pratique artistique

Dans ma pratique artistique quotidienne, j'allais maintenant avoir conscience de ce que je mettais en jeu et sollicitais en moi au moment où je peignais. Je savais quand ma conscience opérait, je savais lorsque mon inconscient émergeait, j'étais même capable de le solliciter volontairement. Je parvenais à comprendre consciemment tout ce qu'il se passait en moi et devant moi, sur la toile. Cela était très instructif et passionnant de comprendre les mécanismes à l'œuvre lors de la conception d'une peinture, mais cela m'empêchait parfois de la laisser vivre, de lui laisser la liberté nécessaire. J'avais cette manie d'auto-évaluer chaque mouvement et chaque initiative. Avant de connaître toutes ces notions que nous avons développées pendant cette formation, j'étais un peu dans la position de « l'imbécile heureuse », cela me permettait de ne pas m'auto-critiquer autant, je me sentais moins responsable de ce que je produisais, mettant une partie de cette responsabilité sur le compte du « mystère » inhérent à l'œuvre d'art et à sa production.

J'avais également tendance à tout analyser : j'essayais de comprendre la signification de certains objets ou formes que j'avais peints ; les différents langages picturaux que j'employais avaient une portée symbolique forte. Les travaux des étudiants que je côtoyais dans mon atelier, devenaient aussi potentiellement analysables. Je me suis parfois surprise à parler avec certains, et les interroger sur le contenu de leur tableau : je leur demandais ce qu'évoquaient pour eux tel objet, telle couleur ou telle composition. Mon comportement était encore plus net avec la personne qui peignait juste derrière moi : ses toiles étaient habitées par des éléments à la fois figuratifs et abstraits. Je cherchais à savoir ce que certaines formes hybrides seraient devenues si cette personne avait poussé un peu plus loin la figuration. Je lui posais parfois clairement la question. De cette façon, j'obtenais des informations susceptibles de créer un début d'analyse, d'ouvrir quelques pistes en ce sens. Cette façon de voir du symbole dans chaque chose me passionnait lorsqu'il s'agissait des peintures des autres. J'avais le sentiment de lire en eux, et de voir le chemin qu'ils auraient à parcourir s'ils décidaient de s'harmoniser, conformément au but recherché dans la « création de soi ».

En revanche, au niveau de mon propre travail pictural artistique, cela me freinait plutôt, ne parvenant pas à agir sans être parasitée par différentes analyses, points de vue, doutes, et interrogations. Mes actes étaient décryptés, décousus, mes repères étaient nouveaux, je ne pouvais plus continuer à créer dans les mêmes conditions. Plusieurs ques-

tions se présentaient à moi : que désirais-je atteindre à travers l'art ? Quelle était mon intention ? Quelle existence, quelle raison d'être, quelle valeur avaient réellement mes peintures ? J'étais dans le flou.

Dans un premier temps, les prises de conscience successives issues de la formation ont eu tendance à me paralyser dans ma pratique artistique. Dans un deuxième temps, des changements résolument positifs se sont produits, je les développe dans une prochaine partie.

J'avais le sentiment d'avoir démonté mon processus artistique : tous les morceaux se trouvaient maintenant autour de moi, et je ne savais plus de quelle façon et surtout à quelles fins j'allais pouvoir continuer à m'investir dans une voie artistique.

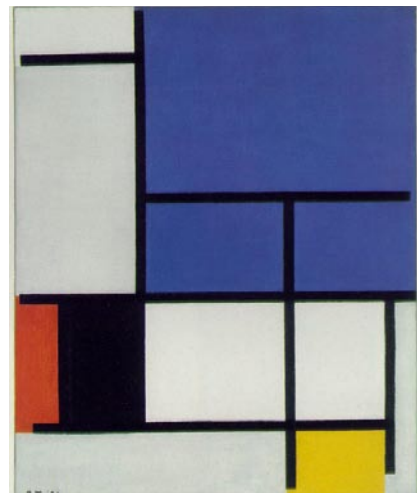
Bouleversement dans mon rapport à l'art en général

En plus de découdre mon processus artistique et lire dans les travaux des étudiants autour de moi, c'est à travers les concepts développés pendant la formation que je percevais les œuvres des artistes en général.

Les peintures de Pollock et de Twombly se réduisaient à des manifestations pulsionnelles, pendant que Malevitch et Mondrian devenaient à mes yeux des artistes malades et stériles, étriqués et prisonniers de leur conscience. Même Picasso me semblait s'être débattu de toute ses forces sans atteindre Le but (atteindre le Soi), car il était encore possible d'avoir une lecture psychologique de son œuvre.



Jackson Pollock 1948
Gris et rouge n°4
Huile et acrylique sur papier



Piet Mondrian 1921
Composition avec grand bleu,
rouge, noir, jaune et gris
Huile sur toile

Cette façon de lire les œuvres d'art les transformait et les réduisait à des manifestations symptomatiques. Selon moi, l'artiste était malade dès lors qu'il était possible de deviner ses failles, ses conflits intérieurs, ses blessures à travers son travail.

En art-thérapie analytique et transpersonnelle, les choses sont claires : la peinture est la matérialisation de l'inconscient, et souvent le révélateur de nombreuses souffrances ou disharmonies. Son rôle est précis.

Dans le domaine de l'art, les peintures ne s'annoncent pas de cette façon, et pourtant beaucoup reflètent ce type de disfonctionnements présents chez l'artiste. Voir cela me décevait et démystifiait d'un seul coup tout ce que j'avais pu élaborer autour de l'œuvre d'art en général. C'est avec des yeux nouveaux, et sous l'angle psychologique que j'abordais les œuvres. La pratique artistique me semblait n'être alors qu'une tentative vaine de se « soigner », de s'équilibrer. Je pensais qu'il serait plus judicieux que chaque artiste cherche à s'introspecter directement plutôt que de passer par le biais détourné de l'art.

Comment après ce constat pouvais-je continuer à peindre ? Après avoir dévalorisé au maximum la « peinture d'expression », j'étais au contraire en train de l'idéaliser. Il m'apparaissait clairement que celle-ci était la seule possible, car son rôle était déterminant. Qu'y avait-il de plus fondamental qu'apprendre à se connaître et chercher à s'harmoniser ? L'art pouvait-il remplir une mission de la même importance ? L'urgence me semblait être que chacun se serve de la peinture à des fins thérapeutiques, c'est à dire à travers la « peinture d'expression » à visée analytique, et non par l'intermédiaire d'une pratique artistique. L'œuvre d'art devenait à mes yeux le résultat du mélange entre symptôme et recherche esthétique, en quelque sorte la manifestation d'une névrose édulcorée.

L'art-thérapie telle que je l'apprenais me faisait donc douter du processus artistique. L'art ne servait-il qu'à témoigner d'une psychologie ? L'artiste déguisait-il simplement ses aspirations spirituelles derrière cette pratique ? Cette nouvelle vision de l'art n'était pas réellement valorisante, et ne m'encourageait pas à poursuivre ma pratique aux Beaux-Arts.

Je craignais alors d'être contrainte de la mettre de côté, car il me semblait clair que tant que je n'aurais pas résolu la plupart de mes conflits liés au passé, je ne pourrais pas produire un travail artistique valable. J'allais donc attendre d'être harmonisée intérieurement, puis reprendre ma pratique dans des conditions plus saines, et produire ensuite des œuvres dans lesquelles on ne pourrait plus lire mes difficultés ou mes caractéristiques internes.

À quoi pouvait ressembler une œuvre qui ne laissait pas apparaître la psychologie de son auteur ? Combien de temps allais-je devoir attendre avant de renouer avec l'art ? Allais-je pouvoir produire un jour un art « non compulsif », le seul art possible à mes yeux ?

3. art / art-thérapie

Le conflit

Ces deux disciplines devenaient très difficilement conciliables. Lorsque je pensais consciemment à la problématique qui m'habitait, je ne pouvais que constater l'absurdité de poursuivre une pratique artistique. Mais le problème, ou la chance, c'est que je ressentais un besoin vital de continuer à peindre dans ce contexte. Ma position psychologique était alors difficilement tenable.

La capacité à faire de l'art peut être en totale contradiction avec la force qui pousse l'individu à se chercher au travers de ses créations ; la tension existante peut engendrer une véritable dissociation entre les exigences internes qui le tirent, l'aspirent vers le repli de l'Être, et une poussée impérieuse à se réaliser extérieurement par l'art : fracture, écartèlement, simple antinomie...en tous cas une position inconfortable entre l'Avoir et l'Être.²

C'est parce que presque aucun artiste ne parvient à un réel accomplissement spirituel à travers son œuvre, qu'il m'était devenu impossible de souhaiter continuer ma pratique artistique, activité désormais mineure à mes yeux. L'art n'était-il pas un détour pour aller au but vers lequel la « création de soi » nous amène directement ? La création artistique et la « création de soi » semblaient être deux voies contradictoires.

Une autre question renforçait ce constat : était-il possible de souhaiter évoluer vers la connaissance de soi, vers la résolution de nos conflits internes, vers l'accomplissement ultime, et avoir parallèlement une pratique artistique toujours fertile ? Car si l'art sollicite notre inconscient et, entre autres, les souffrances qu'il contient, comment allait-il être possible de ne pas assécher ma création artistique si j'essayais parallèlement de résoudre ces blessures ? Qu'allait il rester de l'énergie qui impulsait mes peintures, si je me pacifiais intérieurement ? (La question plus large que je soulevais était celle de la nécessité ou non d'avoir des failles pour construire, élaborer un travail, une œuvre artistique) Je réalise aujourd'hui que j'identifiais inconscient et souffrance, alors que celui-ci est beaucoup plus vaste et riche que cela.

Il est erroné et grotesque de réduire l'inconscient à cette noirceur pathologique, à cette conception négative, voire dangereuse (...) on a l'inconscient que l'on mérite ; celui-ci prend la forme de ce que nous projetons et transférons sur lui, car c'est un lieu de transfert du contenu de la conscience.

2 . Gérald.Quitaud, même référence que le n°1, p21

Si nous le craignons et le traitons comme un diable ou un pestiféré, il s'exprimera par des données et des images de cette nature. Si nous l'envisageons et le questionnons comme un lieu sacré, fait de sagesse et de Spiritualité, il nous parlera du meilleur de nous-mêmes et du monde³.

L'inconscient était pour moi peuplé de choses relativement négatives : blessures, conflits, traumatismes. Par conséquent, le problème de ma capacité à « faire de l'art » tout en avançant sur le chemin de la connaissance de soi ne pouvait se poser autrement. La « création de soi » risquait de tarir mon énergie, elle était une menace pour ma pratique artistique.

Réaction face au conflit

Face à ce problème et afin de ne pas sacrifier de façon réactionnelle ma peinture (aux Beaux-arts), une solution (temporaire) s'était imposée : je devais séparer nettement ces deux disciplines, afin de ne plus les évaluer sous le même angle, sur le même plan. Le clivage a été ma réponse immédiate au problème. J'adoptai à ce moment-là une attitude radicalement inverse au but propre à la « création de soi », qui est le contraire de la dualité, l'harmonisation interne.

Lorsque j'étais aux Beaux-Arts j'essayais de mettre clairement de côté les questions que me posait la formation et mon désir de m'engager vers la « création de soi », car cela m'incitait à m'éloigner de ma pratique artistique. Paradoxalement, plus je peignais aux Beaux-Arts, et plus je voyais la nécessité pour moi de m'engager profondément dans cette voie, plus je constatais le temps et l'énergie qu'elle réclamait. Ne pas lui consacrer ce qui lui était nécessaire me faisait immédiatement culpabiliser. (Picasso a dit que la peinture est *une maîtresse exigeante*, cette formule est profondément juste.) Quitter l'atelier était même devenu un problème. J'avais la sensation de ne pas avoir résolu les rapports que j'essayais de poser sur la toile, et au moment d'en partir, j'avais comme le sentiment de laisser une personne en demande et dans le désarroi. Il est clair qu'avec le recul je comprends que ce sentiment ne concernait rien d'autre que moi-même.

La peur de devoir abandonner cette pratique provoquait chez moi le besoin d'adhérer en permanence à ma peinture et d'y rester enracinée, afin de ne pas risquer de la remettre en question.

Parallèlement, pendant les semaines de formation, le regard que je portais sur ma peinture aux Beaux-Arts prenait une autre forme. J'avais du recul, et je réduisais considérablement la toute puissance que je conférais à ma pratique artistique. Je lisais automatiquement mes productions et mon comportement envers elles à travers ce que nous

3 . Gérald.Quitaud, même référence que le n°1, pp. 48-49

disions ; j'avais un regard distancié, dépassionné, très différents des moments où je me trouvais en face de mes peintures, plongée dans ma démarche artistique. Celle-ci devenait une activité mineure à mes yeux, l'art-thérapie prenait le dessus.

Puis, une fois revenue à l'atelier des Beaux-Arts, je me rappelais certaines pensées qui m'avaient habitée pendant la formation, et cela provoquait chez moi de la colère, comme si j'avais trahi d'une certaine façon l'engagement pris avec ma pratique artistique. Chaque remise en question initiée par l'art-thérapie me faisait craindre d'abandonner ou mettre de côté ma peinture.

Pendant les premières semaines de formation, je vivais chaque départ de Paris comme un arrachement à mon atelier, ma pratique, mes repères. Je savais les prises de conscience, les remises en question, les doutes qui m'attendaient. Lorsqu'ensuite je devais quitter Saint-Étienne pour revenir à Paris, l'arrachement était le même, craignant de devoir une fois de plus me réadapter à d'autres repères. J'essayais donc, autant que possible, de séparer nettement l'art et l'art-thérapie, car je n'étais pas prête à assumer la conséquences d'une confrontation directe : c'est-à-dire l'arrêt de l'un ou de l'autre.

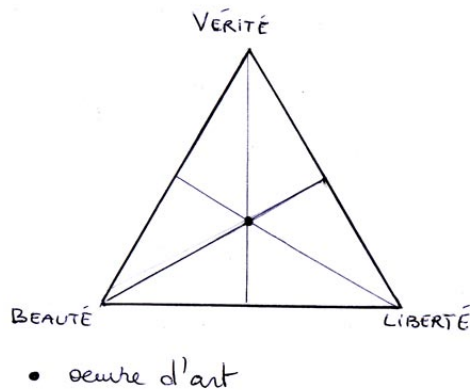
J'avais l'intuition qu'un choix radical de cette nature n'aurait pas été le bon. C'est pourquoi je devais trouver des raisons valables qui me permettraient de poursuivre mon travail artistique, trouver son rôle propre et aussi « noble » que celui rempli par la « création de soi ». Que pouvait-il exister de plus ou d'aussi important que d'entrer sur ce chemin ? Continuer l'art n'allait-il pas retarder mon évolution ? N'était-ce pas emprunter une voie détournée et plus longue de peindre dans un contexte artistique plutôt que thérapeutique ?

Ces deux démarches, l'art et l'art-thérapie, me paraissaient inconciliables. Le chemin à parcourir pour les rapprocher et comprendre leurs liens me semblait impossible à tracer. Pour résoudre le conflit qui m'animait et pouvoir continuer à peindre, j'allais devoir rompre avec l'idée que la seule peinture artistique valable serait une peinture exécutée par un être accompli, et parallèlement, je devais dés-idéaliser la « peinture d'expression » qui semblait être la peinture la plus « utile », la plus légitime. Il fallait d'une certaine façon que je réhabilite la pratique artistique, et lui trouve de nouveau une place et un sens clair dans ma vie. Pour cela, j'allais devoir mettre à jour les différences propres aux deux pratiques, afin de les dissocier et comprendre ce que chacune mettait en jeu d'unique dans son processus, son résultat, sa signification profonde. De cette façon, il me serait possible de ne plus les comparer, de ne plus les placer sur une même échelle de valeur.

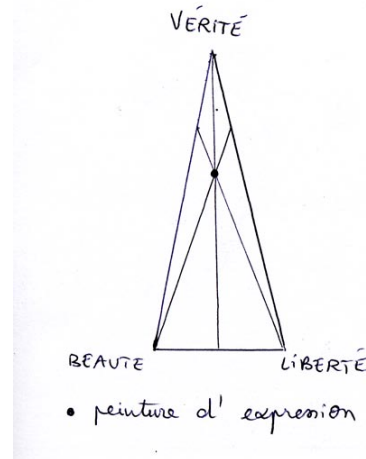
Résolution du conflit : mise à jour des différences entre l'art et l'art-thérapie

Durant la formation, ce schéma (1) définissant l'art a provoqué en moi un véritable déclic. Il plaçait l'œuvre d'art comme étant le point d'équilibre entre les notions de beauté, de liberté, et de vérité.

1. Art (© Atelier Vert Lumière)



2. Art-thérapie



En révélant ce que l'œuvre d'art mettait en jeu, il montrait indirectement ce que l'art-thérapie ne sollicitait pas. La « peinture d'expression » n'a aucun rapport avec la liberté ni la beauté. (Ou bien à des moments bien précis et ponctuels d'un accompagnement). D'une manière générale, seule la vérité lui importe. Le mot « art », dans l'expression « art-thérapie » n'est donc pas exactement approprié. Tout ce qui se rapporte à la pratique picturale n'est pas artistique. Cela peut sembler anecdotique, mais cette distinction m'a permis de voir plus nettement les différences fondamentales qui existent entre ces deux voies.

De ce point de vue, l'œuvre d'art ne pouvait plus être une « sous peinture d'expression » ou une tentative vaine de lire en soi, comme je le pensais avant. L'art utilisait d'autres outils, c'était clairement une autre recherche. Je l'avais toujours senti mais sans pouvoir définir et comprendre les particularités précises de ce processus ni par conséquent son utilité. Grâce à ce schéma je voyais objectivement que l'art, contrairement à la « peinture d'expression », n'était pas exclusivement dirigé vers lui-même. L'intégration de la liberté et de la beauté dans le processus pictural artistique sous-entend une ouverture vers l'extérieur.

1. liberté

Liberté technique

Dans le cadre d'une « peinture d'expression », les moyens techniques sont clairement mis au service du symbole et de son incarnation, c'est-à-dire au service des formes figuratives explicites. Afin d'analyser ensuite le tableau, il est nécessaire que chaque élément qui le compose soit précis et défini. Le médium n'a donc aucune souplesse, il ne peut exister pour ce qu'il est, mais seulement pour ce qu'il va représenter et figurer. En art-thérapie analytique transpersonnelle, il n'y a aucune liberté lors de la conception d'une peinture, l'inconscient projette des images, l'œil les voit, la main les précise.

En revanche, il est possible d'utiliser différents médiums de façon totalement libre dans le domaine artistique. L'encre, la peinture, la cire, les pastels, chaque technique peut être mise en rapport l'une avec l'autre si l'œuvre l'exige. Le moyen utilisé aura une réelle autonomie, et participera lui-même au sens du tableau.

Si la liberté propre à l'art est une chance, elle peut aussi être vécue comme un vide effrayant provoquant vertige et paralysie. Dans ce cas, le médium lui-même peut offrir le cadre nécessaire afin que la liberté surgisse.

Si tout m'est permis, le meilleur et le pire, si rien ne m'offre de résistance, tout effort est inconcevable.(...) Suis-je donc obligé de me perdre dans cet abîme de liberté ?

Je vaincrai ma terreur et me rassurerai à l'idée que je dispose des sept notes de la gamme, que le temps fort et le temps faible sont à ma portée, et que je tiens aussi des éléments solides et concrets qui m'offrent un champs d'expérience(...) C'est de ce champs que je vais tirer mes racines, bien persuadé que les combinaisons qui disposent de douze sons à chaque octave et de toutes ces variétés de la rythmique me promettent des richesses que toute l'activité du génie humain n'épuisera jamais(...) Nous trouvons la liberté dans une étroite soumission à l'objet⁴.

C'est la contrainte liée au matériau utilisé qui va créer le cadre nécessaire à la création, et son essence propre. Je me suis plusieurs fois retrouvée devant cette sorte de vertige, en me posant la question du médium. Tant d'outils sont aujourd'hui à notre portée, que cela peut intimider. On se pose alors la question de la pertinence de prendre tel ou tel outil artistique, on regarde ce qu'il met en jeu, et on hésite, craignant de ne pas choisir celui qu'il « faut ». Or il me semble que cette question peut être résolue si l'on admet que le fond fera corps avec la forme, et que l'essentiel est de l'incarner. Une fois le médium choisi, il s'agit d'en extraire ce qu'il incarne en l'associant à notre *nécessité intérieure* (Kandinsky).

4 . Igor Strawinsky, *Poétique musicale*, pp. 45 et 52-53, ed bon plaisir, plon.

Être libre de faire intervenir la conscience

Si dans le processus en général long de la « création de soi », la conscience intervient à différents niveaux, son rôle est mineur durant la réalisation d'une « peinture d'expression ».

En revanche, la conscience peut être définitivement plus présente dans la création artistique. C'est elle qui permet par exemple de géométriser, composer, anticiper, choisir, inventer. L'œuvre d'art, au lieu de solliciter pleinement notre inconscient comme dans une « peinture d'expression », permet aussi de faire appel au subconscient, juste en-dessous de la conscience de l'artiste. Au lieu de se montrer dans son rapport au passé, et dans son rapport au monde, c'est ce rapport au monde même que l'artiste dévoile. Sa personne sert de filtre, mais ne devient pas pour autant le sujet de sa peinture.

Une image offerte par la vie nous apporte en réalité des sensations multiples et différentes.(...) Pour exprimer ces impressions, pour écrire ce livre essentiel, le seul livre vrai, un grand écrivain n'a pas à l'inventer puisqu'il existe en chacun de nous, mais à le traduire. Le devoir et la tâche d'un écrivain sont ceux de traducteur⁵.

Le but n'est donc pas d'exhiber notre intérieur, mais de le filtrer, le traduire afin de le rendre accessible, et lui donner une vie nouvelle après sa conception. C'est parce que j'oubliais que le but de l'art était de donner vie à des formes autonomes, que je considérais auparavant l'intervention de la conscience dans une œuvre d'art comme un refoulement, comme une chose négative. Or il me semble que la conscience est nécessaire si l'on souhaite filtrer et traduire « le monde ». Encore une fois, c'est ma lecture psychologique de l'œuvre qui m'empêchait d'aller plus loin dans sa compréhension.

Être guidé par la peinture.

Si la peinture réclame de mettre une couleur plus qu'une autre, il faudra suivre ce que la peinture nous dit, et non, comme dans une « peinture d'expression », ce que notre projection nous conduit à peindre.

En art, il s'agit de doser entre *nécessité intérieure* et *nécessité picturale*. Parfois même c'est une volonté de forme qui cherche elle-même à s'incarner.

(...) [l'artiste] s'éveille dans l'homme par un événement inattendu, un incident extérieur ou intérieur : un arbre, un visage, un « sujet », une émotion, un mot. Tantôt c'est une volonté d'expression qui commence la partie, un besoin de traduire ce que l'on sent ;

5. Marcel Proust, *A la recherche du temps perdu, t, VIII : Le temps retrouvé, II*, pp. 39-41, ed. Gallimard

mais tantôt c'est, au contraire, un élément de forme, une esquisse d'expression qui cherche sa cause, qui se cherche un sens dans l'espace de mon âme⁶ (...)

L'artiste peut en effet à la fois être guidé par la volonté de s'exprimer, comme il peut être le témoin en lui de quelque moyen d'expression cherchant quelque chose à servir, à incarner. Il me semble qu'en peinture c'est exactement cela qu'il se passe. Le dialogue entre l'homme et l'œuvre est constant, la liberté dont on parle est donc toute relative.

Aujourd'hui encore comme jadis, libre l'artiste ne l'est tout au plus pour ce qui regarde la conception générale de l'œuvre. Immédiatement après, son action se trouve étroitement déterminée. (...) On ne fait pas de la poésie avec des idées, pas plus que l'on ne fait de la peinture avec un motif, fleur ou anecdote, de la musique avec des sentiments. Mais le poète opère avec le langage, le musicien avec des rapports sonores, le peintre avec des rapports de lignes, de tons. (...) Ce qu'il s'agit de produire c'est un organisme, c'est une forme concrète, et ce sont des questions formelles, des questions de structure qui se posent tout au long de ce travail. Si l'auteur essaie de procéder différemment, s'il fait intervenir au cours de son activité de composition et d'organisation des considérations d'ordre interne, psychologique, s'il prétend se référer au sens, traiter la forme ainsi qu'une apparence, il va inmanquablement à un échec (...) car le sens naît avec la forme, il est cette forme, il existe en tant qu'incarné⁷.

Parfois le tableau, à travers le médium pictural commande lui-même. Un décentrage a lieu : le point de référence de l'œuvre n'est plus son auteur, comme en art-thérapie, mais la peinture elle-même.

2. La beauté

La « peinture d'expression » n'a pas de lien direct avec la beauté. Elle doit s'affranchir de tout code esthétique, et de toute recherche picturale pure. Celle-ci n'a pas d'indépendance, elle est au service de ce que l'inconscient voudra révéler.

L'art au contraire est concerné par cette question. Il faut d'ailleurs différencier la beauté de l'esthétique. D'après Kant, le *beau* n'a pas de rapport avec l'agréable ou le bon, puisqu'il consiste en une satisfaction indépendante de tout intérêt. Le *beau* a l'ambition d'être partagé par tous les hommes, mais ne peut pas, par contre, s'étayer sur des concepts objectifs. L'idée du *beau* ne serait pas une caractéristique propre à l'objet, mais une possibilité d'expérience face à l'œuvre d'art (ou autre). Cette notion tend au partage, à

6. Paul Valéry, *Poésie et pensée abstraite*, pp. 160-161, ed. Gallimard .

7. Boris de Schlöezer, *Introduction à J.S. Bach, essai d'esthétique musicale*, p. 287, ed. Gallimard

une communicabilité universelle. (L'artiste cherche un rapport peut-être plus proche du *sublime* que du *beau*.)

L'esthétique en revanche est liée à ce qui est agréable et harmonieux, selon les codes d'une culture précise. La beauté se situe au delà de ces critères. L'artiste ne cherche pas à organiser une surface afin qu'elle soit plaisante pour les sens (si c'est finalement le cas, cela n'aura pas été nécessairement le but). Le plaisir immédiat face à l'œuvre n'est pas un critère fiable pour évaluer la qualité du tableau, ni pour le guider lors de sa conception. Le plaisir peut bien sûr intervenir, mais il ne sera alors qu'une étape pour aller vers quelque chose de plus profond.

L'harmonie des couleurs doit reposer uniquement sur le principe de l'entrée en contact efficace avec l'âme humaine⁸.

Parler du *beau*, c'est induire qu'il existe des choses laides. Or je ne crois pas que l'artiste au départ classe dans une catégorie ce qui se rapporte au *beau* et ce qui se rapporte au *laid*. S'il pose les choses d'une façon binaire et en ces termes, cela peut être une entrave à son ouverture propre et à celle de son œuvre.

Je veux vous dire en quoi ma conception s'éloigne fort de la façon de voir usuelle. Il y a pour celle-ci des objets qui sont beaux et d'autres qui sont laids, des personnes belles et des personnes laides, des endroits beaux et des laids.

Rien de tel pour moi. La beauté n'est nulle part, pour moi. Je tiens cette notion de beauté pour complètement erronée.(...) La culture d'occident à chaque nouveau siècle proclame beau ce qui était proclamé laid au siècle précédent. L'explication donnée à cette incertitude, tout en existant à coup sûr, est dérobée aux yeux de beaucoup de personnes. Le discernement de la beauté nécessiterait un sens spécial, dont beaucoup ne seraient pas dotés⁹.

La notion de beauté est peut-être en effet erronée. Cette idée rejoint d'ailleurs ce que « l'art- thérapie analytique et transpersonnelle » cherche à atteindre : ce point ultime où l'on serait capable de voir en chaque élément, chaque être humain, son caractère sacré. Pour cela il faut dépasser la dualité, la séparation caractéristiques de l'ego.

Dans ma pratique artistique, ce que je cherche c'est un rapport qui ne soit pas dépendant d'une recherche visuelle harmonieuse. Un rapport qui tendrait vers une force. Ce rapport émerge à travers ce que j'appelle la « capacité d'abstraction » d'une œuvre. À travers cette expression, je parle de ce qu'une œuvre montre au delà de ce qu'elle

8. Wassily Kandinsky, *Du spirituel dans l'art et dans la peinture en particulier*, p.112, ed. Denoël

9 Jean Dubuffet, *L'homme du commun à l'ouvrage*, p.71, ed. Gallimard

représente. C'est à dire les rapports de formes, de lumières, de couleurs, de contrastes, de vide et de plein qui habitent le tableau. Le sens du tableau peut dans un premier temps apparaître à travers ce que les éléments signifient dans leur représentation et à travers les concepts vers lesquels ils tendent. Mais ensuite, c'est la résonance des éléments à travers leur matérialité picturale pure et leur rapport ainsi établi qui importent. La véritable lecture d'un tableau passe par ce qu'il incarne et non par ce qu'il représente.

Il me semble que c'est la force qui émane de la capacité d'abstraction d'un tableau qui l'amène à atteindre son but. Gilles Deleuze parle du diagramme que possède chaque peintre : Turner ne peint pas des bateaux, il donne vie à des petites virgules, des petites croix, des accents.

Lorsque De la tour peint « Madeleine repentante », le noir créé par la chaise et l'angle de la jambe pliée existe de façon autonome. Dans « La femme à la puce », les rectangles rouges et bruns foncés formés par la chaise, génèrent une force d'abstraction proche des peintures modernes.



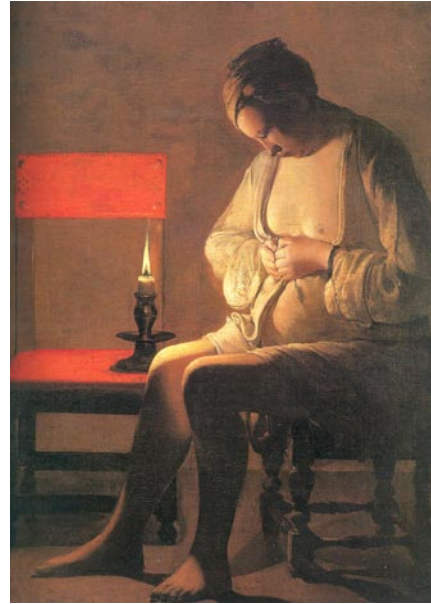
William Turner 1826
La cathédrale d'Orléans
Aquarelle sur papier



William Turner 1826
A chase marée and mother vessels under a cloudy sky
Aquarelle sur papier



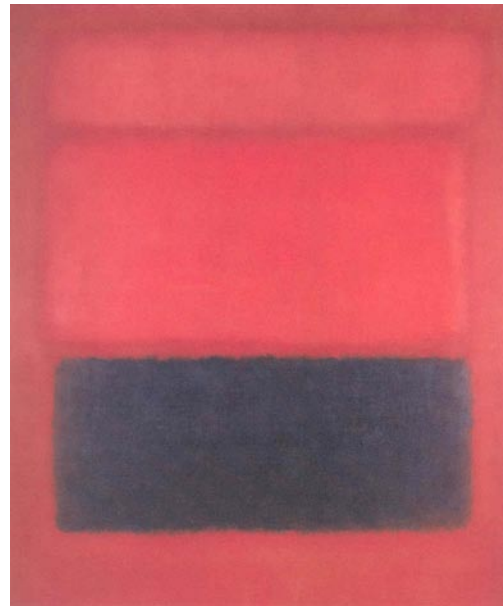
Mark Rothko
1960
Sans titre
Huile sur toile



Georges De la Tour
1630-1634
La femme à la puce
Huile sur toile



Georges De la Tour
1640
Madeleine repentante
Huile sur toile



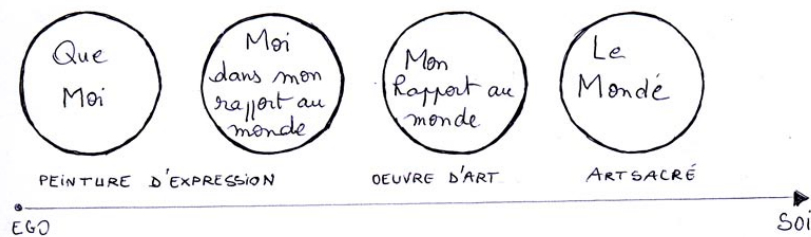
Mark Rothko 1957
Noir sur rouges
Huile sur toile

3. La vérité

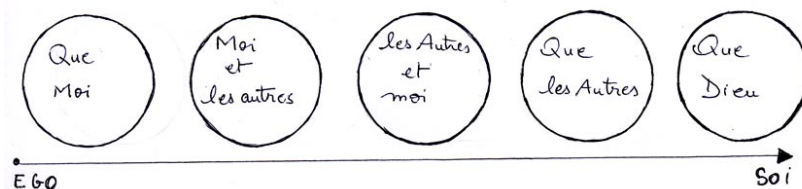
Dans la « peinture d'expression », la recherche de la vérité consiste à être le plus fidèle possible à ce que l'on est dans notre réalité du moment. Être à l'écoute et au plus juste de ce que notre inconscient nous révèle de nous-même, sans refuser, refouler, ou transformer. Cette démarche nécessite d'être exclusivement tourné vers notre intériorité.

En revanche pour l'artiste, la vérité correspond plutôt à celle de notre rapport au monde, notre rapport à l'extérieur en général. À l'extrême, lorsqu'il s'agit d'Art sacré, l'extérieur devient lui même le sujet de l'œuvre (la personne s'étant dissoute dans le monde). Il serait possible de résumer cette idée en faisant un parallèle entre la création picturale et la « création de soi ». Dans les deux cas, l'objectif est l'effacement de l'ego.

1. Création picturale



2. Création de soi (© Atelier Vert Lumière)



Ce parallèle n'exclut pas le fait de pratiquer alternativement l'art et l'art-thérapie, de la même façon qu'il est possible de passer par la création picturale pour être sur le chemin de la « création de soi. »

La « peinture d'expression » : un dialogue interne

La différence majeure entre une « peinture d'expression » et une peinture exécutée dans un contexte artistique, est que la première est exclusivement dirigée vers l'intérieur, tandis que l'autre sollicite l'extérieur dans sa réalisation et dans son exposition. En art-thérapie, la peinture est le reflet de la vie intérieure profonde de la personne qui l'a produite.

L'expression picturale ne permet ni tricherie ni mensonge car elle exprime la réalité vécue, la vérité débarrassée de nos illusions intellectuelles, ce que nous sommes réellement¹⁰.

Au moment de la conception du tableau, la personne ne communique qu'avec elle-même, sans intervention de l'extérieur. L'homme et son œuvre ne font qu'un, ils adhèrent l'un à l'autre immanquablement :

L'objet de la création picturale vise à rendre le peintre sujet de sa peinture et, ce faisant, à abandonner toute volonté artistique ou culturelle (...). En devenant sujet de sa peinture, il se crée lui-même, évolue et se métamorphose par le biais de l'expression picturale¹¹.

Cette expression picturale est donc le miroir fidèle de nous-mêmes. Ces peintures ont pour fonction de nous mettre sur le chemin de la « création de soi ». Leur rôle est tout à fait clair, elles nous permettent de connaître nos souffrances passées non résolues, de savoir sur quel plan de conscience nous sommes, ou encore de poser des questions propres à une situation, une crise, un traumatisme, et d'y répondre.

Sur cette base, il est alors possible d'agir en conscience, et de faire les choix nécessaires pour évoluer, et se mettre sur le chemin de « la création de soi ». La peinture, dans ce contexte, est un outil. Elle n'a pas de valeur picturale propre, étant donné qu'elle ne peut fonctionner indépendamment de son auteur. Chaque nouveau tableau marque les évolutions qui se sont produites, et témoigne de ce qu'il reste à parcourir. Le processus de création qui s'étaye sur ces « peintures d'expression » est vivant, évolutif par définition, changeant, irrégulier, et tourné indirectement vers l'extérieur, dans la mesure où les différentes prises de conscience permettent de percevoir différemment le monde.

Je distingue donc le processus de création, de la « peinture d'expression » même. Celle-ci est totalement tournée sur elle-même, et n'a pas de fonction supplémentaire que d'être le support de la matérialisation de l'inconscient. Cette peinture n'a rien à transmettre de particulier, rien à montrer de plus qu'une partie d'un inconscient personnel issu de la biographie du sujet. Sortie de ce contexte, cette peinture n'a pas d'existence propre.

Elle est une médiation capitale pour celui qui désirerait se mettre sur ce chemin d'évolution, mais en soi, elle n'apporte rien aux autres dans sa matérialité plastique.

Il peut bien sûr arriver que certains tableaux possèdent des qualités picturales. Mais cela ne signifie pas que l'auteur aura axé sa recherche vers autre chose que lui-même, car il n'aura pas mis à profit en conscience, même partielle, le pouvoir que la peinture recèle, contrairement à ce qu'un artiste pourrait faire.

10. Gérald Quitaud, même référence que le n°1, p.13

11. Gérald Quitaud, même référence que le n°1, p.23

L'art est un dialogue entre l'intérieur et l'extérieur.

- Intégrer le réel

Les « peintures d'expression » se caractérisent donc par un dialogue interne, une sorte de symbiose entre l'homme et son tableau.

(...) les protagonistes (l'homme et l'œuvre) s'exercent dialectiquement à extraire du premier autant que celui-ci extrait du second. C'est une recherche d'harmonisation, de potentialisation et d'unification¹².

Contrairement à ce mécanisme, l'œuvre d'art, elle, témoigne du dialogue intérieur/ extérieur qui la caractérise. (Bien que cette notion d'extérieur soit relative : *Il n'existe pas de position d'observateur qui ne construise pas l'objet observé*).

L'artiste peut également vivre des moments de symbiose, simplement ceux-ci seront alternés par des choix ou des actes faisant intervenir l'extérieur de façon plus ou moins directe. L'« acte de prédation » témoigne de cette tendance qu'a l'artiste de vouloir s'approprier l'extérieur (*l'ego prédateur cherche toujours à absorber, à s'emparer de tout*).

L'art naît précisément de la fascination de l'insaisissable (...), de la volonté d'arracher les formes au monde que l'homme subit pour les faire entrer dans celui qu'il gouverne. Le sentiment du monde que nous impose l'œuvre capitale est voisin de celui qu'éprouve l'artiste qui la crée : elle est une parcelle du monde qui n'appartient qu'à lui¹³.

L'artiste peut tout prendre : un objet, un morceau de panneau publicitaire, une lumière, le schéma d'une notice, les motifs d'un tissu, une matière, une couleur, un reflet... Il peut aussi dessiner d'après nature, multiplier les croquis afin de voir l'extérieur le plus pré-



**Cour des Beaux-Arts
(Photographie)**



**Green (1^{ère} étape) 2005
Techniques mixtes
195 x 130 cm**



**Green (2^{ème} étape)
2006**

12. Gérald Quitaud, même référence que le n°1, p. 31

13. André Malraux, *Les voix du silence*, p. 318, ed Gallimard

cisément possible, puis s'en servir ensuite dans la construction d'un tableau. Construire un tableau, c'est mettre ensemble, créer des rapports, faire des liens, associer à un autre n'importe quel élément qui le permette.



Photographies



**Croquis
préparatoires**



**Verre fumé 2006
Acrylique sur toile
195 x 115 cm**

Je donne en exemple une peinture que j'ai faite l'année dernière, en intégrant des photos et dessins exécutés à des moments différents, sans savoir au préalable exactement comment j'allais pouvoir les assembler.

J'ai néanmoins agi en étant guidée par des certitudes internes, des intuitions, des évidences. Je savais par exemple que je voulais intégrer une vache dans un ou plusieurs de mes travaux, j'en ai donc photographié dans ce but. Je ne me posais pas la question du sens, ni me demandais quelle signification, quel symbole cela pouvait avoir (si je le faisais, c'était seulement dans un deuxième temps). Un autre jour, c'est par hasard que je suis passée devant ces pots près de l'hôtel d'un boulevard rénové dont je souhaitais prendre quelques vues : le vert du gazon neuf, l'orange vif des plots de travaux, les gris chauds et denses du bithume, les blancs des marquages au sol encore frais, tout cela créait un décor sobre dans la forme, mais excessif en couleurs.

Une fois à l'atelier, j'ajoute ces photos à l'ensemble des documents que je conserve, et qui me permettent d'avoir un vocabulaire de formes sous les yeux. De cette façon, il est possible de créer des rapports, des associations inhabituels. Pour le noir, la couleur constituant la base de cette peinture, j'ai ressenti ce dont parle Paul Valéry, *ce moyen d'expression cherchant quelque chose à servir, à incarner*. Au moment où je l'ai peint, j'obéissais simplement à cette entité extérieure, cherchant à prendre forme, à prendre corps. Il fallait que je peigne ce noir.

- Traduire le réel

Cette capacité d'observation que développe la pratique artistique, permet d'ouvrir, d'enrichir notre vocabulaire intérieur, et d'empêcher notre être de fonctionner en circuit fermé. Le but de l'art n'est pas de copier l'extérieur mais de s'en inspirer, au sens propre comme au sens figuré. Le réel passe dans le corps de celui qui l'observe, puis en ressort transformé pendant l'acte pictural (l'expiration).

Tout l'univers visible n'est qu'un magasin d'images et de signes auxquels l'imagination donnera une place et une valeur relatives ; c'est une espèce de pâture que l'imagination doit digérer et transformer¹⁴.

(...) [L'artiste] exprime ce qui le fascine, non pour s'en délivrer (l'objet de la fascination reparaitra dans l'œuvre suivante) mais pour en changer la nature ; car, l'exprimant avec d'autres éléments, il le fait entrer dans l'univers relatif des choses conçues et dominées.(...) Il ne se défend pas contre l'angoisse en l'exprimant, mais en exprimant autre chose avec elle, en la réintroduisant dans l'univers¹⁵.

L'art permet donc la création d'une réalité nouvelle. En art-thérapie, le but est au contraire de se libérer de la fascination, et de ne pas répéter l'objet de la fascination. Dans une « peinture d'expression », le but n'est pas de transformer ce qui apparaît, mais de rester fidèle à ce qui sort de nous, sans modifier le contenu. La transformation, inhérente à la voie vers « la création de soi », se produit ensuite, dans un temps succédant la peinture. Cette transformation concerne l'être humain directement et non la peinture, comme dans un processus de création artistique. (Ces deux types de création sont liés, mais leur dispositif est différent).

14. Charles Baudelaire, *Curiosités esthétiques*, p.230, ed. Gallimard

15. André Malraux, Préface à *Sanctuaire* de William Faulkner, ed. Gallimard, p.II

Évolution de mon rapport à l'art

1. L'art permet le partage

La distance mise entre l'œuvre et le créateur permet de créer un espace de partage, où l'Autre a sa place, il peut intervenir de façon indirecte. Une « peinture d'expression » ne prévoit pas ce partage. Même s'il est possible que certaines de ces peintures aient un impact sur des spectateurs éventuels, ce n'est pas le but recherché. L'objectif est personnel, le but est de se connaître, et d'évoluer. Il me semble important en art, au contraire, d'être vigilant à ne pas se laisser emporter uniquement par son propre plaisir et sa seule nécessité psychologique, mais de chercher l'*apparition* sur la toile, utile à soi et aux autres.

C'est le Moi du spectateur qui est en jeu dans l'exposition d'une œuvre, et non le Moi de l'artiste. Selon ce qui est montré, le spectateur est pris dans un tissu de propositions ; celles-ci renforcent ou menacent sa notion d'identité et parfois du sens de sa vie. L'œuvre d'art n'est pas anodine. Une fois créée, elle « travaille » et vit seule.

La « peinture d'expression » est témoin d'un temps précis, elle révèle l'état d'une personne à un moment particulier. L'œuvre d'art dépasse cette notion de temps. Même si sa réalisation s'inscrit naturellement dans une chronologie, sa vie autonome après sa conception n'a plus de rapport avec un temps linéaire. La « peinture d'expression » naît et existe sur un arbre généalogique, l'œuvre d'art sur une plante rhizomatique.

Les connections que cette œuvre produit s'affranchissent du temps chronologique. C'est ce que Walter Benjamin appelle l'*aura*, cette *expérience proche d'un lointain*.

2. Nouvelle lecture des œuvres d'art

La « peinture d'expression » est précisément faite pour accueillir une lecture symbolique se référant directement à la psychologie de la personne qui l'a produite. C'est de cette façon que je lisais certaines œuvres d'art au début de cette formation. En passant au crible, selon ces références nouvelles, les œuvres d'artistes, elles devenaient insipides à mes yeux. Mais j'oubliais à ce moment qu'une lecture propre aux « peintures d'expression » ne pouvait être calquée sur les œuvres d'art.

La question que cela posait était celle de la distance à mettre entre l'artiste et son œuvre. Il me semble que l'œuvre d'art ne gagne pas à être lue à travers la psychologie de l'artiste, même si celle-ci lui aura servi à initier son œuvre. Vouloir connaître les mécanismes psychologiques que l'artiste aura sollicités et mis en jeu pour réaliser son art ne me semble pas capital pour le comprendre. L'important est plutôt de savoir si l'œuvre permet d'accéder à une forme d'universalité, si elle nous permet d'accéder aux grands concepts et grandes questions que se pose l'humanité en général. Lire l'état psychologique de l'artiste à travers son œuvre peut être passionnant si l'on souhaite comprendre et rencontrer

de cette façon l'artiste dans son individualité, mais cela n'aide pas à saisir l'œuvre dans ce qu'elle a à nous transmettre.

Peu importe les raisons pour lesquelles Pollock cherchait à « voiler une image », la cacher sous ses lignes et gouttes de peinture, peu importe s'il a fait appel à ses pulsions pour donner corps à sa toile. Cela est secondaire si par ailleurs celle-ci révèle à travers la matière picturale sa vie propre. Car en prenant vie, c'est la toile toute entière qui acquiert son autonomie, se détache du peintre et de sa psychologie.

La ligne devient forme colorée, elle se rue sur les angles du tableau, (...) un premier réseau monochrome constitue « l'image picturale », puis les entrelacs complexes viennent la voiler. L'écran pictural est finalement entièrement recouvert Pollock ne dessine les contours de rien, si ce n'est, pour ainsi dire, ceux de la vue elle-même¹⁶.



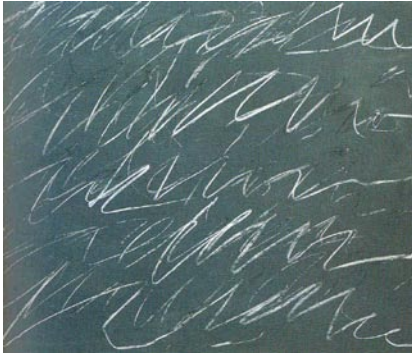
Jackson Pollock
1950
Série « One »
(n° 31)
Huile sur toile

L'ambition de Pollock de ne pas peindre d'objet est comparable à celle de Mondrian ou Malévitch : leur rêve était de peindre le Rien, c'est à dire l'Être, et je pense que c'est cela qu'il faut avoir en tête et dans le corps tout entier pour appréhender et vivre l'œuvre de Pollock.

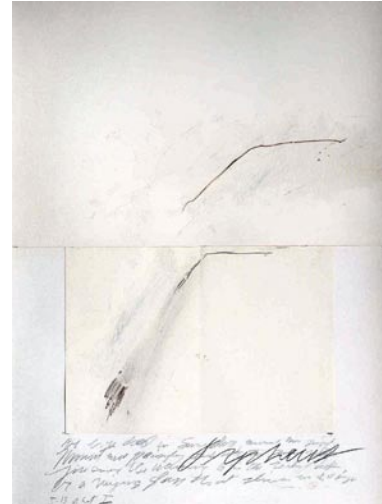
Voir qu'il a dû solliciter ses émotions pour créer ses peintures ne m'intéresse pas pour profiter d'elles, bien au contraire. Une toile n'est pas un amas pulsionnel de taches et de peinture, comme une lecture psychologique le déduirait, mais un « papier peint métaphysique », pour reprendre les mots du critique Harold Rosenberg.

L'abolition traditionnelle des rapports figure/ fond dans son œuvre conduit le philosophe Jean-françois Lyotard à voir dans ses œuvres le *mouvement du désir lui-même*, et

16. Taramelli Ennery, *Pollock*, p.12, ed. Aramido Curcio



Cy Twombly 1970
Sans titre
pastel gras et peinture
industrielle
sur papier
70 x 87 cm



Cy Twombly 1975
Orphée
Huile, mine de plomb sur toile
140 x 200 cm



Cy Twombly 2001
Orphée
Acrylique, pastel gras, mine de
plomb sur papier
124 x 99 cm

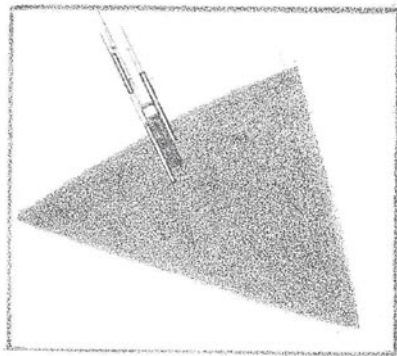
non plus son objet hallucinatoire. L'objet du désir se serait effacé au profit du seul désir de peindre, à l'état pur.

Il est aussi possible de dire que Twombly tente de régresser, le temps de son œuvre, qu'il cherche une forme de surgissement pulsionnel, qu'il tente de se reconnecter à un souvenir plus ou moins enfoui. Il laisse sa main agir, guidée par l'hésitation ou l'impatience. Son trait est volontairement maladroit, presque sismique. Au lieu de chercher à comprendre pourquoi cet artiste feint cette écriture capricieuse, déficiente, indéterminée, je vais plutôt chercher à me connecter à ces mots effacés, ces gribouillis, ces graffitis, ces récits tremblants et voir la façon dont son œuvre vit et agit sur moi.

Son œuvre questionne le médium, le support, l'espace. La force de ses peintures, c'est leur apparente faiblesse : elles ne sont pas péremptoires, et montrent la couleur qui tache le support, la pâte qui y colle, les repentirs qu'il laisse apparents. C'est toute une conscience du doute et de l'entre-deux qu'il révèle. Twombly introduit, tout en les absorbant, les mots, les lettres, les chiffres et les mythes : Pan, Orphée, Homère, Bacchus...

Pas de chose dite mais des murmures sourds et confus. Existentielle jusque dans sa nature proprement philosophique, l'œuvre de Twombly n'est pas ; elle peut être. Son œuvre est nomade, flottante et qui comme le dit Gilles Deleuze : « dérive au risque d'échouer ». Twombly pose la question du Savoir. Le simulacre des traits enfantins et hâtifs qui la constitue, ce trait « gauchi », n'est peut être que le rêve qu'il sait impossible de l'innocence¹⁷.

L'œuvre de Malévitch enfin, ne se résume pas, comme j'ai pu le penser au début de la formation, (après avoir été pourtant passionnée par son travail et ses écrits) à une manifestation consciente stérile et mortifère. Bien au contraire, ses travaux, si austères soient-ils au premier regard, sont de la pure peinture vivante. Car le point, dans la pensée plastique de Malévitch est déjà une multitude : il est infini en largeur, en profondeur, en hauteur, dans le temps et dans l'espace. Chaque point vit d'une seule vie avec le *tout* et enferme le *tout* en soi. Son œuvre est basée sur l'idée que tout est plein. Le vide n'existe pas.



Malévitch
1920
Suprematisme dynamique
Lithographie



Malévitch
1920
Rectangle et carré
Lithographie

À travers la surface limitée du support, il nous transporte dans un espace illimité, occupé par « l'énergie infinie ». Selon lui, la tâche de l'artiste est de favoriser, de laisser émerger l'apparition, *l'épiphanie de l'étant*. Si l'on regarde de près ses dessins ou ses gravures, Malévitch obtient des pointillés très fins qui créent une surface granulée, et provoque de cette façon une constante excitation de la surface. Cette manière d'appliquer le point sur le support lui donne un aspect quasi organique, proche de l'essaim d'insectes.

17. Bernard Blistène, *Cy Twombly*, p.12, ed. Galerie di meo

De sorte que chaque point de la surface plane se trouve en état d'action sur l'œil, et par là même sur tous nos sens.

C'est à travers les interrogations, les sensations, les sentiments, les concepts qu'une œuvre incarne, que je souhaite aborder l'art en général. L'art est une nourriture.

3. Évolution de ma peinture (au cours de la formation)

Parallèlement à la paralysie que j'ai vécue dans ma pratique artistique, et que je décris précédemment, un nombre important d'évolutions positives se sont produites grâce à la découverte de l'« art-thérapie analytique transpersonnelle ». Celle-ci a modifié ma peinture, et ma façon d'envisager la pratique artistique dans son processus et sa finalité. J'ai tout d'abord pris conscience de ce que j'avais mis en jeu dans mes travaux précédents : j'ai revisité en quelque sorte plusieurs étapes passées de mon parcours pictural, cela m'a donné énormément d'informations sur mes comportements.

Dessiner consciemment son inconscient

Lorsque nous avons parlé de la possibilité de peindre consciemment son inconscient, j'ai immédiatement pensé aux dessins que je produisais l'année précédant mon entrée au Beaux-Arts. Je procédais de cette façon : je fixais mon regard sur un objet ou un corps, puis le dessinais. Au bout de quelques minutes, parfois quelques secondes, je me détachais du support visuel tout en poursuivant le dessin en laissant mon intuition guider ma main. Cela donnait lieu à des associations parfois curieuses, et à des scènes en général un peu cruelles. De nombreux bras, jambes, et têtes coupés peuplaient mes dessins. (Ces formes et ces corps torturés, je les ai vus sortir la première fois que j'ai peint dans le cadre de l'Atelier Vert Lumière).



Tire-bouchon
Crayon sur papier
35 x 40 cm
2000



Marteau
Crayon sur papier
40 x 30 cm
2000



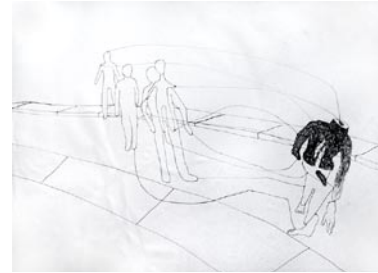
Lait noir
Pierre noire sur papier
30 x 50 cm
2000



Hommifrice
Encre sur papier
50 x 35 cm
2000



Bloc
Encre sur papier
50 x 40 cm
2000

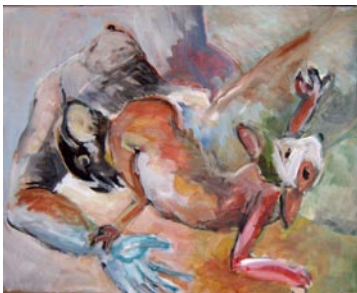


Sans titre
Encre sur papier
50 x 40 cm
2000

Parallèlement à ces dessins, mes peintures (1) étaient moins démonstratives. Quelques morceaux de corps étaient identifiables, mais certains autres devenaient des formes graphiques, plus proches de formes abstraites que figuratives. Toutefois, lorsque j'ai commencé à peindre régulièrement, mes tableaux (2) étaient très semblables à mes premières « peintures d'expression ». Puis peu à peu, la figuration a disparu, les corps se noyant dans la masse formelle et picturale (3).

Je comprends maintenant pourquoi le dessin me permettait d'inclure des formes figuratives explicites plus que mes peintures : l'économie de moyens propre au dessin me rassurait, et me permettait de montrer explicitement des scènes parfois tragiques. Je m'autorisais à les représenter sur un support de petite taille, et non sur une toile de plus grande envergure. L'investissement, l'engagement, l'implication en peinture étaient plus importants. En montrant quelque chose de trop violent pour le regard, j'aurais eu la sensation

2.



Sans titre
130 x 120 cm
Acrylique sur toile
2000

1.



Sans titre
140 x 90 cm
Techniques mixtes sur toile
2001

3.



Sans titre
130 x 120 cm
Acrylique sur toile
2001

de m'abandonner à une forme d'exhibitionnisme. Cela n'aurait d'ailleurs pas eu non plus beaucoup d'intérêt artistique à mes yeux, la suggestion étant souvent plus forte qu'un dévoilement intime brut.

Dans mes dessins, je laissais donc sans le savoir à l'époque mon « inconscient s'exprimer consciemment » (tout en ayant conscience de manipuler un matériel plastique avec sa force, son énergie propre). Dans ma peinture, je laissais également mon inconscient s'exprimer, mais en laissant plus clairement ma conscience modifier, trier, cacher certains éléments. J'avais toujours, avant de débiter une toile, une idée précise (voir une obsession) d'ordre formel la plupart du temps. Au fur et à mesure des tableaux, j'ai pu comprendre et m'approprier peu à peu l'espace de la toile, à travers le langage et le matériel picturaux.

La figuration disparaissant peu à peu, les formes organiques que je peignais finissaient par être interchangeables d'un tableau à l'autre. Leur place et leur rapport changeaient, mais avec le recul je constate que je répétais le même tableau.



Corne
100 x 130 cm
Acrylique sur toile
2002



Squelette
110 x 130 cm
Acrylique sur toile
2002



Os
100 x 130 cm
Acrylique sur toile
2002

Malgré tout, mon énergie était constante, je peignais toujours plus. Chaque toile nouvelle s'imposait sans que je cherche au préalable une chose précise à produire, à exprimer, à montrer. N'étant pas confrontée au problème du sujet du tableau, je ne me remettais pas en question. Je comprends aujourd'hui ce qu'il se passait : j'étais confrontée aux limites de l'expression, dans laquelle on peut se répéter indéfiniment, comme nous avons pu le comprendre pendant cette formation.

Domination de la conscience

Face à la répétition, j'ai décidé d'orienter différemment ma démarche. J'allais dès lors penser plus précisément au sens que je souhaitais introduire dans mon travail. Mon approche est alors devenue beaucoup plus consciente. J'ai peu à peu eu des difficultés à me remettre en action. Lorsque je réfléchissais profondément à ce que je souhaitais montrer, seule l'idée de peindre des monochromes me satisfaisait. C'était pour moi une façon de condenser toutes les images et les pensées qui m'habitaient. Seulement, le grand écart à faire entre des peintures exécutées dans une certaine inconscience et un monochrome où au contraire la conscience est reine, me posait quelques problèmes. J'étais un peu perdue.

Comment était-il possible d'être exaltée pour des choses aussi contraires ? Comment savoir si la peinture que je produisais était bien celle qui me correspondait et celle que je « devais faire » ? Qu'est-ce qui pouvait bien unir cette attirance pour le monochrome et cette énergie à l'œuvre dans mes peintures précédentes ? Si je ne mobilisais plus cette énergie, qu'allait-elle devenir ? Devais-je écouter ma raison ou mon corps ?

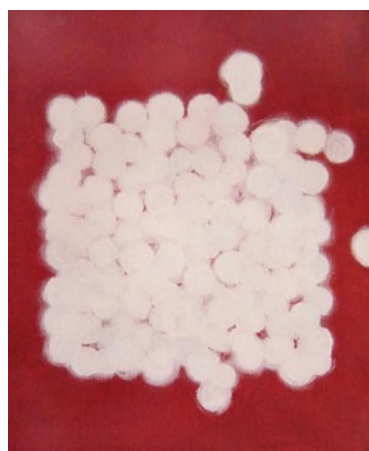
Je vivais à ce moment une séparation nette entre ma conscience et mon inconscient, sans en avoir précisément conscience à l'époque. Devant ces interrogations, je suis peu à peu allée vers une peinture plus épurée, plus contrôlée.



Sans titre
Acrylique sur toile
30 x 55 cm
2003



Sans titre
Acrylique sur toile
40 x 60 cm
2003



Sans titre
Acrylique sur toile
40 x 60 cm
2003

Je peignais plus rarement, et sur des petits formats. J'étais plus hésitante, ma peinture se simplifiait et était plus géométrique. Ma conscience avait pris le dessus. La figuration était devenue pour moi une hérésie, une impossibilité. Pour moi à ce moment-là, l'art se situait au-delà du matériel et de la réalité triviale. Dans le même temps, la réduction

des moyens provoquait une intensification de mes sensations. Chaque couleur que je déposais, chaque forme que je traçais avait un pouvoir et un effet sur moi démultiplié : j'ai ressenti parfois des émotions incroyablement intenses devant des formes extrêmement simples ; j'étais transportée à l'idée de poser un seul et unique point de peinture sur ma toile. Toute l'émotion que je n'exprimais pas par ailleurs se trouvait condensée dans chaque acte, chaque coup de pinceau.

Processus de création

Devant une réduction telle de moyens, je craignais d'aller droit vers l'arrêt de ma pratique artistique. Parallèlement, pendant la formation, nous abordions le concept de création. J'apprenais que l'on pouvait parler objectivement de création lorsqu'un élément nouveau était introduit. Cette définition simple m'a tout à fait éclaircie, et faisait la distinction nette entre création et expression qui, à l'inverse, ne réclame pas d'aller dans des zones inconnues.

C'est pourquoi, devant la crispation qui m'animait alors aux Beaux-Arts, je décidai de m'inscrire clairement dans un processus de création. Il fallait que j'intègre concrètement des éléments nouveaux dans mon processus pictural. Guidée par cette idée, j'ai décidé, en fouillant dans une masse de documents que je conservais, de choisir une forme figurative et de l'intégrer dans une toile.

Je choisis une figure d'un tableau de Rubens. C'était un ange, de dos, tenant un sceptre dans sa main gauche. Je n'incorporais jamais habituellement ce type de figure classique dans mes peintures, c'est donc sciemment que je le fis pour « l'occasion ». J'ai donc peint cet ange sur presque la moitié de la toile. J'avais le sentiment d'avancer dans le noir, de faire « n'importe quoi ». J'avais peur de perdre définitivement ce qui caractérisait ma peinture, j'avais le sentiment de m'éloigner de ce pour quoi j'étais faite. Je me retrouvais donc devant cette toile « inconnue », et tentais néanmoins de la poursuivre, de construire avec ce qu'il y avait.

Petit à petit, j'y ai introduit d'autres éléments, plus proches de mon vocabulaire plastique habituel. J'ai travaillé sur cette toile pendant trois mois sans parvenir à en démarrer une autre. Cette peinture aura été profondément initiatique. C'est elle qui a initié le lien entre ma conscience et mon inconscient (le mot lien est d'ailleurs tout à fait à propos, car cette toile était recouverte de « fils »). À force d'y ajouter des éléments, de recouvrir, d'effacer, et de peindre encore par dessus, l'ange disparût. Je n'avais pas réussi à le conserver dans son état initial, j'avais le sentiment qu'il me bloquait, qu'il n'était pas à sa place.

Toutefois, après avoir rempli et surchargé la toile de signes graphiques, j'intervins avec des blancs afin de laisser circuler un peu d'air. Puis de façon partielle mais non



Détail



Détail

Réseaux
Acrylique sur toile
160 x 160 cm
2004

moins réelle, j'ai cherché à réintroduire quelques signes figuratifs. J'ai peint une oreille et un chapeau, flottant au milieu de ces entrelacs de lignes et de signes graphiques. Cet acte était tout à fait révélateur de cette tentative de réunir conscient et inconscient à travers l'assemblage de la figuration et de l'abstraction.

Le chemin qui m'a progressivement ramenée vers la figuration, a été parallèle et dépendant de ma façon d'appréhender le réel. En introduisant la figuration, j'acceptais mieux la réalité, et vice versa.

Lorsque je m'embourbais dans une peinture abstraite (bien que jubilatoire), j'étais dans l'incapacité profonde de trouver un quelconque intérêt à me servir d'éléments figuratifs. Il y avait comme un contre-sens évident à vouloir passer par eux pour réaliser le rapport pictural idéal que je souhaitais montrer. C'est lorsque j'ai compris dans ma vie que la réalité était un point de départ obligatoire pour évoluer et qu'aucun changement ne pouvait se faire à partir du déni de cette réalité, que j'ai accepté de passer par le *trivial* pour accéder à l'*idéal*. Et ce, dans ma peinture comme dans ma vie.

Aujourd'hui, je constate qu'il m'est nécessaire d'introduire quelques éléments figuratifs dans mes peintures. Je ne cherche pas néanmoins à forcer une harmonie entre manifestations visuelles conscientes et inconscientes, car la priorité pour moi est d'être le plus consciente possible dans mes actes, que je peigne avec du matériel inconscient ou non, et quelqu'en soit le dosage.

Conclusion

Aujourd'hui ces deux pratiques, l'art et l'art-thérapie me semblent non seulement complémentaires mais aussi nécessaires, pour plusieurs raisons.

1. Création d'ateliers d'expression

Tout d'abord je me suis aperçue qu'en organisant moi-même des ateliers d'art -thérapie, cela équilibrait en quelque sorte « les besoins » de mon ego. J'ai ressenti une réelle satisfaction et je me suis sentie profondément investie d'une responsabilité, aussi forte finalement que ce que je peux ressentir au niveau de ma pratique artistique. Ces ateliers ont pacifié mes rapports avec mon désir de « réussir » en peinture. La reconnaissance et le retour que j'obtenais en tant qu'« art-thérapeute », me permettaient de tempérer mon besoin de reconnaissance dans le domaine artistique. Dans un premier temps j'ai cru que m'investir professionnellement en art-thérapie allait m'empêcher de le faire avec autant de passion en art. Je réalise finalement que cela m'a permis d'aborder la réussite artistique plus sereinement et par conséquent plus efficacement.

Ces ateliers d'expression que j'ai mis en place m'ont aussi permis de considérer différemment les peintures exécutées dans ce cadre. Voir devant moi les personnes peindre, avec plus ou moins d'aisance ou de capacités, m'a totalement émue et troublée. J'avais la sensation de vivre quelque chose de précieux. Je vivais la confiance et le dévoilement de l'autre comme un cadeau, comme une chance. Cela a profondément modifié mon regard sur ces tableaux.

Je reprends ce que nous avons dit en formation : *voir* est une action en relation avec les yeux ; *observer* avec son esprit ; et *contempler* avec son âme. J'ai senti par moments, dans ces ateliers, ce passage de l'observation à la contemplation. Après avoir dévalorisé puis encensé ces peintures, j'en avais une conscience nouvelle. Je n'évaluais plus les choses comme je le faisais auparavant, je prenais pleinement conscience de la véritable valeur de ces tableaux, sans les juger à travers des critères artistiques.

2. Création de soi et création artistique

D'autre part, la pratique de ces deux disciplines m'a permis d'équilibrer ma création artistique. La « peinture d'expression » n'a pas asséché ma création comme j'avais pu le craindre, mais au contraire, elle m'a permis d'avoir régulièrement accès à mon incons-

cient. Elle me donne la possibilité de le drainer, l'alléger afin de ne pas alourdir d'un poids superflu mes peintures dans un contexte artistique. L'art-thérapie permet de sortir de la *répétition douloureuse*. Sans ce travail d'introspection par l'expression picturale, je risquerais de produire un art simplement au service de ma psychologie, et manquer à l'avenir le rôle propre à l'art : accéder à une forme d'universalité.

Des peintres tels que Léonard de Vinci, Piero della Francesca, Giotto, el Greco ne considéraient pas l'art comme un moyen au service de la seule personnalité de l'exécutant. Leurs œuvres remplissaient une fonction dans l'évolution de l'humanité en relation avec la foi, la science et la philosophie. Elles proposaient à l'individu des données susceptibles de l'aider à trouver sa direction évolutive. Le but de l'artiste est de témoigner, dans une durée limitée, de l'éternité contenue en lui. Intuition d'une grandeur qu'il faut servir et transmettre par des moyens artistiques. A-t-on le droit d'exhiber les conflits internes d'un artiste, qui ne font qu'intoxiquer davantage une société déjà suffisamment déséquilibrée, pour en tirer les bénéfices économiques ? L'artiste a oublié qu'il n'est qu'un pont et non une fin en soi. Son œuvre devrait être l'expression de sa quête liée à son besoin de communication et de relation. L'art objectif ne s'adresse pas seulement à notre intelligence cérébrale, mais aussi à notre corps sensible, à notre mémoire profonde. La relation qu'il établit avec les régions profondes de notre Être est si intime que toute description n'est que bavardage et exhibitionnisme¹⁸.

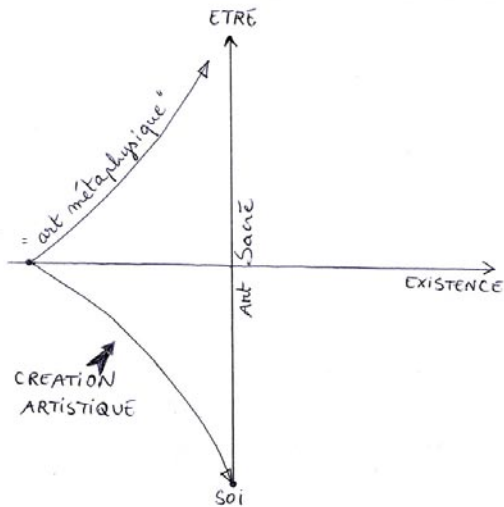
Lorsque que dans ma peinture, je me sens guidée par ma psychologie sans être à l'écoute de ce que la toile me renvoie, je l'accepte, et je continue à peindre, mais en conscience. J'essaie aussi d'avoir une certaine discipline : j'ai à côté de moi un support destiné à recueillir le surplus d'énergie qui pourrait parfois entraver le travail en cours.

Je considère que chaque œuvre qui émane d'intuitions fortes doit être produite, quelque soit sa qualité finale. Je n'essaie pas d'atteindre l'idéal immédiatement, j'accepte le chemin qui y mène. Il y a bien entendu des étapes à franchir avant d'incarner le sens ultime de l'art. Je pense donc qu'il n'est pas nécessaire de choisir entre réussir des tableaux dans un contexte artistique, et s'harmoniser intérieurement, car c'est cette harmonie qui engendrera cette réussite.

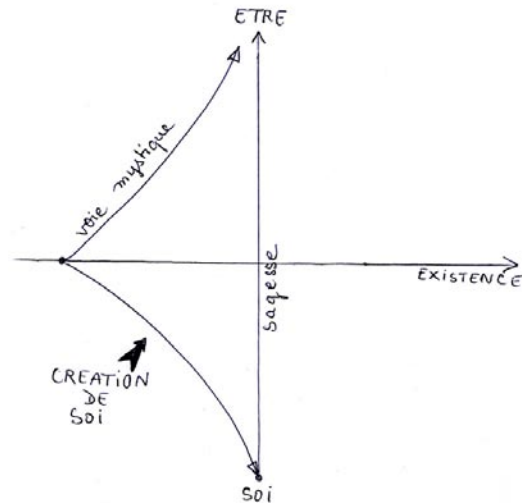
De la même façon que le chemin de la « création de soi » permet de s'introspecter et ainsi d'aller vers la voie de la sagesse (sans emprunter la voie mystique), ce chemin permet à l'artiste d'éviter de produire un art basé sur des concepts métaphysiques et construit sur des refoulements (Voir schéma suivants).

18. Luis Ansa, *Le quatrième royaume*, p. 180, ed Gallimard

1.



2. (© Atelier Vert Lumière)



3. L'art-thérapie développe une conscience nouvelle

Dans notre culture où règnent la conscience et la raison, où nous sommes pour la plupart déconnectés de notre corps, de la nature en général, et de la dimension symbolique contenue dans notre inconscient et dans notre rapport au monde, la pratique de l'art-thérapie donne la possibilité de renouer avec toutes les parties de notre Être qui nous constituent. Cette pratique permet d'éviter la séparation brutale entre conscient et inconscient. L'art-thérapie nous introduit dans une dimension symbolique qui fait cruellement défaut dans notre culture, et nous permet d'accéder à une conscience nouvelle, à un rapport nouveau au monde qui nous entoure. Et l'art n'est que plus riche s'il est produit par une personne à la conscience élargie.

Il me semble que l'art ne suffirait pas à nous réintégrer dans cette dimension symbolique comme le fait l'art-thérapie, qui nous permet de faire le lien entre réalité triviale et sacrée.

L'occident tient un grand mépris pour l'arbre et la rivière. Il déteste leur ressembler. Le « primitif », lui, il aime et admire l'arbre et la rivière. Il prend grand plaisir à leur ressembler. Il croit à une réelle similitude entre l'homme l'arbre et la rivière. Il a un sens très fort de continuité de toute chose, et spécialement de celle qui va de l'homme au reste du monde. Ces sociétés primitives ne ressentent pas l'homme comme le maître de ceux-ci, mais seulement comme l'un d'eux¹⁹.

19. Dubuffet, *L'homme du commun à l'ouvrage*, p.73 ed. Gallimard

Quelque soit sa culture, l'art aurait le pouvoir de révéler un tronc commun à tous les êtres.

Une colonne grossièrement sculptée d'un temple indien est animée de la même âme qu'une œuvre vivante, si « moderne » qu'elle soit²⁰.

L'exposition « Les magiciens de la terre » au Centre Pompidou en 1989, réunissait des artistes de tous les continents, faisant se rencontrer ainsi des œuvres de cultures tout à fait éloignées les unes des autres. Dans certaines cultures, « création de soi » et « création artistique » ne sont pas séparées.

Les rencontres et les dialogues artistiques avec les créateurs plastiques du Sud sont porteurs d'une dimension riche et complexe. (...) Dans les arts traditionnels et dans certaines expressions contemporaines se trouvent des gisements de « sacré », des réserves de « sens ». Les arts plastiques là-bas sont plus aptes à produire présentification et puissance que représentation et expression, concept de la tradition occidentale dominante. Les objets produits bi ou tri-dimensionnels sont le plus souvent des réceptacles, des catalyseurs de forces piégées et redistribuées, des éléments de rituels magico-religieux qui manipulent la force vitale et les autres énergies interdépendantes²¹.

L'art thérapie permet de se reconnecter à nous-même et au monde, et donne à l'artiste la possibilité d'atteindre à travers son œuvre le sens ultime de l'art : faire apparaître la dimension universelle qui régit tous les êtres. Lorsque cela est atteint, l'art et l'art-thérapie ne font plus qu'un.

20. Kandinsky, *du spirituel dans l'art et dans la peinture en particulier*, p.133, ed. Denoël

21. L. Stephan, *L'art africain*, p.51, ed. Mazenod

Bibliographie

- Luis Ansa et Henri Gougaud, *Le quatrième royaume*, ed. du relié, 2004
- Walter Benjamin, *L'œuvre d'art à l'époque de sa reproductibilité technique*, ed. Allia, 2003
- Gilles Deleuze et Félix Guattari, *Mille plateaux*, ed. de Minuit, 1980
- Jean Dubuffet, *L'homme du commun à l'ouvrage*, ed. Gallimard, 1991
- Pierre Gaudibert, *Les magiciens de la terre*, ed Centre pompidou paris 1989
- C. G. Jung, *Essai d'exploration de l'inconscient*, ed. Gallimard 1988
- Kandinsky, *Du Spirituel dans l'art et dans la peinture en particulier*, ed. Denoël 1954
- Matisse, *Écrits et propos sur l'art*, ed. Hermann, 2000
- Merleau-Ponty, *L'œil et l'esprit*, ed. Gallimard 1964
- Pierre Picon, *L'œuvre d'art et l'imagination*, ed. Classiques hachette, 1955
- Gérald Quitaud, *Créer se créer*, ed. Jouvence, 2001