

ATHENOA

Journées Internationales pour les Arts Thérapies Anthroposophiques.

Conférence de Michaela Glöckler, 9 janvier 2016, à Dornach/Suisse

Traduction Bernadette Hegu, relecture Florence Lespingal, pour Athénoa

Le SENS du MOUVEMENT dans le DIAGNOSTIC et la THERAPIE

Hier et avant-hier, j'ai essayé, d'une part, de situer la connaissance et la description de l'organe, de la physiologie actuelle, dans le domaine physique des sens. D'autre part, j'ai essayé de démontrer que l'anthroposophie justement s'occupe de ce domaine des sens et de leur forme expérimentale, qu'elle permet de le rendre discernable, et que nous avons à faire ici avec la réalité, avec une expérience spirituelle dans le *sensible*.

Le monde des sens est le domaine où se montre le plus clairement la pauvre interprétation du matérialisme par son « aveuglement spirituel ». Rudolf Steiner ne nomme pas fortuitement le premier chapitre de l'anthroposophie : la conception des sens. Le matérialisme en tant que vision du monde nous permet d'explorer les faits du monde physique - à la fois bons et destructeurs - dans un cadre et un contexte très étroits. Cependant, au moment où l'on veut comprendre quelque chose dans un contexte plus large, cette vision du monde ne convient plus. L'approfondissement de l'enseignement des sens et la manière dont nous l'expérimentons en pensant et en ressentant peuvent servir d'outil, d'instrument pour notre propre expérience, de sorte que nous, en tant qu'individus, sommes dans ce monde, non seulement avec une origine physique, mais aussi psychologique et spirituelle.

L'interrelation des champs sensoriels

Quand on achète tous les dix ou vingt ans un nouveau livre de physiologie et lit ce qui est écrit là sur les sens, on remarque qu'apparaît toujours de nouvelles modalités dans le domaine des sens. On parle d'un sens de la force, un sens de la position, - les sens éventuels deviennent comme « inventés » - ce qui est lié au haut degré aux interconnexions entre les champs sensoriels.

Ce point de vue peut nous aider à mieux comprendre Rudolf Steiner : il décrit la peau comme un organe des sens très important et le sens du toucher comme étant en connexion avec tous les autres : les yeux et les oreilles peuvent aussi toucher, la chaleur est de toute façon liée avec le sens du toucher, toute sensibilité en soi est un toucher. Il enseigne les recherches de ses fondements des concepts des sens dans « *Anthroposophie, un Fragment* »¹.

Puis, il apporte l'importance de la pensée en rapport avec la perception du sens de la parole et cite Goethe qui dit : « *les sens tu les as pour rêver, rien de faux se laisse à ton regard quand ta raison te tient éveillée* »². Ce maintien de l'éveil de la pensée en soi guide Steiner à séparer en douze, les domaines des sens. Les douze différenciations représentent des domaines d'expériences, par lesquels nous humains, nous éprouvons les sensations. Rudolf Steiner a travaillé jusqu'à la fin sur sa conception des sens.

Cela peut être vu non seulement parce qu'il a fait trois tentatives différentes d'assigner les sens au zodiaque : selon l'aspect du jour et de la nuit, mais aussi selon l'aspect du macrocosme et celui du microcosme. Dans son carnet de notes, on trouve des endroits, où il rature un sens et en écrit un autre dessus. On peut voir, comment il s'est approché du thème par des aspects toujours

¹ Rudolf Steiner, *Anthroposophie, un Fragment*, GA 45, Triades.

² Johann Wolfgang von Goethe, aus: *Vermächtnis, in: Gedichte. Ausgabe letzter Hand 1827*

différents. Dans les dernières lettres des principes « *Les Lignes Directrices de l'Anthroposophie* »³ nature et sous nature, il situe le monde des sens comme le résultat de l'action commune des forces des corps constituants suprasensibles et des forces électromagnétiques de la sous nature - sous sensibles.

Chaque sens nous ouvre, dit Steiner un domaine d'expérience dans le physique. Quelle zone de l'existence de ces sens devons-nous ou voulons nous exploiter ? Il importe d'être clair à ce sujet, parce que nous vivons avec notre conscience, avec notre pensée, notre sentiment et notre volonté, pour lesquels, nous avons un sens (développé). Et pour les sens que nous n'avons pas, nous ne pouvons pas y vivre non plus. Ainsi il y a une différence, si je parle d'un sens du toucher, d'un sens du mouvement, d'un sens de la vie, de la parole et aussi des sens du toucher, de la vie et du mouvement (ensemble d'activité au sens large) ou si je parle d'un sens de la force. La force est quelque chose de purement suprasensible. On ne peut pas percevoir la force, seulement la déduire indirectement. Nous devons différencier entre une pure perception sensorielle et l'acte qui peut déduire la « force », du fait que nous avons une force de l'esprit, qui s'appuie sur les sens. Cette dernière n'est pas une perception, mais une interprétation.

Les sens comme seuil

« *A la lumière de l'anthroposophie tous les sens humains doivent être nommés, parce que les hommes à ce propos produisent l'existence d'un objet, un être, ou un processus reconnu, tel qu'il est légalement transféré dans le monde physique* »⁴.

Dans le sensible, le monde physique est en rapport avec l'existence, avec l'être, et avec le processus. Les sens sont en même temps le seuil pour le Je et cela se tient entre le monde des sens et le monde spirituel ; cela apprend à différencier clairement ce qui est du monde physique et ce qui appartient au monde psychique-spirituel. Ce sont les organes des sens qui donnent au Je la possibilité de percevoir le seuil du monde spirituel et avant tout comme un seuil en premier lieu.

Dans les premières années de la vie, l'enfant grandit lentement en dehors du monde d'avant la naissance et il apprend les choses, les êtres et les processus, qui vivent finalement en lui, pour les transposer dans le monde physique. Tous les petits enfants sont clairvoyants, mais ils ne peuvent simplement pas en parler. Cependant on le remarque quand on les observe. Le petit enfant qui ne pense pas encore, sent et parle, il est entièrement un être de volonté. Les sens inférieurs, le toucher : tout est porté à la bouche, tout est saisi ; le sens de la vie : crier quand il a faim, rire joyeusement quand il est rassasié, roter, montrer les manifestations de la vie, dormir (jusqu'à 20 heures par jour !) ; le sens du mouvement : ramper, se dresser, tout est exercé : le sens de l'équilibre, en tout cas à la fin de la première année : chercher à se tenir sur ses deux pieds. Les biens nommés sens de la volonté sont totalement en action chez le petit enfant.

Mon plus jeune neveu, l'année dernière à Noël, un an et deux mois, ne pouvait pas encore se tenir debout seul. Soudain il rampe vers l'arbre de Noël, immense jusqu'au plafond, et là devant il se lève lentement ... pour la première fois. Puis il retombe. Une demi-heure plus tard, il retourne à l'endroit de son premier essai, devant l'arbre et essaye encore une fois. Vous pouvez comprendre, quel genre de vécu s'était pour tous les participants, pas seulement pour le petit garçon.

Retournons aux trois premières années

Avec la station debout atteinte, les quatre sens inférieurs ont fait leur œuvre principale. Les causes des désordres les plus sérieux, particulièrement mentaux, tels que le désordre borderline, les troubles multiples de la personnalité, les phénomènes de dissociation, sont à chercher dans cette période des trois premières années, dans cette pré-conscience, purement contrôlée par la volonté,

³ Rudolf Steiner *Les Lignes Directrices de l'Anthroposophie*, Novalis GA 26 : de la nature et la sous nature.

⁴ Rudolf Steiner, *Anthroposophie, un Fragment*, GA 45, Triades.

parce que la compréhension n'a pas encore la possibilité de classer clairement des expériences pour les assortir et les organiser ; les modalités complexes des sens supérieurs sont encore faibles, comme cachées. Les sens médians ne sont pas encore correctement structurés. C'est pourquoi chaque trouble de cette phase se déploie sur l'homme entier.

Nous savons par expérience thérapeutique que nous devons retourner vers les trois premières années de la vie si nous voulons agir positivement sur des troubles remontant aussi loin. Comment atteignons-nous à l'âge adulte, les sens de la volonté endommagés ? Pour la marche, la parole, la pensée (apprentissage) dans la forme adulte, il s'agit par exemple de travailler pendant une année, chaque jour et régulièrement, une heure minimum d'eurythmie et d'en apprendre tous les mouvements de base et, à nouveau avec le processus de redressement, d'en éprouver la cohérence en rapport avec le sentiment de bien-être et de l'expérience de la vérité. (Je ne peux pas développer plus à ce niveau, c'est un autre thème). Cela implique de travailler la parole, c'est également la régularité du travail en individuel ou en groupe (chœur) et ainsi il s'agit d'apprendre à penser. Il est particulièrement enrichissant dans ce contexte de la thérapie par le théâtre et l'art dramatique, de pouvoir exercer pleinement l'approche de la parole par le mouvement.

Le renoncement au plaisir et l'altruisme des sens

Le deuxième aspect, que nous voulons évoquer, est dans la huitième conférence de « Nature Humaine »⁵. Cette conférence est dédiée à la théorie des sens en pédagogie. Dans « Les Préfigurations du Mystère du Golgotha »⁶ Rudolf Steiner décrit à quel point il fut difficile pour le corps humain, même après de longues périodes de développement, d'abord d'apparaître tel qu'il est aujourd'hui, et comment les organes furent souvent en danger de devenir égoïste.

Pourquoi les organes nommés étaient-ils et ont-ils pu être préservés ?

Les organes étaient en danger de vivre trop fortement pour eux-mêmes. Il n'est pas si facile de se représenter cela : le sens du toucher doit sentir quelque chose et pour cela renoncer à chaque plaisir personnel. Les corpuscules du toucher sont pourtant réels, ils sont comme des petits êtres. Ils doivent faire quelque chose et en même temps, ne doivent pas le vivre intensément en « eux-mêmes »...ils réagissent à une excitation et maintenant quelqu'un leur dit : vous n'êtes pas autorisé d'évoquer ce que vous avez vécu là ! Ce qui signifie cent pourcent de renoncement, un sacrifice nécessaire. Qui de nous s'engagerait dans une telle chose ? Mais il s'agit de cela pour ce sacrifice : le Je devrait pouvoir expérimenter le monde dans la pureté - non dissimulé, sans équivoque, non obscurci par la jouissance de l'activité des organes.

Rudolf Steiner parle d'un être en tant qu'archange, qui s'est rendu pleinement disponible à l'altruisme du Christ. Les archanges sont associés à nos sentiments - pourquoi juste un archange par ce sentiment personnel – peut-il agir sur la constitution humaine, et éliminer chaque trace d'égoïsme et d'auto plaisir des perceptions sensorielles et ainsi atteindre une sphère plus pure d'altruisme. Cette tâche seule l'archange pouvait l'atteindre, qui d'un côté pouvait vivre dans le sentiment de l'homme individuel et des groupes humains et de l'autre côté était aussi intéressé pour tout humain en général. Disons que cela a dû être pris en charge par un archange, qui était lié au développement de l'humanité et de l'impulsion du Christ d'une manière toute particulière.

⁵ Rudolf Steiner, *Nature Humaine*, GA 293. Triades

⁶ Rudolf Steiner, *Les Préfigurations du Mystère du Golgotha*, (10 conf. de 1913 à 1914) (EAR, 1995) GA 152

Le sacrifice de l'intelligence de Michaël – L'altruisme dans la pensée, le sentiment et la volonté

Même si son nom n'est pas directement prononcé, on ne peut pas se représenter un autre archange que Michaël – surtout si l'on ajoute, ce que Rudolf Steiner a dit ailleurs à propos de Michael : tel qu'il le dit dans les *Lignes Directrices*, qu'il a renoncé au déploiement de son intelligence. Michaël gère l'intelligence cosmique avec une telle abnégation, qu'il a renoncé à chaque plaisir. En contrepartie, Ahriman absorbe l'intelligence et en est fier, fier d'être l'être le plus intelligent du cosmos.

Dans les *Drames Mystères*⁷, Maria est décrite comme la représentante de ce genre de pensée, de l'abnégation Michaëlique. Elle est l'élève de Benedictus. Pour son ami, Maria souhaite seulement faire délibérément vœu de renoncement à tous les plaisirs personnels, à toutes les jouissances, pour aider Johannes sur son chemin. Ce vœu vient avec la compréhension et la maturité de la pensée. Elle porte ce sacrifice de l'intelligence, nommé au Moyen-Age *sacrificium intellectus*. La pensée doit être de fait un service divin : cela permet la gratitude afin de pouvoir comprendre quelque chose, d'être en partie résultat de cette sagesse, sans aucune joie égocentrique *que l'on est soi-même* celui qui connaît quelque chose.

Parce que Michaël a accompagné la création humaine dès le début en tant que «Messager du Commencement», l'archange, peut avec le Christ, pas à pas à travers l'évolution entière veiller à ce que l'organisme se constitue physiquement avec désintéret et qu'aucun organe en aucune manière ne se comporte égoïstement. De ce fait, l'essentiel de la santé aujourd'hui conçoit chaque organe au service du tout et qu'aucun ne puisse dominer l'autre.

Les organes des sens comme lieu du devenir de la conscience de soi

Chaque organe des sens est un endroit, où le Je peut faire l'expérience de lui-même, mais pas par l'organe des sens qui génère et ajoute par exemple quelque chose. L'activité sensorielle aide le Je à prendre conscience de lui-même et à être au centre de la constitution du monde : mon doigt palpe ce bord et donne à mon Je, ma pure volonté, la possibilité de saisir ce geste tactile de diverses façons : dans la palpation, il y a une rencontre entre la limite de ma peau et par exemple cette surface en bois. Je deviens conscient de mon propre être, par le monde que je rencontre, le ressens comme dans les vers du Calendrier de l'Âme de la semaine 32 :

*Ich fühle fruchtend eigne Kraft
Sich stärkend mich der Welt verleihn;
Mein Eigenwesen fühl ich kraftend
Zur Klarheit sich zu wenden
Im Lebensschicksalsweben.*

*« Je sens ma force personnelle porter des fruits,
Et sa vigueur qui croît me donne à l'univers ;
Mon être intime je le sens prendre force
Et tourner vers la clarté
Dans la trame vivante du destin.⁸ »*

A ce propos, j'expérimente quelque chose de la surface que je contacte. Ce n'est pas encore le sens lui-même qui me donne le message, si quelque chose est doux, sec, dur, pointu ou émoussé-non : j'éprouve différemment la limite formée, émanant de quelque chose, qui comme moi, est placé dans le monde des sens.

⁷ Rudolf Steiner *Quatre Drames Mystères Triades*

⁸ Rudolf Steiner *Calendrier de l'Âme Triades*

De ce fait, l'organe final du toucher n'est pas spécifiquement associé à mon vécu ou par exemple lié à une zone de représentation dans le cerveau, comme nous l'avons dit les premiers jours, mais chaque expérience sensorielle a besoin d'une interprétation : chaque lieu des sens donne au Je la possibilité, de se percevoir et d'exercer un jugement.

A ce service désintéressé des organes des sens, dépend aussi l'art et la manière dont les sens agissent ensemble. Parce que dans les mouvements les plus fins, sans l'activation du sens de la vie et le sens de l'équilibre accompagnant le sens du mouvement, je ne peux pas interpréter une expérience tactile. Rudolf Steiner dit, que l'essence du jugement, est toujours de juger les expériences à travers l'interaction de plusieurs expériences sensorielles qui s'éclairent mutuellement, évaluent – justement que ce processus est si inconscient et si vite passé que l'on n'en est d'habitude pas conscient.

Le Christ lui-même est entré dans le monde des sens et là, il n'a pas seulement confirmé l'altruisme des organes sensoriels, par lesquels il s'est uni au monde terrestre. Il a en plus, à partir de lui-même, offert sa substance-Je et par cela a planté (inscrit) le germe de l'altruisme dans le Je de l'homme. Cependant, ce sacrifice christique peut en premier lieu « pénétrer avec force » en chacun de nous, quand et dans la mesure, où nous nous efforçons individuellement à cette qualité. Si nous voulons rester égoïstes ou pas, c'est notre unique et seule décision.

Le Je médiateur entre le corps, le monde et l'importance du ressenti

Le Je se tient au seuil et reconnaît comment lui et le monde sont associés. Il apprend à différencier : c'est moi, c'est le monde ; c'est en moi, c'est à l'extérieur. Il apprend aussi à guider les deux ensembles.

Il est important de différencier, quand nous percevons par l'expérience sensorielle et quand nous sommes déjà clairvoyants et que nous pouvons pressentir. Seule la pure perception, comme la différence entre dedans et dehors, peut être nommée perception sensorielle. Tout ce que nous fondons sur une expérience sensorielle dans le vécu intérieur, tous les sentiments d'âme sont déjà un vécu suprasensible. Nous devrions apprendre à connaître clairement à partir du fondement de la théorie des sens que la clairvoyance, le pressentiment (clair-ressenti) par exemple commence déjà, entièrement, dans la vie normale de l'âme. Pour nous apprendre et pouvoir le développer plus encore, Rudolf Steiner a écrit *l'Initiation ou comment acquérir des connaissances des mondes supérieurs*⁹.

Ici, je dois introduire une chose importante pour la thérapie artistique : dans un autre langage, il est difficile d'exprimer ce qu'est un ressenti sensoriel, une sensation. Il n'y a en règle générale pas de mot pour cela. Le sentiment n'est pas une sensation. Rudolf Steiner distingue même le corps sensible comme la limite entre la perception sensorielle physique et la sensation de la même chose dans l'âme.

Le chemin d'étude de l'anthroposophie, tel qu'il est décrit dans le livre ci-dessus nommé, mais aussi les éléments de formation que nous connaissons par l'art et par la vie pratique, agissent d'après les mêmes principes : amener le Je à devenir plus conscient de toute l'étendue de ses possibilités d'expériences, et pour se former, à se confronter librement à ces expériences possibles, à les maîtriser librement, et à ne pas en être dépendant. Conquérir un Je désintéressé signifie que le Je apprenne à ne pas abuser des expériences en se faisant plaisir, en devenant dépendant des sentiments de bien-être qui leurs sont associés. L'altruisme ne signifie pas résignation, mais une nouvelle relation à soi-même détachée. La plus grande liberté de l'homme, Steiner la nomme la liberté de soi-même : que l'on n'ait plus à penser que l'on doit se comporter d'une manière ou d'une autre. C'est seulement alors que je peux moi-même me sentir libre, je peux m'impliquer, comme je le veux – je peux lâcher prise ou me lier. La condition sine qua non pour cela est de ne pas perdre confiance. Croire est la base de la profonde confiance que le Je

⁹ Rudolf Steiner, *l'Initiation ou Comment acquérir des connaissances des mondes supérieurs*, GA 10 Triades.

permet. L'apprentissage pour faire face à soi-même comme à un étranger commence avec l'expérience des sens.

Dans « *la Nature Humaine* »¹⁰ ce concept est encore une fois mis en avant :

« Pour l'âme et l'esprit, les nerfs sont là où sont les espaces creux. C'est pourquoi le psycho-spirituel peut entrer, là où sont les espaces creux. »

Et plus loin : « les nerfs libèrent l'espace; nous pouvons alors vivre avec ce qui est à l'extérieur. L'œil modifie la lumière et la couleur. Mais là où se trouvent les nerfs, il se produit, au point de vue de la vie, un vide ; la lumière et les couleurs y demeurent inchangées, et vous les vivez telles qu'elles sont. Vous n'êtes séparés d'un monde extérieur qu'en ce qui concerne la zone sensorielle ; à l'intérieur vous vivez les phénomènes extérieurs comme dans une coquille. Là, vous devenez vous-même lumière, vous devenez son ; les phénomènes eux-mêmes se déploient, car les nerfs n'y opposent aucun obstacle comme le feraient le sang et les muscles. »

Partout où il y a des organes des sens, où sont des réseaux nerveux, le Je libre peut se mouvoir et se rencontrer comme dans un espace vide.

Le devoir de l'éducation a pour fondement de permettre, que la vie des sentiments des enfants se détachent de son emprise avec le corps physique et puisse se connecter avec la pensée – c'est dans *la Nature Humaine* de Rudolf Steiner. C'est la grande tâche de l'éducation.

Le véritable exercice, pour y parvenir, est de ressentir profondément ce que l'on vit, assez pour voir ce que l'on voit, écouter attentivement ce que l'on entend – obtenir des perceptions suffisamment détaillées dans la sphère sensorielle. Pourquoi ? Parce que sur ce chemin, on peut saisir consciemment une sensation et comme le décrit Rudolf Steiner dans *Théosophie*, on peut la concentrer en sentiment. C'est aussi l'essence de la méditation : ressentir une impression sensorielle, concentrer une sensation en sentiment, se créer une pensée claire sur ce sentiment, puis trouver une expression par un moyen artistique : par le son, la forme, la couleur, le mouvement. Trouver de manière désintéressée, une expression pour ce qui est perçu comme quelque chose qui a été donnée.

Cultiver les sens inférieurs

En rapport avec une culture des sens inférieurs, Rudolf Steiner dit dans divers contextes, qu'avec nos corps constituants actuels, nous ne pouvons pas encore percevoir le monde environnant de manière désintéressée, parce que notre Je n'est pas assez éduqué, il se connaît trop peu et il s'est encore peu transformé.

Nos expériences physiques sensorielles sont cependant déjà altruistes. On peut dire qu'elles sont bien meilleures que nous. Rudolf Steiner déclare que notre futur état humain – l'Homme-esprit *Atma*, l'Esprit de vie *Bouddhi* et le Soi-esprit *Manas* – nous rencontre de l'extérieur, comme à partir du futur et ainsi nos actuels corps constituants soient traversés et travaillés, afin que tous les hommes profondément inconscients puissent faire l'expérience de l'impulsion vers un développement supérieur.

Le sens de la vie dans la science de l'esprit

Rudolf Steiner dit que le bien être que nous pouvons connaître avec le sens de la vie, est dû à un important excédent astral, à travers lequel nous expérimentons les impressions et les trouvons belles. Cet excédent astral est à son tour dû au fait que la constitution physique et éthérique presse (comprime) le corps astral, de telle manière que l'*Atma* – le corps physique transformé par le Je – imprègne entièrement notre corps éthérique de force structurante. Le corps astral doit

¹⁰ Rudolf Steiner, *Nature Humaine*, conf.7, GA 293, Triades

s'insérer dans ce physique accompli par l'esprit, et se défaire de la forme qui en résulte. Ce qui cependant agit dans le corps astral comme une subtile crampe au sens d'une contraction conduit à une éviction du corps astral d'où naît un sentiment de bien-être, perception dû au sens de la vie. De là vient aussi l'action bénéfique du rituel de la Messe ou de l'acte de consécration de l'homme. Cela permet d'expérimenter quelque chose de cette empreinte inconsciente du futur des hommes.

Le sens du mouvement dans la science de l'esprit

Dans le sens du mouvement agit le *Bouddhi*, l'Esprit de vie. L'expérience du sens du mouvement naît en raison du fait que l'Esprit de vie – c'est-à-dire, le corps éthérique métamorphosé par le Je – apporte en soi dans le corps éthérique un équilibre merveilleusement harmonieux, afin que le corps astral puisse contrecarrer librement notre propre mouvement. Ce contre mouvement libre nous rend conscient de l'expérience du sens du mouvement.

Le sens de l'équilibre dans la science de l'esprit

Le *Manas*, Soi-esprit, le corps astral complètement dominé par le Je – nous permet de faire l'expérience du sens de l'équilibre. Le *Manas* produit l'expansion du corps éthérique, et ce faisant le rend pour ainsi dire plus spirituel. Il en résulte, dans le physique, un emplacement libre pour les trois canaux semi-circulaires, auxquels le corps éthérique fait de la place, de telle sorte qu'ils puissent se couler dans la courbure et se former comme un objet structuré et voulu de l'extérieur. C'est ainsi qu'à chaque instant nous faisons l'expérience de notre état d'équilibre en relation avec l'espace environnant.

Cultiver les sens médians

Selon les indications de Rudolf Steiner, nos sens médians peuvent agir uniquement grâce à la bonne santé des corps constituants capables de mettre en action le corps de sensation, l'âme de sensation, l'âme de raison et l'âme de conscience. Mais avec cela, ils donnent à l'homme lui-même la possibilité d'exploiter la perception du monde.

Les sens supérieurs

Les sens supérieurs requièrent l'action des hiérarchies, afin de pouvoir transmettre à l'homme la totalité de l'expérience des sens :

Les archanges rendent possible en nous le sens de la parole et le sens de l'ouïe.

C'est à travers le Christ éthérique vivant que la perception individuelle de la pensée nous est possible.

On voit ici le lien avec le sacrifice christique, de l'ange et de l'archange qui servent le Christ, afin que les sens supérieurs puissent être aussi disponibles pour ces organes nécessairement altruistes. Nous avons besoin de l'aide des archanges, qui sont les anges des groupes, afin que nous comprenions ce que l'autre dit. Par conséquent, la sphère des sens supérieurs est tellement prédisposées aux êtres démoniaques des groupes, qui provoquent par la parole et la musique, comme un relâchement du Je et à la place prennent la direction.

L'intégration dans le monde des hiérarchies

À travers la sphère des sens, l'homme expérimente une intégration parfaite dans le monde des hiérarchies, qui crée déjà le futur de l'homme, quand en conséquence nous participons. Sur cette base, on peut aussi comprendre que ce qui est donné à nos âmes par les perceptions des sens inférieurs quand ils sont véritablement vécus et éprouvés, est lié aux plus hautes caractéristiques humaines : l'harmonie, la liberté, l'équilibre. Le domaine de ces sens inférieurs, où le futur de l'homme, pour ainsi dire l'idée originelle de l'homme, est chez lui, se tient sous la protection de Dieu le Père. Nous avançons avec les forces de notre future humanité, quand nous éduquons notre sens de la vie, notre sens de l'équilibre et notre sens du mouvement. Rudolf Steiner écarte de cette description le sens du Je et le sens du toucher. Les sens médians sont les plus

« humains ». La manière dont nous avons des relations d'un homme à l'autre dépend de la manière dont ces outils sensoriels sont correctement structurés.

L'importance fondamentale du sens du toucher

L'intégration des aspects nommés ci-dessus dans le diagnostic et la thérapie commence déjà par le fait que tout le dispositif externe, la manière dont nous nous y prenons avec nos moyens artistiques, est porté par le soin et le respect. Le malade expérimente alors un « sentiment partagé » de ce qui aide et guérit : la beauté, l'harmonie, l'ordre/la vérité. Découvrir les différences et les résonances, la manière dont une création précédente sera associée à la suivante etc. Lorsque nous soutenons le rayonnement du sens du toucher dans l'âme par des moyens artistiques, naît une confiance originelle, confiance en la substance pénétrée de Dieu. Quand nous contactons l'extérieur, le Je est présent et expérimente comment la substance corporelle rencontre la substance du monde environnant. Tout comme le divin en l'homme, rencontre le divin dans le monde. De ce fait, la confiance en l'existence est un cadeau du sens du toucher, dont nous, homme, avons besoin pour mener une vie en bonne santé. Quand notre confiance est ébranlée, que notre croyance en nous-même et dans le monde est troublée, cela signifie que le sens du toucher est perturbé.

Aspects pour soigner le sens du toucher dans la thérapie artistique

- **Soigner le sens du toucher lors de l'anorexie mentale**

Dans la formation médicale, il y a une nouvelle thérapie pour l'anorexie mentale, pour l'anorexie de la puberté. Les patients doivent trois fois par jour, pendant une heure, porter un costume sur mesure fait d'une matière en néoprène, très étroitement serré. Les médecins ont confirmé pour ces patients anorexiques qu'il existe un trouble grave de la perception corporelle. Qu'il y ait une expérience de toucher saine, le corps et le monde se faisant mutuellement confiance est encore pour eux une donnée sous développée. Cela a le mérite d'agir en thérapeutique.

Les organes physiques peuvent être parfois abimés, mais finalement ce n'est pas ce diagnostic qui est pertinent pour une thérapie par l'art. Il s'agit plutôt de la question, comment fonctionne le processus d'un rayonnement sain de l'expérience sensorielle sur la sensation et le sentiment, cela jusque dans ce qui est perturbé dans le vécu conscient de l'existence en tant que confiance de la vie et comment cela peut être positivement influencé.

Il y a une immense action telle que la pratique justement la médecine anthroposophique pour l'anorexie mentale quand nous travaillons avec les massages rythmiques et les bains à dispersion d'huile. Pour l'art thérapie, en peinture, en modelage, il faudra travailler régulièrement la limite, la ligne frontière et à nouveau la délier ; pour atteindre cela, il s'agit d'expérimenter et de former en stimulant le sens du toucher par des formes, des limites précises, des qualités adoucies et durcies, comme le permet chaque moyen du domaine artistique choisi. La sensation et le sentiment doivent naître, aussi pour le haut et le bas, la pesanteur et la légèreté, pour dedans et dehors. Ce serait équivalent pour les manques par exemple : l'expérience antérieure négative, l'aide qui peut se construire pour la confiance en soi et la confiance dans le monde par une nouvelle confiance d'un vécu corporel sain dans son propre corps.

- **Soigner le sens du toucher et les troubles de l'anxiété**

Les troubles de l'anxiété sont également liés à une perturbation du sens du toucher. La perte de confiance et l'insécurité existentielle sont toujours associées à la peur. De ce fait, pour le diagnostic, c'est une aide de regarder dans quelles circonstances un homme est angoissé et dans la peur. Derrière l'anorexie mentale aussi, une peur inconsciente est souvent masquée.

Si l'on veut aider la personne à se débarrasser de sa peur, on doit travailler avec elle consciemment sur la limite, et l'aider à trouver une nouvelle sécurité : il n'appartient pas seulement de juste mentionner, qu'une nouvelle confiance s'enregistre par un vécu dans ses propres limites corporelles, mais aussi par la vie à l'intérieur des limites sûres dans le sociale, par exemple à la maison. D'une part, les différentes techniques d'apaisement permettent de prendre conscience, mais aussi de travailler sur la sensation et le sentiment : je me crée mon propre espace. Il y a un magnifique document à ce propos, comment pouvoir réussir dans sa propre prison à créer cette paix et cet espace sécurisé. L'évangéliste théologien Bonhoeffer¹¹ écrit dans sa dernière lettre à son aimée, trois mois avant son exécution, la célèbre prière, qui entre temps sera mise en musique plusieurs fois et qu'on peut trouver dans tous les livres de chants œcuméniques: « *Von guten Mächten wunderbar geborgen, erwarten wir getrost was kommen mag. Gott ist bei uns am Abend und am Morgen und ganz gewiss an jedem neuen Tag.*» *Merveilleusement secourus par de bonnes forces, nous attendons avec confiance ce qui peut arriver. Dieu est avec nous le soir et le matin et certainement tous les jours à venir.*

C'est une expression profonde d'un sens du toucher sain : être pénétré du sens de Dieu, dit Rudolf Steiner. Pourquoi ? Parce que le Je est vécu comme un être spirituel : ceci ici est mon corps, là est le monde, je suis en esprit intimement uni et pourtant intérieurement libre de tout ce qui est seulement matériel. Quand je me retire de ce lieu matériel, je me retrouve cependant en sécurité dans ce monde, qui comprend tout. L'exercice premier serait de faire face, à toutes choses, avec ces sentiments.

Aspect pour soigner les sens de la vie par l'activité artistique

Le sens de la vie nous permet de sentir l'harmonie. Il y a des hommes, dont nous disons, qu'ils sont « accros » à l'harmonie. C'est très sain d'avoir de la nostalgie pour l'harmonie, mais on ne doit pas en devenir dépendant. Les hommes maniaques de l'harmonie ont une grande part d'ombre : ils réagissent très agressivement, quand cela devient inharmonieux : « ne vous disputez donc pas toujours à nouveau ! ». On peut connaître le degré de dépendance à l'harmonie au niveau de l'agressivité. Se quereller est autre chose. Ici on réagit avec agressivité parce qu'on a une haine pour l'harmonie. C'est l'autre forme de non liberté en face du sens de la vie.

- **Soigner le sens de la vie et l'agression**

Il s'agit juste d'apprendre que l'harmonie est quelque chose à vivre et à soigner, en exerçant ce qui n'est pas évident, ni agréable, pour faire face à l'agressivité de telle manière qu'elle conduise à la capacité d'harmonie. L'agressivité, l'ennui, la solitude, tous ces sentiments flous, qui ruinent nos vies et nous rendent amers et fâchés sont quelque chose de merveilleux quand cela nous appelle plus justement à recouvrer une saine harmonie. Nous devons essayer franchement de montrer à la personne que son agressivité, son ennui, comme son humeur toujours malheureuse, doit être prise comme base pour en faire quelque chose, pour s'éveiller au lieu de se tourner vers les « drogues ». Avec elle, nous pouvons ensemble essayer, de faire face consciemment à l'agression, pour courageusement peindre une image qui exprime tout le potentiel d'agressivité pour essayer de s'en défaire et chercher à être constructif, pour ainsi dire : créer un travail qui fait plaisir. La

¹¹ Dietrich Bonhoeffer né le 4 février 1906 à Breslau (aujourd'hui Wrocław en Pologne), et mort (exécuté) le 9 avril 1945 au camp de concentration de Flossenbürg, en Bavière, près de l'actuelle frontière germano-tchèque, est un pasteur luthérien, théologien, écrivain et résistant au nazisme, membre influent de l'Église confessante. https://fr.wikipedia.org/wiki/Dietrich_Bonhoeffer

tâche consiste à reconnaître l'agression comme un potentiel d'activité, qui tend vers une forme plus constructive, mais sans encore savoir comment le faire.

On peut informer sincèrement les enfants quand on leur dit : « Tu es un petit gars très intelligent, tu as des supers forces, mais tu ne connais pas encore suffisamment comment les utiliser pour que tous s'en réjouissent. Pour l'instant, nous seuls nous réjouissons, mais beaucoup d'autres en sont encore irrités. Maintenant exerçons-nous afin que toujours plus de gens puissent se réjouir de toi et de ton activité ! »

Déplaisir, agression et ennui sont des diagnostics justes, particulièrement pour un sens de la vie perturbé et expriment tout de suite une profonde attente de la totalité, de la beauté et de l'harmonie, ce qui doit d'abord être traversé « la vallée des opposés et de la laideur ». C'est un processus.

Le thérapeute doit trouver tôt ou tard dans le travail commun avec le patient, le client ou l'enfant, ce que la personne cherche. Un diagnostic produit toujours un regard sur les relations qui montrent les fondements des symptômes, qui donnent une image des troubles. Ensuite se pose la question de comment sera le chemin de guérison. De ce fait le médecin demande souvent au patient – quand parfois, il sait quelque chose lui-même sur ce qui se passe : « pourquoi venir vers moi ? Qu'est-ce que vous attendez de moi ? ». Alors on peut comprendre les réponses, ce que l'autre cherche. Et on peut parler : « si c'est ce que vous voulez, je peux vous aider ! » On peut maintenant parler du chemin : celui qui conduit au but réalisable pour que le patient ne faillisse pas. De cette manière, on le met « dans le bateau » et on doit essayer, avec optimisme et humour pour qu'il puisse se saisir lui-même de la tâche proposée...

Aspect pour soigner les sens du mouvement par la thérapie artistique

Le plus beau de tous les sentiments humain, nous le devons au sens du mouvement : c'est le sentiment de liberté. En anatomie nous parlons également de « niveau de liberté ». L'articulation de notre épaule est celle qui a le plus de degrés de liberté – au nombre de sept ! Mais en même temps, nous avons aussi les principaux problèmes, parce qu'avec cette liberté nous pouvons être très maladroits. Pourquoi les gens conduisent si volontiers leur voiture ? À cause du sentiment de liberté, qui se produit dans le mouvement par la rapidité du déplacement, tout comme voler dans l'air, etc.

On sait que le sens du mouvement est perturbé parce qu'on est coincé, immobilisé, inhibé, par le sentiment de non liberté, les difficultés d'adaptations, les contraintes etc. Tous ces troubles, doivent être saisis par les thérapies du mouvement et non pas par la psychothérapie, comme c'est souvent l'habitude ! Mouvement, mouvement, mouvement. Et aussi quand on n'est pas un thérapeute du mouvement en travaillant avec la thérapie artistique, la musique, la peinture, on peut tout de même permettre le mouvement. Par exemple : en peinture avec un grand format faire les grands mouvements dont le patient a besoin. Ou le thème en modelage est de modeler dans l'air (en pétrissant l'argile, les mains libérées d'un support.) et ainsi essayer d'éveiller la sensation dans un libre mouvement.

Pour les fondements de la guérison ce qui est beau dans ce genre de diagnostic sensoriel est que l'on peut observer finement la maladie à la lumière de la guérison. Le thérapeute sait, que la guérison se fait, par l'expérience des sens, la connaissance de la sensation, la conscience de la sensation et finalement le dialogue avec ce sentiment ainsi reconnu. Ce processus permet à la personne de comprendre, d'aller vers une conclusion, de s'éprouver en faisant face à la chose. Ainsi peut-on montrer à chaque homme, une solution appropriée de ses troubles sensoriels.

Aspect pour soigner le sens de l'équilibre

Quand le sens de l'équilibre est perturbé, la personne est incapable de trouver une tranquillité intérieure. Une paix de l'âme, la haine et les conflits intérieurs en découlent. Il se peut qu'enfant, elle n'ait pas pu bénéficier suffisamment de la sensation, d'éprouver, de sentir : « je suis en paix en moi-même, parce que je suis en équilibre. »

Dans la thérapie artistique, on peut travailler sur de tels moments de paix, sur cette intériorisation. Le choix ici aussi est que la personne ne fasse pas simplement l'expérience d'être paisible, mais que le processus thérapeutique se poursuive, en essayant de maintenir la sensation, aussi longtemps que cela est possible et d'être à l'écoute. Ce qui fut ressenti et ce qui put être décrit des perceptions devient peu à peu conscient. Parce qu'effectivement une personne même perturbée a encore ces sens inférieurs. Elle n'est tout simplement plus en mesure de recevoir le message désintéressé de ces sens :

- Ce que notre Homme-esprit dit sur le sens de la vie : tu es harmonieux, un être justifié dans le cosmos.
- Ce que notre Esprit de Vie dit sur le sens du mouvement : tu es un être libre
- Ce que notre Soi-Esprit dit sur le sens de l'équilibre : tu es en paix en toi-même, tu es un, tu es en toi-même un être fondé.

En termes de prédisposition, tous les hommes ont ce potentiel. Nous, artiste thérapeute nous pouvons aider nos patients, à devenir de plus en plus conscients de la guérison qui résulte des processus thérapeutiques.

Bibliographie

Wolfgang M. Auer: Sinnes-Welten. München 2007

Michaela Glöckler: Sinnestätigkeit – das Fundament für Welt- und Selbsterleben. In: Kindersprechstunde. 20. Aufl. Stuttgart 2015

Karl König: Sinnesentwicklung und Leiberfahrung. Heilpädagogische Gesichtspunkte zur Sinneslehre Rudolf Steiners. Stuttgart 2010