

Le Champ d'argile[®], Sagesse du corps, Sagesse de la terre

par Bénédicte de Nazelle, thérapeute au Champ d'Argile

Présenter aux lecteurs du Canard Biodynamique ma pratique avec le Champ d'argile[®] est un challenge. En effet, la thérapie biodynamique a été ma première formation de thérapeutes et j'ai travaillé quelques années en tant que thérapeute biodynamique, comme d'ailleurs un certain nombre de mes collègues qui utilisent le champ d'argile, et ce n'est pas un hasard. Très proche par certains aspects, très différents par d'autres, c'est une méthode très originale de transformation intérieure, de guérison et de maturation.

Inventée dans les années 70 par un allemand, le professeur Heinz Deuser, cette approche a comme principaux fondements théoriques la psychologie analytique de C.G. Jung, et la Gestalt-psychologie, mais c'est un travail qui est essentiellement corporel, basé sur l'haptique (vient du grec "haptomai" qui signifie "je touche"), sur les perceptions sensorielles, perceptions cutanées, mais aussi perceptions kinesthésiques et proprioceptives. Ces perceptions proviennent de niveaux profonds et très inconscients. Tout le corps est impliqué ; par le biais des sensations, le toucher relie à toute une mémoire inscrite dans le corps, venant des toutes premières expériences relationnelles.

On propose aux enfants et aux adultes de toucher de l'argile contenue dans un cadre en bois posé à plat sur une table et de laisser faire les mains, c'est à dire de suivre tous les gestes, toutes les impulsions, tous les besoins des mains. Pour les adultes, il est conseillé de fermer les yeux pour être plus dans la sensation, dans le ressenti du toucher. Une séance dure d'une demi-heure à une heure. Il y a trois principaux éléments : un cadre en bois muni d'un fond, une assez grande quantité d'argile souple placée dedans (environ 20 kilos), et de l'eau contenue dans un bol ; chacun de ces éléments a des qualités sensorielles très différentes et complémentaires.



La particularité du travail au champ d'argile : la personne est mise en situation d'acteur, de créateur de sa propre transformation, de sa propre vie, poussée par l'élan vital issu du Soi.

Il y a en nous une « impulsion intérieure de croissance » comme le dit Marie Louise von Franz, collaboratrice de C.G. Jung et dans le champ d'argile, nous sommes provoqués et incités à agir pour répondre à une nécessité intérieure. Toucher l'argile met en mouvement. La principale consigne répétée tout au long du travail est : « Laisser faire les mains, suivez votre besoin ».

On ne peut que s'émerveiller en voyant les mains à l'œuvre dans l'argile, les mains qui savent, animées par l'intelligence de la vie, l'intelligence du corps.

Quand on touche, on est touché. Le fait d'être touché provoque, les thérapeutes biodynamiques le savent bien ; cela réveille des besoins, invite à des décisions, demande des réponses.

Toucher l'argile, c'est entrer en relation, c'est ressentir. Cela active des manques, des besoins liés le plus souvent à d'anciens vécus relationnels, plus ou moins traumatiques, à des blocages, à un mouvement de vie qui a été empêché, et à la nécessité de transformer. Le champ d'argile donne la possibilité de se connecter à des expériences très anciennes, très archaïques ; il arrive même que se manifestent des vécus pré-nataux : besoin de transformer la paroi utérine, la rendre bonne, accueillante, chaleureuse...

Dans ce travail, on repasse par les différentes étapes de l'ontogenèse pour aller vers une maturation humaine de plus en plus développée, et les besoins, spécifiques à chacun, évoluent : être en contact peau à peau, être touché, être contenu, trouver un vis à vis, trouver un équilibre, pouvoir prendre appui, trouver des limites, une orientation, trouver sa verticalité, se positionner..., puis pour certains se centrer, se sentir dans sa profondeur, trouver une équivalence entre l'autre et soi, sentir l'interdépendance entre l'autre et soi, pour enfin, pour quelques très rares personnes bien sûr, percevoir qu'il n'y a plus de différence entre soi et l'autre.

Pour Heinz Deuser, il y a dans le Champ d'Argile tout ce qui est nécessaire pour le développement humain : une structure qui donne appui, une matière qui prend forme grâce aux gestes et qui reflète qui je suis, une relation avec un autre. Dans l'exemple décrit en fin d'article s'exprime le besoin de prendre position, de s'affirmer.

On rencontre les blessures, les manques, les empêchements, et aussi le potentiel de croissance, la possibilité de compléter des étapes inachevées au niveau relationnel, de grandir.

Et c'est la personne elle-même, et sa propre créativité portée par son élan vital, qui trouve peu à peu les solutions pour dépasser les blocages et transformer d'anciens vécus relationnels.

Il existe de multiples façons d'être en contact avec le champ d'argile et d'agir : toucher, presser, former, caresser, pénétrer, percer, diviser, enlever... A titre d'illustration, voici quelques exemples de ressentis qui entraînent une action : « c'est compact, impénétrable » => besoin de trouer l'argile, d'aérer... ; « c'est collant, encombrant » => besoin de décoller, de vider... ; « c'est sec, dur, aride » => besoin d'humidifier, d'adoucir en mettant de l'eau... La personne agit en fonction des sensations et de son ressenti ; son action transforme le champ d'argile et la transforme également. Elle se rencontre elle-même et découvre ses propres possibilités, ses compétences souvent ignorées : saisir, prendre en main, trancher, séparer, etc, et elle se sent ; par exemple : je soulève une grosse masse => je me ressens comme ayant du poids ; je caresse l'argile, je lisse => je ressens de la douceur en moi ; je forme une boule consistante => je me vis comme ayant de la consistance. Tout en transformant la matière, la personne se transforme et prend forme.

Toute perception sensorielle entraîne une action, un mouvement, un geste, et tout mouvement produit une nouvelle perception, un nouveau ressenti, et ceci d'une façon simultanée.

Vont se succéder dans une séance différentes étapes qui vont amener progressivement vers une satisfaction du besoin activé par le toucher. Quand toute l'énergie et tous les mouvements ont pris forme, alors c'est la fin du travail. La personne le sent, le sait dans son corps. Il y a un apaisement, une plénitude, la personne se redresse, s'ajuste, trouve une juste position, une juste relation entre le champ et elle.

Vient ensuite un court échange verbal, qui permet de faire des liens entre ce qui s'est passé pendant la séance et des événements biographiques, et de permettre une intégration de ce qui s'est vécu dans le champ.

Cette approche peut être utilisée ponctuellement, en complément d'une thérapie verbale, mais aussi comme chemin de guérison et de transformation ; la fréquence des séances est alors décidée d'un commun accord : séance hebdomadaire, ou bi-mensuelle, selon la demande et les circonstances.

Le rôle de l'accompagnant : le thérapeute est là, au côté de la personne qui travaille dans le champ. Il est présent, il soutient la personne par sa présence et par ses interventions verbales, toujours très simples et sobres. Et comme dans une thérapie biodynamique, il s'agit d'être au plus près de l'énergie de vie de la personne accompagnée. Son rôle est très important : permettre à la personne de trouver suffisamment de sécurité et d'appui, que ce soit dans le toucher de la matière argile, dans le ressenti du cadre, dans la relation à l'accompagnant, dans son propre corps.

Cela est indispensable pour entrer en contact avec des traumatismes, des peurs, des blocages, pour lâcher d'anciens mécanismes, d'anciens modes de relation, et pour aller vers son potentiel, vers de nouvelles qualités de relation avec l'autre et avec soi-même. Dans le récit de la séance rapportée en fin d'article, la personne cherche en premier la résistance et la solidité du cadre, pour d'une façon simultanée trouver cette solidité en lui, trouver un appui, une sécurité qui va lui permettre de prendre le risque d'aller vers une nouvelle manière d'être.

Tout cela se passe à un niveau assez inconscient.

L'accompagnant est très attentif à la façon de toucher, à la qualité du toucher : certaines personnes ne peuvent pas toucher, d'autres ne peuvent pas prendre la matière...

Apprendre à voir très précisément comment la personne entre en contact avec cet objet qu'est le champ d'argile, c'est le but principal des trois ans de formation : voir où l'énergie est bloquée, voir où le contact serait possible, discerner l'intention du geste. Est ce que la personne touche avec le bout des doigts, avec le pouce, avec les avant-bras, avec la paume ? Quelle est la qualité de son toucher ?

On peut discerner le besoin profond de la personne au travers des blocages, des empêchements : par exemple, une femme d'une quarantaine d'année commence à toucher le champ d'argile avec des mains complètement tendues, raides : elle ne pouvait pas entrer en contact, ni prendre l'argile, ses mains en étaient incapables. Cela pouvait exprimer un manque très précoce et très profond au niveau sensoriel. Comment lui permettre de trouver suffisamment confiance, quel geste, quel toucher fallait-il particulièrement soutenir pour qu'elle se risque à un vrai contact, là où elle pourra satisfaire son besoin profond de toucher et d'être touché. C'est tout l'art de l'accompagnement : favoriser tout ce qui peut donner sécurité et confiance, et soutenir tous les gestes mus par l'élan vital, par la nécessité intérieure d'être en relation et de s'accomplir.

Lors de ce magnifique congrès « Corps et Conscience » qui s'est déroulé à Paris en 2008, j'ai eu l'occasion, avec Sixtine Henry d'Aulnois et Benoît Saillau, d'animer un atelier au cours duquel nous avons présenté le champ d'argile; nous avons montré une vidéo d'un processus filmé lors d'un stage de perfectionnement pour thérapeutes, accompagnée de son compte-rendu, écrit juste après le travail par la personne qui avait vécu l'expérience, en l'occurrence Benoit Saillau, lui-même thérapeute au champ d'argile.

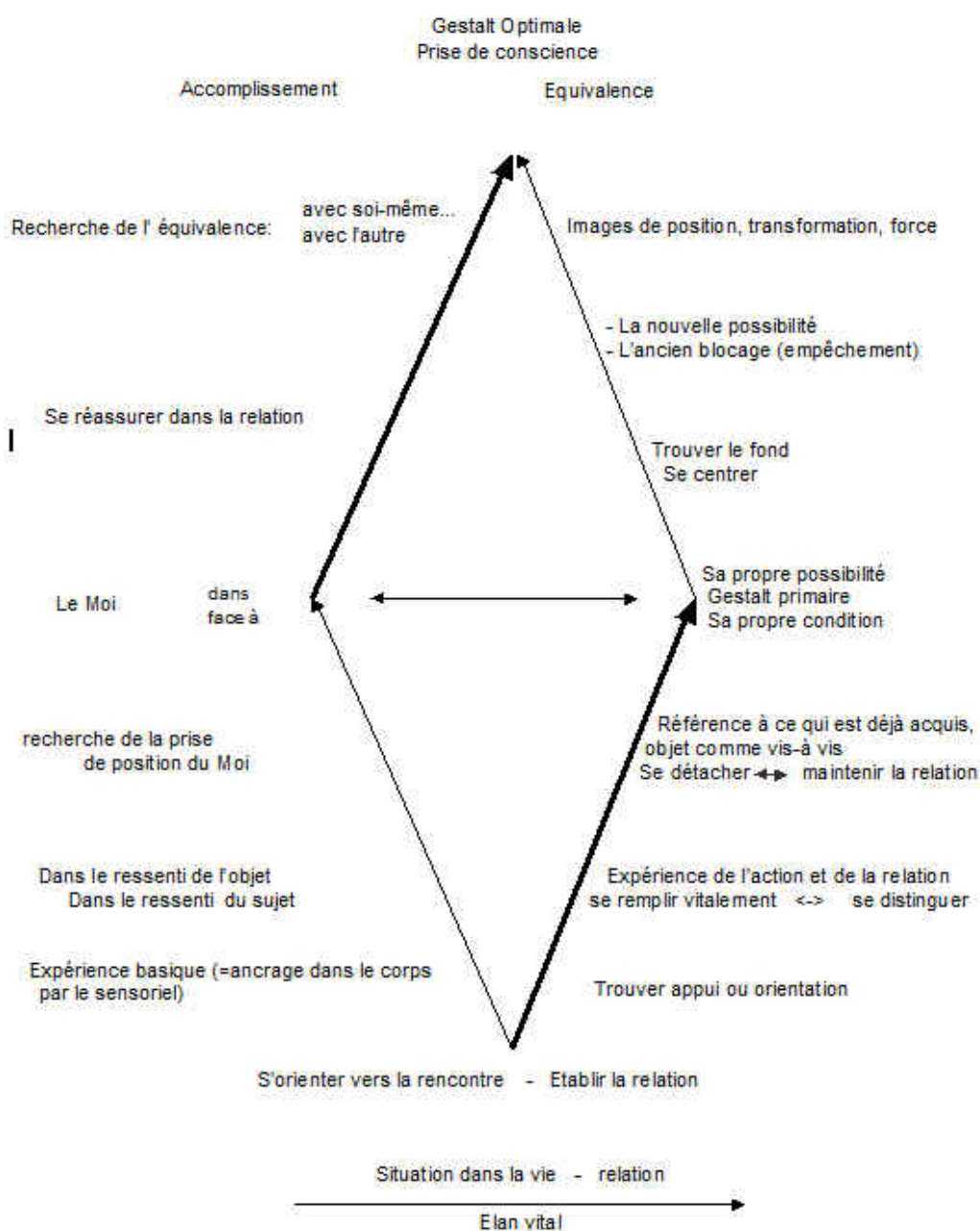
Celui-ci a bien évidemment déjà un long parcours thérapeutique ; aussi il est assez conscient de ce qui se passe, même dans les premières étapes du travail, ce qui n'est pas très fréquent. Le grand intérêt de cette séance est qu'elle est très claire, très orientée dès le début, très pédagogique dans le sens qu'elle illustre les différentes phases du travail au champ d'argile sur le plan structural. On peut s'étonner que Benoit, dans son compte-rendu ne fasse pas plus référence à l'accompagnant ; en fait celui-ci par sa présence et ses interventions verbales permet le processus mais il reste en arrière-plan. On peut le comparer à une sage-femme qui accompagne une naissance, l'important reste l'expérience de la naissance.

Dans l'exemple qui suit, à chaque moment clé, j'ai inséré en commentaire l'étape où se situait le travail, en me référant à un des schémas mis au point par Heinz Deuser, le schéma du processus de formation de la Gestalt optimale, schéma que vous pourrez voir ci-contre. En donnant des repères bien précis, ce schéma permet à l'accompagnant de donner un soutien adapté au processus en cours, par des interventions verbales spécifiques à chaque phase du travail. Chaque processus de création suit les mêmes lois, et ce processus prend fin dans la gestalt optimale, quand toutes les énergies du champ ont trouvé leur expression et leur forme d'équilibre ; c'est pourquoi il n'y a plus de mouvement possible quand arrive la gestalt optimale. Chaque mouvement a trouvé son expression dans la forme. On peut très clairement le percevoir dans l'exemple donné ci-après. L'énergie est alors dans la forme.

Le mouvement devient Gestalt est le titre du premier livre écrit sous la direction de Heinz Deuser (en allemand « Bewegung wird Gestalt - éditions Doering -2004 »).

HEINZ DEUSER

LES PHASES DE LA GENESE DE LA GESTALT



Compte-rendu de la séance écrit par Benoit Saillau juste après le travail



Une fois assis devant le cadre, il était important pour moi de bien me préparer. Régler la hauteur du siège, afin que je puisse trouver un juste ancrage à la fois dans l'assise du bassin et dans l'enracinement de mes pieds au sol. Il m'a fallu aussi préciser la place du cadre, bien au bord de la table et centré.



Commentaire : s'orienter vers la rencontre en vue d'établir la relation

La première nécessité a été alors de contacter le cadre, tout le cadre, puis d'en éprouver la résistance et la solidité de toutes les façons possibles.

C'était pour moi une façon d'aller chercher les mêmes qualités au fond de moi, de m'assurer qu'elles étaient bien là et que je pourrais compter avec elles, sans défaillir



Commentaire : trouver appui et orientation

Je contactais l'argile sans grand intérêt. Elle était d'une tiédeur fade. Puis d'une façon impérieuse j'y enfonçais mes deux coudes, verticalement, m'étant mis debout, avec force et détermination, et répétais ces gestes sur toute la surface de l'argile.



Commentaire : expérience de l'action - se distinguer de l'objet

Je m'ancrais dans la nécessité de rencontrer mon masculin.

Recontactant avec mes mains la surface de l'argile, celle-ci était encore plus quelconque, bosselée et toujours aussi fade.

Je humais la terre. L'odeur était bonne, mais également fade. Avec le talon des pouces, je poussais l'argile vers le centre, formant comme une crête médiane de bas en haut. Je creusais un espace en haut du cadre, au centre, jusqu'au fond.

Puis j'entrepris de vider le cadre. Je savais que c'était cela la nécessité. Mais l'argile se montrait difficile à enlever, compacte, revêche, et j'avais besoin de travailler durement chaque motte enlevée. La pétrir dans mes mains, profondément, avant de l'évacuer en la posant sur la table par delà le cadre.

La taper, parfois violemment, la tordre, la déchirer, la séparer, la rouler, toujours dans un contact fort et intense.

C'était difficile et dur quelque soit l'endroit du cadre d'où venait l'argile.



Commentaire : référence à ce qui est déjà acquis, objet comme vis à vis -> se détacher

Tout le cadre fût ainsi vidé. Parfois, en mettant les mottes sur la table, elles basculaient par terre et c'était un plaisir pour moi.

Je sentais le besoin d'espace et cette terre ne devait pas m'envahir. Dans la même nécessité, j'ai raclé le fond du cadre. Il m'était important qu'il soit propre, bien vidé, net.

Je posais alors mes avant bras et mes mains dedans, comme pour m'y reposer. Mais l'espace était trop petit, comme un vieux vêtement, une peau qui n'est plus assez grande.

Je cherchais une solution, mais il n'y en avait pas. Je frottai mes mains entre elles pour éliminer l'argile, 3la vieille argile ».

Je savais alors que je ne pouvais plus garder ce cadre devenu obsolète. Pourtant je sentais un lien d'affection et d'amitié, comme un ami avec qui l'on aurait partagé longtemps la même route avant de se séparer. Je soulevais le cadre et l'explorai dans tous ses aspects, toutes ses faces, m'appuyai dessus, passais encore un peu de temps avec lui.

Mais la mue était évidente et j'enlevais donc le cadre de la table et le posais par terre près de moi.



Commentaire : crise - le moi face à sa propre condition, son ancien vécu

Mes mains rencontrèrent alors le bulgomme qui avait servi de support au cadre. La dimension était plus grande que celle du cadre en bois. Je découvrais un nouveau cadre, plus vaste, sans rebord, et malgré mes yeux fermés, j'en percevais la blancheur. J'en explorais la surface, les limites.

Je posais mes avants bras et mon front sur le bulgomme.



Commentaire : se réassurer dans la relation à soi-même

Comme par besoin d'entrer en contact, d'appivoiser, de saluer respectueusement. Puis je me redressai en me déroulant.

Je pris une petite boule de terre et la travaillai dans mes mains. La terre était devenue très malléable. J'avais idée d'une coupe et sentais qu'elle devait être bien à ma mesure, précisément. Je la travaillais en me servant de mon poing droit comme support.

Ainsi je façonnais cette coupe dans des proportions absolument justes, à ma mesure. Elle me correspondait totalement.



Commentaire : recherche de l'équivalence

Je m'ancrais sur mes coudes, avant-bras levés, la coupe sur mon poing et m'appuyai le menton dessus. Puis je sentais la terre qui était alors agréablement fraîche et me rafraîchissait le visage et le cou alors trop chauds. Je la posais au centre du bulgomme. Puis mes bras posés sur la table, je tenais la coupe dans mes mains. Mais je devais passer à l'étape suivante. Je refermai la coupe et en fis une boule que je comprimai bien sur elle-même. Je jouais en la faisant rouler longuement d'un côté à l'autre. L'enjeu était ainsi de m'approprier tout l'espace, et de tester ma capacité à gérer ce nouveau cadre sans bord.

Liberté et responsabilité. La balle ne devait pas sortir. Je devais, dans cette nouvelle situation, éprouver ma capacité à garder mon intégrité. J'étais heureux que cela se fasse par le jeu. La boule, roulant, s'imprégnait des dessins du bulgomme, ce qui me plaisait aussi.

Puis elle se déforma et s'aplati un peu. Je la reformais mais elle s'aplati de nouveau. Je compris que je devais passer à un autre stade.

Je la posais au centre et sentis la nécessité de monter de la terre au dessus de ce socle. Je fis ainsi un cône, une pyramide, assez haute et massive.



Commentaire : image de position

Je retrouvais, dans la matière et la construction, l'affirmation et l'ancrage de mon masculin.

Stable et fort. Tel un Shiva lingam. Je le lissai bien avec de l'eau, symbole de vie, le reliai bien à sa base. Bien droit, les avant bras posés, mes mains tenaient la forme.

J'étais bien mais sentais que ce n'était pas encore totalement juste.

Il était nécessaire de reprendre le cadre et d'y mettre cette forme au centre. Mes mains ne trouvaient pas leur place dans ce cadre avec lequel les retrouvailles ne s'étaient pas faites.

Une parole de l'accompagnante m'a aidé à comprendre que je devais explorer à nouveau ce cadre, y prendre appui, créer avec lui une reliance, le faire mien et non plus objet extérieur, l'intégrer. Je touchai la fin de la gestalt, mais quelque chose manquait encore.

Je me mis debout pour incarner aussi sur la plan physique cette affirmation de moi-même dans le masculin.



Commentaire : recherche de l'équivalence par rapport à soi-même

Mais où placer mes mains ? Dans le cadre, sur les bords, à l'extérieur ? Tout cela n'était pas suffisamment juste. Les doigts de mes mains se glissèrent alors sous le cadre, de chaque côté, près de moi. Je tenais le cadre dans mes mains détendues.

Le cadre et moi étions un, comme le jardinier et sa brouette. J'intégrais ainsi ma nouvelle peau.



Commentaire : Gestalt optimale - accomplissement, équivalence

Le Travail au Champ d'Argile me montre tout mon potentiel et les capacités que j'ai pour le réaliser. Il me permet d'aller au fond de moi chercher les moyens nécessaires à sa réalisation.

A moi maintenant de le réaliser dans mon quotidien.

Cet exemple nous montre clairement que le travail au champ d'argile n'est pas intuitif, mais suit une structure ontogénétique très précise, c'est là son originalité et sa force.

Benoît par ce travail contacte et intègre un aspect fondamental et existentiel de lui-même. Et c'est une nécessité pour lui.

Heinz Deuser, le créateur de cette méthode écrit : « nous nous trouvons comme êtres vivants dans la vie et nous devons nous réaliser dans la vie.

La vie elle-même devient urgence, et cette urgence - à travers les crises - cherche une réalisation, tend vers un accomplissement.

Le manque est l'inaccompli, c'est à dire la vie elle-même qui aimerait trouver sa forme à travers nous-mêmes. Elle s'exprime dans le besoin d'agir auquel nous sommes invités en nous trouvant devant le champ d'argile ».