COLLECTIF OPEN SOURCE

Session : Le théâtre comme outil

Mardi 25 – vendredi 28 novembre 2025
Anis Gras, le lieu de l'Autre.

Conception et organisation collective.

Participant-es :

Mathieu Huot, Christelle Larra, Morgane Lory, Fabien Martin, Chloé - Erika Guillouzouic.

Invité-es :

Raphaël, Mathilde, Sébastien Garcin, Alban Lacroix, Geoffroy Vernin, Pierre-Marie Baudoin, Simone Goggiano et les interprètes de la cie la Clef des Songes.

Présentation de la session : Lors de cette session, nous avons souhaité nous interroger sur la manière dont la pratique théâtrale peut devenir un outil au service de causes sociales, militantes, démocratiques... Le théâtre mobilise de nombreuses compétences (jeu, narration, écriture, dramaturgie, improvisation, rapport au corps, sens du collectif, etc...) et nous avons souhaité nous interroger sur la manière dont ces outils peuvent activer du lien, du sens, des prises de conscience, au-delà de la pratique artistique. Nous avons également souhaité nous interroger sur le lien entre art et société, en analysant une autre activité artistique : le cinéma à impact.

Pour mener cette réflexion, nous avons invité différents professionnels à venir réfléchir avec nous, sur une demi-journée ou une journée, pour échanger autour de leur activité (sociale, militante, thérapeutique) et interroger ce que le théâtre peut apporter dans leur activité professionnelle.

Nous avons réfléchi selon un **axe double** : comment le théâtre peut-il être un apport pour des professionnels du secteur associatif ou militant ? Comment des professionnels du milieu théâtral investissent leur pratique dans un cadre thérapeutique ou social ?

Retours des participant-es

Retours Fabien

« DONNER LES OUTILS DU THÉÂTRE AUX AUTRES POUR QU ILS SE LES ACCAPARENT,
QU ILS S EN SERVENT POUR PRENDRE SOIN D EUX ...

Une semaine toujours aussi riche en rencontres :
Lors de notre semaine de recherches j'ai eu le plaisir de rencontrer des acteurs mais aussi des acteurs de la vie associative et d'autres venant du secteur dit du privé et de l'entreprenariat (assez inconnu pour moi), chacun ayant un regard différent sur la question du militantisme ou plus simplement sur la question « du faire ».

Dans OUTIL il y a la notion d'ARTISANAT : LES OUTILS SE TRANSMETTENT et CHANGENT EN FONCTION DU PUBLIC, DES SITUATIONS .

Une réflexion a pu être partagée et confirmée aux cours des recherches et expérimentations. On parle beaucoup aujourd'hui de « BIENVEILLANCE », or je trouve ça un peu fourre tout et politiquement correct. Parlons plutôt de DÉLICATESSE, SOUPLESSE et de SOIN.

D'autres questions et problématiques soulevées ensemble que j ai tout de suite mises en place, en test dans ma pratique professionnelle:

- comment lutter contre les clichés liés au genre dans un groupe de jeunes adolescents (8/10ans) ?
- mettre l'accent dans ma pratique personnelle artistique mais aussi dans la transmission lors de mes ateliers sur l'idée de « SENSIBILISATION PAR L'ÉMOTION » (Planter des graines émotives)
- PENSER réellement LE LIEU de L ACTION, du FAIRE, de LA PRISE DE PAROLE, autant dans le choix d'ancrer une mise en scène, que dans le choix d'un lieu pour une action militante ou un simple lieu d'accueil qui laisse la place à chacun.

- l'improvisation des mains à faire vivre en les maquillant, puis en créant de la rencontre : excellent moyen ludique de s'exprimer sans avoir la sensation de trop s'exposer.

Retour sur l'organisation de la semaine :

Nous avons testé lors de cette semaine un nouveau dispositif de recherche puisque nous avons ouvert notre session à des invités extérieurs et différents chaque jour. J'ai eu la sensation d'une grande richesse d'échanges et d'expériences. Même si parfois on a beaucoup parlé, nous nous sommes tenus à toujours passer à l'expérimentation au plateau ensemble avec nos invités. Des moments fragiles parfois mais toujours en lien avec notre recherche ce qui la rend concrète. Pour le coup trop de blabla à la table ne correspond pas à nos pratiques et le théâtre comme outil sert aussi pour éviter le trop de blabla.

Suite à cette session, mon rapport au « théâtre comme outil » a- t-il évolué ?

Disons qu'aujourd'hui je fais plus le lien entre la pratique des arts et donc du théâtre dans un but médical…
Je comprends que nous avons dans les mains un outil riche (le théâtre) qui serait comme un énorme

trousseau avec des clefs que nous devons partager avec le milieu associatif notamment pour faciliter la prise de parole, le lâcher prise, la communication entre des avis parfois divergents...

J'ai l'impression d'être plus alerte sur les manifestations et de remarquer qu'il y a plein de nouvelles manières de lutter (conférences gesticulées, déambulations et créations d'objets artistiques, chanter en choeur...).

J'ai découvert une bibliographie importante sur les luttes et notamment sur le féminisme…
J'affirme et je confirme que LE THEATRE COMME OUTIL OUI ! MAIS TOUJOURS AVEC ENVIE !

Petit regret : ne pas avoir pu avoir comme invités des bénévoles de maraudes ou d'associations d'aide à la nourriture… Mais on ne peut pas rencontrer tout le monde. »

Retours Chloé

Jour 1 : chacun.e présente ses activités en lien avec le sujet

L'entraide et la confiance en soi sont deux processus qui se renforcent mutuellement. L'entraide s'oppose à la compétition omniprésente. Montrer l'entraide au théâtre permet de représenter un monde désirable, plutôt que de parler de tout ce qui va mal. La forme du cabaret vise à devenir auteur de sa propre vie, en la racontant de manière décalée : l'humour face à la tragédie. Le déguisement permet de se décentrer, de se regarder comme de l'extérieur, et donc de se représenter soi-même. Comment rendre ces pratiques collectives ? Est-ce qu'un groupe de parole, c'est ça : des personnes qui cherchent un récit sur elle-mêmes qui serait sincère ? La méthode des alcooliques anonymes, les « douze étapes » sont en fait des étapes émotionnelles et de dynamique de groupe, plutôt que spirituelles, la plus importante étant de renoncer à son orgueil, le masque qui nous détruit de l'intérieur.

Exercice d'entraide proposé par Morgane : écrire 3 à 5 phrases commençant par « j'aurais besoin d'aide pour… » ou « je peux t'aider à ... ». C'est un outil génial pour mettre en confiance un groupe de gens qui ne se connaissent pas forcément : de plus, on s'entraîne à demander de l'aide, on se rend compte que l'on peut aider, que l'on a des savoir-faire utiles. On apprend à proposer et demander de manière directe. En disant chacun.e à notre tour nos phrases, on observe qu'elles se répondent comme par magie, et la confiance s'installe dans le groupe, à travers cette expression simple et collective du besoin vital d'aider et d'être aidé qui est commun aux êtres humains.

Exercice 2 : une personne danse les yeux fermés, l'autre la regarde et la sécurise. L'ange-gardiennage devient spontanément collectif du fait de l'espace à partager. La personne qui danse peut entrer dans ses émotions, son intériorité écrite par le mouvement du corps, sans crainte du regard jugeant donc de la honte de son corps, ni de la compétition pour l'espace où l'on s'exprime. Ensuite chaque personne du binôme va raconter le « récit » qu'il a vu ou ressenti. Ainsi on peut apprendre à se raconter, aidé par son propre corps et par un regard bienveillant. Prendre la parole sur soi à travers son corps, c'est ne plus être dans le récit de l'agresseur ou du dominant, le récit du déni. D'après Susan Griffin, le moi de l'agresseur (mais peut-être celui de chaque personne agressée) est clivé entre l'empathie envers soi-même en tant que victime, et l'empathie envers l'agresseur, le besoin de se dissocier en jouissant de sa toute-puissance, l'ivresse de l'indifférence, qui endort à nouveau le traumatisme. (Voir son essai *Pornography and silence*. ainsi que les essais d'Alice Miller sur la violence sur les enfants). Autre référence bibliographique : *Réparer. Une philosophie du viol*, d'Odélia Charbi.

Jour 2
Invités : groupe HALF (Hommes alliés des luttes féministes) / Men at work, entreprise formant les hommes à l'égalité de genre en entreprise : forts de leur compétence - qu'ils savent accaparée par les hommes - de trouver de l'argent et d'avoir du réseau chez les puissants, ils s'en servent pour former des hommes qui sont au coeur du système capitaliste, à l'inclusivité et l'égalité, à travers une formation de quatre heures aux savoirs féministes. Ce n'est pas un groupe de parole, ils utilisent une pédagogie très descendante. La formation d'adresse à des hommes qui expriment une envie de changer, mais les services de ressources

humaines ne respectent pas toujours ce cadre de volontariat. Dans ce cas, ça ne marche pas très bien. Sinon, c'est un outil efficace, parce que ce sont des hommes qui forment. Les formations contre les VSS animées par des femmes sont ressenties comme une culpabilisation et n'éveillent pas l'empathie étouffée par le sexisme. La formation de MAW inclut des cas pratiques en sous-groupe, où la position de témoin incite à prendre soin des victimes, à ne plus rester passif donc complice. D'autre part, en étant invité à décrire une situation d'injustice, les participants abordent l'oppression avec un point de vue d'opprimé, puisqu'ils ont au moins vécu l'adultisme dans leur enfance. Les hommes sont sans cesse en lutte pour maintenir le statut d'« homme », de dominant, qui implique une perte de personnalité et donc des troubles de santé mentale. Les féministes les invitent à sortir de ce rôle, mais ils ne savent pas comment faire, car leur corps n'existe pas, c'est un corps-machine, purement performant ou intellectuel. Comment le mettre en mouvement pour qu'il se raconte lui-même ? Le corps des hommes n'est jamais jugé, ils sont considérés comme des sujets à part entières et aimés comme tels. Sur le regard complètement opposé qui est appliqué en général au corps des femmes, voir le documentaire *Brainwashed*. Les contacts émotionnels et corporels entre hommes sont uniquement autorisés socialement lors de rituels ultra-codifiés par le virilisme, comme le stade. Comme la vulnérabilité leur est interdite, la sensualité l'est également, et se réduit donc à une vision violente, pornographique, performative de la jouissance.

Qu'est-ce qui fait peur aux hommes dans le féminisme ? On peut rouvrir son empathie aux groupes humains opprimés auxquelles elle a été fermée par l'éducation, quand on arrive à la ressentir pour soi-même. La nécessité de ressentir son corps, ses émotions, son empathie suppose de faire à nouveau face à la haine de soi qui s'est construite à l'adolescence, voire dans l'enfance, soit suite à des agressions, soit du fait des humiliations rituelles entre garçons. Les femmes sont le bouc émissaire final de cette haine de soi construite par l'humiliation de la fragilité et du soin, au moment où le garçon est contraint de vivre l'hétérosexualité patriarcale. La formation de MAW consiste à comprendre, pour les hommes, que leur expérience n'est pas universelle, mais spécifique. Elle consiste, pour des gens qui sont dans la norme - et dès lors se pensent comme une norme universelle - à sortir de leur masque social de dominant, alors que ce masque, ils l'ont construit pour ne plus être un enfant, c'est-à-dire une victime facile. Ils ont peur d'être tué ou violé sans ce masque : l'orgueil du dominant n'est que le paravent de la honte, qui est en fait la peur de mourir abandonné de tous.

Comment le théâtre pourrait-il mettre à jour la violence induite par le masque de la virilité ? En surperformant le genre masculin (clown viriliste) ou féminin (sans caricature sexiste, c'est le risque) ? Se promener entre l'un et l'autre ?

Suite d'exercices élaborée en commun pour déconstruire les rôles genrés à travers le corps :

0 - auto-massage mains – visage – cou – épaule + étirements pour reprendre contact avec son corps et se concentrer. Possible en posture assise, moins malaisante.

1 - La main qui souffre (ou la main lourde) et la main qui assure/contrôle (ou la main légère). Elles peuvent d'abord commencer à bouger et se rencontrer en individuel. Les deux mains s'approchent très lentement.

2 – Une équipe de mains qui assurent, une autre de mains qui souffrent (on choisit son groupe avant en dessinant ce « caractère » dans la paume de sa main, avec du maquillage ou un stylo bille). Les deux équipes de mains vont d'abord interagir en interne, puis les deux groupes vont se rencontrer à travers leurs mains. Les maquillages peuvent se mélanger.

3 – Notre main n'est plus polarisée, elle est le fruit de toutes ces rencontres et peut se mettre à bouger dans l'espace librement, selon sa propre personnalité et son vécu. Comment va-t-elle alors aller vers les autres mains – ou pas ? On incarne à travers cette suite d'exercices le moi clivé par la polarité de genre (vulnérable/ dominant) tout en le mettant à distance à travers sa main, partie du corps que l'on peut regarder comme de l'extérieur.

Note : on peut commencer par une mise en jeu des mains séparément, et la 3ème étape peut commencer par un maquillage de main fait par quelqu'un d'autre (contact physique par l'intermédiaire d'un objet donc acceptable pour des hommes cis hétérosexuels).

– autre exercice proposé par MAW : demander le consentement, en cercle, pour toucher l'épaule de son voisin, en le regardant dans les yeux. Exercice intense, mais la répétition du même geste en cercle peut faire perdre un peu de cette intensité. Il y a le problème du mimétisme du « oui ». On pourrait aussi essayer en choisissant la personne à qui on a envie de toucher l'épaule (avec des chaises mobiles par exemple, pour rester assis, à la même hauteur), et en donnant clairement la liberté de dire non dans la consigne. Car s'entraîner à demander un consentement ne suffit pas. Il faut aussi s'entraîner à recevoir un « non » → exercice d'auto-défense, dire « non » de différentes manières (regard, parole, geste, cri), alors que quelqu'un s'approche de vous rapidement – la personne qui mime l'approche apprend à réagir avec empathie et non par orgueil. Entre une demande de consentement et du harcèlement, la frontière peut être floue, si la réception du « non » n'est pas également travaillée.

L'objectif de ces exercices est de conscientiser le toucher entre hommes, dans le cadre d'un jeu de rôle, cadre auquel ils sont habitués : accepter de toucher, d'être touché, surtout dans le cadre de son travail, est un tabou viriliste puissant. Les exercices de théâtre en général, de nos jours, concrétisent la culture du consentement, et enseignent l'écoute émotionnelle nécessaire au véritable consentement.

Autre activité possible : écrire une liste de phrase « je consens à… / je ne consens pas à ... »

Livre recommandés pour initier des hommes à la pensée féministe : *King Kong Théorie, La fragilité blanche, Le mythe de la virilité.*

Jour 3 : invité : un art-thérapeute. L'art sert à donner à tout le monde envie de faire de l'art, donc à combattre la honte en s'exprimant publiquement. Ainsi le théâtre peut être un outil de prévention en santé mentale et sexuelle. Le soin, la thérapie, de même, c'est donner des outils pour prendre soin de soi-même.

Jour 4 : invité : un comédien et apprenti psychanalyste. Pour se présenter, il nous invite à parler de ce qui nous « travaille », ou nous occupe, en ce moment. Le psychodrame : rejouer un conflit en cours, un traumatisme, sans contact physique, puis débriefer. La vie de groupe nous fait régresser vers le clan familial que l'on porte en nous.

Activité : auto-massage de la tête aux pieds, puis marcher dans l'espace en faisant des segments, en remplissant les vides. Puis se positionner sur une ligne qui va du passé vers le futur, mais aussi plus ou moins en arrière de la ligne, selon que l'on se sent en lien ou non avec des personnes décédées.

La suite de la matinée fut assez frustrante : peu d'échanges et approche très centrée sur Freud.

Au bilan final, on s'est réjoui.es du fait que l'on n'était pas forcé de croire au complexe d'Oedipe, qui sert depuis cent ans à accuser les enfants de désir sexuel dans les cas d'inceste.

Retours Morgane

L'un des premiers enseignements de cette session a été sa construction : alors que personne ne se sentait en mesure d'encadrer seul.e cette semaine de travail, ni même de proposer un thème, nous avons su, très rapidement décider collectivement comment l'organiser, autour de quelles thématiques et en mettant en commun nos réseaux, nos questionnements pour convier des invités ayant des profils très différents. Cette construction collective a grandement participé à la richesse de cette semaine, à la diversité des points de vue et des expériences qui ont dialogué ensemble.

J'ai adoré participer à des discussions entre un producteur de cinéma et une militante ayant vécu en ZAD et fait de l'activisme clownesque– et j'ai surtout apprécié que les divergences idéologiques n'empêchent jamais le dialogue. C'est pour moi un apport majeur de cette session : le thème a permis l'expression de désaccords, de dépasser les clivages et de re-créer de l'échange, même sur des sujets complexes.

Quelques thématiques majeures et quelques phrases particulièrement inspirantes :

«L'IMPACT »

La question du compromis (où trouver les fonds?) / transformer l'émotion en action ?

Nous avons commencé cette semaine autour d'une discussion sur le cinéma à impact : comment transformer l'émotion en action ? Comment l'art peut-il agir sur le monde ? Est-ce que l'ampleur de l'impact d'une œuvre est une donnée importante ? Comment le mesurer ?

Rétrospectivement, il m'apparaît que notre choix de thématique : « le théâtre comme outil » est liée à la sensation d'être parfois impuissant.es à agir sur le monde. Comme si la création ne suffisait pas / ne suffisait plus à légitimer notre utilité sociale. Alors réfléchir à l'impact est un point d'entrée fondamental. Je ressors de ces 5 jours avec la sensation que notre impact réel, en tant que personnes de théâtre est précisément dans tout ce que nous permettons de rendre palpable : le rapport au corps, au soin, au collectif, à l'imaginaire – que nous les rendions effectifs à travers des œuvres ou à travers des processus de travail dans lesquels l'oeuvre n'est qu'une partie de l'enjeu (ateliers à visée pédagogique, visée sociale ou thérapeutique).

LA PLACE DU CORPS – *Enjeux de genre – habiter son corps. Corps dissociés ?*

Lors de la journée passée avec Men at Work, mais également lors des échanges avec Geoffroy, et Pierre-Marie – la question du théâtre comme outil pour prendre conscience de son corps a été centrale : comment déconstruire les stéréotypes et les injonctions de genre (savoir se toucher, et toucher l'autre, envisager son corps de manière sensible et pas seulement comme un outil performant, défaire le mal gaze, etc...) Mais le théâtre est aussi un outil qui permet de se connecter à soi-même : savoir être présent à une situation, à ses émotions (notamment en situations thérapeutiques) avoir la possibilité de choisir quand on désire s'absenter par l'imaginaire et quand on désire être pleinement présent, en soi et/ ou avec les autres. Les outils du théâtre peuvent être mis au service de cette conscience du corps, selon des besoins possiblement très contradictoires : le besoin d'ancrage ou la richesse possible de l'évasion par l'imaginaire.

« Tout le monde est concerné par le toucher. »

LA PLACE DU CADRE – *proposer un cadre qui prend soin*

« le climat de soin, c'est pas un concept, c'est une expérimentation »

Les échanges avec Geoffroy et son souci de penser le cadre d'une séance de médiation (rituels d'entrée, de sortie, écriture de l'espace, place de l'informel, liberté laissée aux participant-es etc...) ont raffermi ma conscience que penser une séance de travail théâtral, c'est déjà proposer une expérience politique de soin, d'accueil de l'autre, et possiblement de réparation, par la considération portée à la diversité des vécus.

Distinction entre médiation et art-thérapie :

La médiation de groupe vise à remettre l'individu en lien avec le collectif. “Le groupe peut être thérapeutique : être face au regard peut être thérapeutique.”

L’art-thérapie, comme en psychothérapie, est un travail avec une personne : l'objectif est de redevenir sujet créateur**,** réveiller la pulsion créatrice, ne plus être juste l'objet de sa souffrance.

LA PLACE DU TRAUMA

« Peut-on être dans un rapport non-traumatique ou post traumatique à l'art ? »

Cette question posée par Mathieu vers la fin de la semaine est sans doute l'une de celles qui m'anime le plus aujourd'hui. Ce n'est pas tant la difficulté de répondre (je suppose qu'il y a beaucoup d'oeuvres qui se construisent autrement qu'à partir d'une expérience traumatique) – mais cette question met en lumière le nombre d'oeuvres, de démarches qui naissent d'un trauma, qui potentiellement le rejouent. Le théâtre peut être à la fois l'outil de narration qui permet de témoigner et de dépasser ces traumas. Dans notre processus créatif, il nous appartient également de tenir compte de cette donnée très souvent présente (quels que soient les publics engagés dans la création) afin de poser le « cadre de soin » adapté à cette réalité qui désormais fait partie de notre contexte conscient de travail.

LE THEÂTRE COMME ESPACE D'INCLUSION / DE COHABITATION

« viser le play, pas le game » (Winnicott)

La demi-journée avec l'équipe de Simone a été l'occasion d'expérimenter avec joie et spontanéité le plaisir du jeu, le non-jugement, la possibilité d'ouvrir des espaces partagés, d'inventer ensemble. Je garde le souvenir d'un immense plaisir dans la rencontre et une sensation d'ivresse lors de l'impro collective.

LES IMAGINAIRES / IDENTITÉ NARRATIVE, FUTURS DÉSIRABLES :

« je n'étais plus à la clinique »

Beaucoup d'exercices durant la semaine ont mobilisé l'imaginaire et la possibilité de faire émerger de nouveaux récits. Par l'écriture, par l'improvisation, par les échauffements et les siestes dirigées.

Le théâtre ouvre de nombreuses possibilités de réinvention de soi, qui passent par le corps, par le mouvement, par les mots. Il est un outil d'émancipation évident, parce qu'il est accessible à toustes, selon ses possibilités et ses facilités (mouvement, sensation, langage).

Exercices d 'écriture envisagés : À quoi je consens ? Quelle est ta plus grande réussite ?

> Ouvrir la porte à d'autres trajectoires, d'autres récits de soi.

« Envisager des approche obliques pour créer de l'introspection / de la réflexivité »

Retours Érika

Présence sur un jour, le vendredi 28 novembre 2025

Matin :
Rencontre avec Pierre-Marie Baudoin.

Sur le moment, je me rappelle ne pas avoir tout saisi du discours de présentation. Force est de constater que je n’en ai aucun souvenir. Je me retrouve dans l’incapacité de parler du psychodrame.

Nous avons fait une expérimentation sur le thème du repas. Assis en cercle, nous avons d'abord eu une discussion autour de ce sujet. Puis, Pierre-Marie nous a donné des consignes pour la suite. L'idée était de continuer la discussion, et, quand on le sent, on se lève, on va au centre et on commence à jouer. Tout le monde peut se retrouver à jouer.
Le processus me semble très intéressant dans la mesure où la discussion du départ permet à toutes de se créer un terreau commun. Le tout, en tant qu'interprète, étant de trouver l'impulsion de sortir de la discussion réelle, de se lever et d'entrer dans la fiction.
C'est un processus que je pourrais réutiliser lors d'ateliers amateurs ou pros.

Après-midi :
Rencontre avec Simone Goggiano et des interprètes de la cie La Clef des Songes.

Très belle rencontre. Il s'agit là, pour moi, d'une rencontre avec tout un groupe. C'était ludique et joyeux. Tout le monde a fait preuve d'une grande générosité.
Simone nous a parlé de son parcours et de ce qu'il l'a amené à fonder cette cie. Il nous a fait faire ensuite des improvisations guidées. Elles étaient en lien avec ce qu'ils et elles sont en train de mettre en place pour le spectacle. Tout le monde participait. C'était fluide. J'ai retrouvé le plaisir du jeu dans le premier sens du terme. On est là et on s'amuse.
Au-delà du plaisir, Simone nous a partagé, par l'expérimentation, sa façon de créer et de penser le théâtre.

Retours Christelle

Je garde de cette session la richesse des rencontres renouvelées chaque jour avec des diversités de parcours et de façons d'aborder les choses très intéressantes et stimulantes.
Le fait de pouvoir aller du producteur de films à impact hyper au clair dans sa démarche, honnête dans ses convictions et ses engagements mais en même temps évoluant dans un univers où tout se compte en millions, jusqu'à la militante d'AIDES aux prises avec des réalités de terrain dramatiques, en passant par le psychodrame très universitaire et le monde de l'entreprise ou la compagnie de Simone.
Bref, chaque fois c'était un travail d'écoute, d'échange et une mise en pratique derrière qui nécessitait de sélectionner parmi ce que l'on avait déjà expérimenté, les choses les plus pertinentes ou qui nous paraissaient les plus efficientes suivants les profils, les demandes et ce que l'on en avait compris.
C'était vraiment réjouissant de voir comment chacun.e se mettait en alerte pour que les invité.s se sentent le plus à l'aise et le plus compris.e.s, et qu'en même temps les réticences et les problématiques de chacun.e dans le comité soient respectées.
La force et la douceur des membres du comité en tant que groupe m'ont semblé aussi fonctionner à plein, chose que je n'avais encore pas vraiment expérimentée, dans les autres sessions que j'ai pu faire auparavant.

La présence de Chloé a été très précieuse aussi de mon point de vue car elle a apporté une vision de terrain militante sur toute la session avec intransigeance.
La lecture de la charte du SPOT a été aussi un moment très important dans le sens où c'est un exemple concret où on a pu s'appuyer sur le travail d'autres groupes venant d'autres horizons pour mettre des mots et renforcer notre démarche.
Avoir pu expérimenter pas mal de formats d'exercices fait que je repars aussi avec des outils concrets pour les ateliers que je mène et pour en avoir déjà mis en œuvre certains, c'est vraiment très opérant et réjouissant.

Retours Mathieu

Ce que je garde de cette session

D'abord, de cette semaine je garde la sensation d'un groupe qui cherche, d'une vraie construction collective. À cette session, le mot collectif a pris tout son sens : collecte il y a eu, et mise en commun. Ça a commencé dès la préparation, où il n'y avait pas vraiment de directeur de session mais une co-responsabilité partagée, surtout dans l'élan de la dernière ligne droite, pour trouver les intervenant.e.s et se faire confiance dans notre capacité à créer un espace laboratoire. Et de fait, on y est arrivés : il y avait un goût partagé du questionnement, l'envie d'apprendre de l'expérience de chacun.e, et même un plaisir à tâtonner ensemble. C'est fragile, toujours, on peut être vite tentés de se figer dans des postures (de sachant.e, d'objecteur, de héros, de victime…) mais au final on a su créer un espace qui déjoue ça, où ces postures ne peuvent pas tenir longtemps. C'est fragile, toujours, mais c'est précisément cette fragilité, ce "je sais pas" commun qui est le meilleur garant du travail.

Ensuite je garde un souvenir très intense de la journée avec Men at work.
La journée m'a mis face à mes conflits internes de manière assez crue et directe, parfois même violente. En tant qu'homme violenté et abusé maintes fois, par des hommes et par des femmes, l'équation homme=agresseur, à la base implicite de pas mal de raisonnements féministes (sinon tous), fusse pour la soi-disant déconstruire, m'est totalement insupportable - et d'une certaine manière performative : cette assertion me met très vite sur la défensive, parfois au point de me rendre bloqué voire agressif, et je finis alors par valider en apparence, quel que soit mon comportement, l'hypothèse selon laquelle tout homme est un agresseur réel ou potentiel, et/ou complice de celles des autres : *bah si ça te met autant en colère, tu vois bien que y'a un problème !*
Et pendant ce temps, ma souffrance de victime, qui pourrait pourtant tellement rejoindre celle de tant de femmes, est reléguée dans les nimbes de l'invisibilisation sociale que je ne connais que trop - et au silence que (c'est le comble) tant de féministes reprochent aux hommes. Bref, il va falloir trouver d'autres chemins pour me rallier à la cause, pourtant acquise chez moi, de l'égalité homme-femme.
Pour m'en sortir, il a fallu (et je n'ai su le verbaliser qu'en tour de bilan, en fin de journée) passer la journée à zoomer et dé-zoomer entre le moi et le nous, un peu comme un appareil photo en auto-focus qui cherche la mise au point sur un objet trop près. Les temps de pause m'étaient alors salutaires, dans cette journée : il me fallait une prise de terre pour décharger toute la charge émotionnelle, sortir de la réaction permanente et trouver, dans une forme de recueillement avec moi-même, une issue à ma détresse. C'était une dynamique d'allers-retours entre moi et nous, entre le ressenti intérieur et les apports de chacun.e (qui parfois confine à la pression du groupe, malgré toutes les bonnes intentions). J'ai du mal à trouver les mots pour dire à quel point cette dynamique intérieur/extérieur, écoute de l'autre/de soi, m'est apparue comme fondamentale dans la place que j'accorde à l'art, dans ma vie et dans la société.

C'est aussi (et c'est lié) pendant cette journée qu'on a pu verbaliser à quel point les hommes (mais pas que : à mon avis, c'est toute notre conception du pouvoir qui est en jeu, et elle ne se limite pas pour moi à une question de genre) vivent dans une culture de la dissociation. Et à quel point il est difficile, essentiel et subversif de ré-investir la question du corps, du toucher, du sensible, du corps-sensation, du corps-ressenti, du corps-sujet (au delà du corps-performance, du corps-productif, du corps-utile ou employable). Si la pratique artistique a quelque chose à apporter à la déconstruction masculine (et, j'ajoute, à la déconstruction de toute forme de domination) c'est bien dans les liens sensibles entre nos corps - encore faut-il avoir développé et relégitimé, déjà, une attention au corps sensible.

Proposition : plutôt que de se positionner comme sauveur.euse.s de la cause féminine (ce qui

implique de s'ancrer encore une fois dans la domination masculine, pour pouvoir prendre la parole contre elle, et finalement d'enjoindre les hommes à s'y reconnaître, pour pouvoir les blâmer ou du moins les en sortir), plutôt que s'ancrer là où on souffre, là où on est victime, là où on n'a pas envie d'être (car je prétends que beaucoup d'hommes, même hétéro cis, n'ont pas envie de leur rôle de dominant et en souffrent) : s'ancrer là où on se sent bien (je propose : un espace de désirs, ouvert au sensible, et dégagé le plus possible des étiquettes & attributions), un endroit social et intime qui puisse faire envie, et le proposer en partage. Voilà, peut-être, là où le théâtre est un outil puissant.

Enfin je garde une idée pratique, puissante, venue de Raphaël Perchet : pour qu'un acte artistique active une transformation sociale, penser à proposer aux spectateurices dès la fin du spectacle une ou des actions concrètes : participation à une levée de fonds, signature d'une pétition, manifestation, rejoindre une association…

Et pour conclure, je garde que c'est à cette session que j'ai réussi à formuler ce qui finalement aura toujours été mon obsession : peut-on créer un rapport non-traumatique ou post-traumatique à l'art ?

Retours des invité-es

Retours Sébastien Garcin et Alban Lacroix.
Men at work

« D'abord nous voulions vous remercier à nouveau pour l'organisation de la journée passée ensemble. Ça a été super riche pour nous de nous frotter à l'exercice théâtrale (qui est loin d'être notre zone de confort) et nous sommes très reconnaissants pour la bienveillance et la générosité que vous y avez mis.

Le cadre
Il manquait un cadre. Nous savons que le sujet peut facilement choquer ou désorienter certains hommes et qu'il est important de poser un cadre en amont des discussions, ce qui permet également d'évaluer la capacité des hommes présents à recevoir certains messages pas toujours confortables.

Nous aurions pu être plus assertifs dans notre proposition de cadre pour la séance, vu le sujet que nous apportons. On ne passe jamais assez de temps à nous assurer que les hommes présents sont prêts à nous entendre.

Besoin d'un temps pour déposer personnellement son rapport au sujet au début.
Fallait il imaginer un moment en non mixité pendant la journée ?

What about le corps ?
Discussions passionnantes sur le corps et les hommes (corps absents/corps agissants).
Constat : le corps est considéré comme absent dans nos formations (alors qu'il est bien là).
Comment le mobiliser de manière "safe" dans un espace qui ne l'est pas tellement ?

Recherche sur le "touché d'épaule" et le consentement comme premier pas vers un contact physique en conscience. Expérience qui a montré combien le consentement était altéré par le regard des personnes autour et par la répétition.
Idée : mobiliser le corps sans contact avec les autres (échauffements/méditation) en l'amenant de manière utilitariste/perf.

Recherche sur les mains qui souffrent et qui soutiennent.
La question reste ouverte : concevoir un exercice sollicitant le corps des participants volontaires, tout en garantissant un environnement inclusif qui n'isole ni ne stigmatise les autres.

Une compétence de plus
Merci à Chloé d'avoir partagé son vécu. Et merci à Morgane de nous avoir débriefés sur le comportement à avoir dans ce cas de figure, nous en avons pris bonne note.

L'accueil
Nous avons éprouvé un sentiment de gène à notre arrivée, comme si nous n'étions pas attendus. Ce sentiment s'est vite dissipé.

Le déjeuner
Un déjeuner plus collectif (ou chacun/chacune pourrait apporter une salade, un dessert) aurait participé à une dynamique plus chaleureuse.

La suite ?
Si le cœur vous en dit, on adorerait recommencer avec toute l'équipe : Marie Lou, Eleonore, Piotr … (et Seb s'engage à apporter un banana bread et un guacamole)."

Retours Geoffroy Vernin (art thérapie / médiation de groupe)

Le cadre de l'intervention

En arrivant, nous ne nous connaissions pas tous.tes et profitons d'un temps d'accueil pour faire connaissance autour d'un café. La rencontre débute par une pratique corporelle et un échauffement qui favorisent la disponibilité et permettent d'entrer en relation (respiration, regards, mouvements) sans passer par les mots.

Un cadre est posé qui permet de se sentir en confiance. Les rôles des membres d'Open Source se répartissent selon les envies et les élans : prise de notes, présentation d'Open Source portée par les mots singuliers d'un.e membre, désignation d'un·e gardien·ne du temps attentif·ve au rythme collectif : ponctualité, du déroulé et de la conclusion.

Le temps et la disponibilité de l'intervenant·e sont respectés. La parole est régulée, avec une attention particulière portée à sa circulation afin que chacun·e puisse s'exprimer. La diversité des participant·e·s et des expériences crée des passerelles entre les pratiques (intervenant, thérapeute, metteur en scène ...).

Il serait d'ailleurs intéressant de recueillir le point de vue d'artistes issus d'autres disciplines — danse, arts plastiques… — sur la pratique du soin, afin de continuer à nourrir des résonances avec sa propre pratique théâtrale et d'élargir son regard.

Deux mots s'imposent : respect et délicatesse.

Le temps de l'échange

La parole se déploie librement, portée par les effets de résonance ou d'écho qui naissent entre les personnes présentes. Ce n'est pas un discours solitaire, encore moins un exposé, mais une conversation vivante, qui se nourrit des expériences de chacun·e et rebondit d'une voix à l'autre.
Le cheminement s'ancre dans l'expérientiel pour aller vers le théorique, depuis le vécu vers la réflexion. Les expériences se partagent, se croisent, et chacun·e peut y reconnaître quelque chose de sa pratique ou pas.

C'est un partage d'expériences.

L'apport de cette intervention pour ma pratique et ma réflexion

Cette expérience m'a également permis de prendre de la hauteur sur ma pratique et de mettre en lumière certains thèmes récurrents, voire des marottes, qui m'habitent et qui ont pu provoquer des résonances et réflexions chez les autres.

Lors de la préparation de l'intervention, plusieurs pistes se dessinent, avec des sujets variés que l'on imagine aborder. Pourtant, comme il s'agit davantage d'un échange que d'un exposé, d'autres questions émergent naturellement et s'imposent d'elles-mêmes. Et le dialogue avec les personnes présentes autour de leurs pratiques ouvre alors un espace où il est possible d'approfondir la réflexion et de creuser un sillon.

Pour ma pratique, je retiens 2 sujets en particulier :

L'écriture de l'espace d'un atelier, et le chemin de séance depuis l'accueil vers la séparation avec un groupe : comment les penser pour soutenir une atmosphère, un climat, un écrin, une mise en

condition, afin de se sentir en confiance et disponible pour créer.

Le climat de soin au sein d'une séance - expression empruntée à la philosophe Cynthia Fleury - non pas comme un simple concept, mais comme une expérience collective qui se vit et se construit dans la vie du groupe : processus, temps de pratique et temps d'échange, circulation de la parole, écoute attentive des besoins de chacun·e…

Ou, comment préserver des bulles de soins, des temps de respiration, des espaces pour la beauté, dans un monde de plus en plus violent."

Retours Pierre-Marie Baudoin (metteur en scène)

« Je garde un souvenir très vif et très stimulant de notre rencontre autour du psychodrame. Ce qui m'a marqué, c'est la façon dont une proposition très simple (le "repas") a fait émerger, presque instantanément, des dynamiques groupales lisibles : élans d'adhésion, prudences, résistances, positions, déplacements… Au-delà des rôles, on voyait se rejouer quelque chose du rapport au "laisser advenir" : la capacité (ou la difficulté) à entrer dans l'association libre, à supporter l'incertitude, à se mettre en jeu sans verrouiller d'emblée par une critique "a priori".

J'ai trouvé que le groupe avait su, collectivement, faire théâtre d'un dispositif pourtant très ouvert - et j'ai particulièrement aimé ta manière d'inviter les autres à se lever, sans forcer, simplement en créant les conditions. Ce passage du dire au faire, en actes, m'a frappé : comme si "se mettre debout" devenait déjà une petite bascule existentielle et collective. Faire croire à un repas qui se prépare, c'est aussi expérimenter une miniature de monde : joyeux, intense, parfois douloureux - mais commun.

En termes de pistes d'améliorations : peut-être expliciter encore davantage, au tout début, le cadre de jeu et la place de la critique - non pas pour la censurer, mais pour éviter qu'elle se substitue à l'expérience avant même qu'elle n'ait lieu. »

Retours Simone Goggiano

LE THÉÂTRE COMME LANGAGE UNIVERSEL

La Clef des Songes est une compagnie que j'ai créée en 2020, composée d'actrices et d'acteurs en situation de handicap mental. Mais cette définition nous va très, très étroite, car elle appartient à des codes sociaux créés on ne sait pas par qui ni quand, pour classer les êtres humains dans des cases bien ordonnées, afin qu'ils soient facilement reconnaissables, pour définir ce qui est « normal » et ce qui ne l'est pas. Mais tout cela, pour moi, n'est rien d'autre que le fruit d'une grande paresse mentale et d'un immense manque de créativité, deux aspects très dangereux pour la société, mais ne nous aventurons pas trop loin sur ce sujet, car cela nous conduirait vers des moments très sombres de l'histoire.

Heureusement, l'art, dans ses formes les plus ouvertes, transcende tous ces schémas.

Et le théâtre, en tant qu'expression de la rencontre entre les personnes, lorsqu'il est libéré de tout langage exclusif, devient le plus grand moyen d'expression d'un langage universel.

Pour tous ces aspects, et bien d'autres encore, la rencontre entre La Clef des Songes et le collectif Open Source a été un moment d'une grande intensité, où toute barrière psychologique ou sociale a perdu de sa substance et a laissé place à la pure créativité.

Le théâtre, dans son être moment présent, dans son être ici et maintenant, permet d'aller au-delà du rationnel, de créer de nouveaux mondes et de toucher à la spiritualité des phénomènes.

Créer une expérience comme celle vécue lors de la rencontre avec le collectif ne nécessite pas de bien se connaître depuis longtemps. La présentation de soi est une biographie, elle appartient au passé et peut souvent, même inconsciemment, créer des barrières et des hiérarchies. Alors que les quelques minutes que nous avons consacrées à l'improvisation ont permis de faire naître un moment collectif où chacun pouvait surprendre soi-même et les autres.

Ensemble, pendant quelques instants, nous avons vécu un moment de surprise où tout pouvait devenir possible. Nous avons éprouvé l'aspect pleinement vivant d'une création, cet instant où la matière est encore malléable, avant même qu'un metteur en scène ne lui donne une forme, comme un artiste qui travaille l'argile tant qu'elle est encore souple, avant qu'elle n'adopte la forme définitive d'une sculpture.

C'est cela, pour nous, la magie du théâtre, et peut être la raison principale pour laquelle nous lui consacrons une grande partie de notre vie. Le théâtre n'est pas une fiction, comme beaucoup pensent. Le théâtre — lorsqu'il n'est pas conservateur — est le moment le plus cristallin de vérité.

Ainsi, moi et les comédiens surréalistes de La Clef des Songes remercions le collectif Open Source de nous avoir donné la possibilité de partager ce moment unique.

Merci