

LA POSTUROPLASTIQUE

Une aventure pour le présent

Par Marie-Noëlla Glise*

Voulez-vous savoir comment les choses sont arrivées, quelles sont les prémices de cette épopée? Il faut remonter un peu loin, au milieu du siècle dernier.

Mon enfance s'est déroulée dans les années cinquante, parmi les vignes, dans une ferme provençale qui étalait au soleil ses bâtiments, sous la protection d'une chapelle du ^{XIX} siècle dédiée à Marie et dont le nom évoque l'aube.

J'allais le matin tôt tout au bout, près du poulailler, et debout sur la margelle du fumier, je regardais le soleil se lever derrière le sommet du Mont Ventoux. C'était ma salutation à la journée qui s'annonçait.

Idyllique? Voire. Mon voyage terrestre avait pourtant été quelque peu handicapé très tôt, par une maladie touchant la colonne vertébrale qui m'empêchait de tenir debout, et avait laissé quelques douloureuses séquelles. Elles se manifestaient régulièrement et, sans représenter un très lourd handicap, me mettait un peu à l'écart sur le plan des prouesses physiques et de l'endurance: la station verticale prolongée représentait une difficulté, voire une réelle épreuve.

Il en fut ainsi longtemps et les soins classiques vite épuisés s'étaient révélés inopérants quant à une réelle amélioration.

J'en vins à chercher ailleurs, du côté des voies parallèles: psychothérapie jungienne, ostéopathie, énergétique, dont la rencontre avec le shiatsu, école Iokaï, qui se révéla des plus fructueuses, et par la suite déterminante.

1975: premier congrès européen de Psychologie Humaniste à Paris. Je participais avec bonheur et émerveillement à ce foisonnement créateur, carrefour mémorable de disciplines nouvelles, rencontres fructueuses de personnalités rayonnantes du monde scientifique, psychologique et analytique, spirituel...

Ce fut le cadre d'une révélation décisive pour ma destinée, en la personne du philosophe et mathématicien autrichien Arnold Keyserling, dont la puissance conceptuelle et l'inspiration toute nimbée d'humour et d'humanité n'ont cessé depuis de me nourrir.

Mes pas m'ont ensuite conduite en parallèle vers la cantatrice Yva Barthélémy. Par quel chemin, j'ai oublié. Mais il était nécessaire que je retrouve ma voix dont les voies d'expression demeuraient obstruées par les résidus des douleurs passées. Géniale accoucheuse du potentiel d'amour enfoui au plus profond des êtres blessés, elle m'a rendue à mon cri de vivante.

J'ai parlé plus haut du shiatsu. Ma rencontre avec Kasunori SASAKI, la profondeur de son enseignement, m'ont restitué ma corporéité: je me suis réconciliée avec ma matière physique dense. J'ai cessé d'en vouloir à mon corps de sa médiocrité en tant qu'outil existentiel. J'ai même commencé à l'aimer un peu. Mais surtout j'ai appris à le comprendre et à apprécier la beauté intrinsèque de cette merveille de la création.

Ma recherche tridimensionnelle s'est poursuivie durant plusieurs années. Je m'y donnais à fond avec bonheur. Ma vie prenait sens (vérité) et sens (direction), même si j'ignorais encore lequel.

Vint l'été 1985. Les circonstances voulurent qu'en juillet, poursuivant ma quête, j'enchaînais successivement trois stages dans l'ordre suivant: philosophie, chant, shiatsu.

* Marie-Noëlla Glise a publié «l'œuvre au corps» aux Éditions *Lis & Parle* (01 43 60 04 78; www.liseparle.fr)
La Posturoplastique® est enseignée à Paris, Avignon, Aix en Provence et Château Gontier.

Puis j'eus droit à de vraies vacances, au Québec, durant lesquelles je jouais avec mes trois outils, mue par l'enthousiasme du néophyte.

Un matin, mes exercices physiques quotidiens achevés, se présenta un mouvement nouveau, inattendu, spontané, nommé depuis «le balancier». Mon corps l'aima. Il le répéta le lendemain, avec le même bonheur. Un deuxième lui succéda, puis un troisième. Je ne tentais pas de mémoriser, n'attendant ni ne projetant rien. Mon corps s'en occupait. En quelques jours, la série des douze figures était là, complète et immuable. Je faisais l'enchaînement sans même y penser, naturellement et sans effort. Et ce qui le rendait attractif, outre la facilité et la rapidité d'exécution, c'était la joie que sa réalisation faisait naître en moi : elle irradiait tout mon être.

Rapidement, je vis mon corps se transformer, se redresser, s'épanouir...

Étant d'un naturel assez partageux, revenue à Paris, dans le bonheur de ma trouvaille, j'invitais mes amis à la découvrir, innocemment. Je remercie ici les pionniers qui ont accepté de se prêter à ce jeu expérimental, avec ses aléas.

Dix années au moins m'ont été nécessaires pour prendre la véritable mesure de l'instrument magnifique et puissant qui m'avait été confié. En effet, passée la phase exploratoire initiale guidée par l'intuition et sous-tendue par l'enthousiasme de la découverte, m'apparut la nécessité d'aller plus loin. Il convenait d'opérer un recoupement nécessaire avec les connaissances anatomophysiologiques occidentales afin d'appréhender les mécanismes mis en jeu dans l'enchaînement des douze figures et leur mode d'action, vérifiant ainsi leur bien-fondé. L'obtention du Diplôme Universitaire Sport et Santé à l'UFR de Paris Nord me conforta dans la connaissance de mon instrument d'expression et la maîtrise de son enseignement, et m'engagea dans la voie de sa diffusion en tant que discipline artistique originale, à mi-chemin entre la danse Butô japonaise et l'expression libre.

Par ailleurs, j'ai pu repérer dans sa construction rigoureuse les trois articulations fondamentales nommées par la Tradition Universelle à travers la diversité de ses chemins. Mes trois précieuses rencontres m'avaient mise en mesure de les placer et les étager selon l'alignement des trois centres principaux de l'Homme debout, dans l'ordre requis :

- le corps, la base, à la découverte duquel le shiatsu m'avait engagée
- l'âme médiatrice, que le chant avait libérée de ses entraves les plus criantes
- l'esprit, troisième étage, le plus élevé, que l'enseignement philosophique d'Arnold Keyserling avait nourri et continue d'inspirer.

Dix longues années encore m'ont affermie et rapprochée de la maîtrise nécessaire à la transmission, à travers un cursus de formation d'enseignants. Que tous ceux qui ont eu une quelconque part à l'aventure veuillent bien accepter ici ma reconnaissance pour leur contribution complice et mes regrets pour mes insuffisances.

Une étape fondamentale fut franchie dans l'établissement des douze mouvements en une discipline à part entière par l'attribution du nom et son enregistrement administratif officiel.

«POSTUROPLASTIQUE», ce nom semble aujourd'hui encore un peu barbare. Pourtant, il résume de façon exemplaire le double aspect horizontal et vertical, existentiel et essentiel de l'expérience humaine.

POSTURE évoque la relation à la Terre, le fondement, le principe initial, la stabilité, la force, la place, la sécurité, l'assise, l'essence immuable.

PLASTIQUE représente la mobilité, l'adaptabilité nécessaires à la vie, le libre jeu, l'échange, la mutation, la transformation créatrice, en un mot la magnificence du vivant.

En effet, la manifestation première et immédiate, lors d'une séance de travail était et demeure cette révélation de la beauté de chaque être s'épanouissant au fur et à mesure, dans cette activité ludique; comme si la pratique des trois séries suscitait, par quelque recombinaison méthodique, une restitution du schéma corporel, de la base au sommet, par les voies tendineuses, musculaires, osseuses, énergétiques, dans une extrême économie de moyens.

Ainsi, Posture et Plastique se nourrissent-elles mutuellement. La synergie de cette double combinaison fait de cette discipline un art vivant qui rend le pratiquant créateur de sa propre réalité tout en l'ouvrant à une autre dimension de lui-même, état caractéristique de l'expérience artistique. Ici, l'artiste modèle lui-même sa propre matière, l'expérimentateur réalise son œuvre, sculptant sa réalité corporelle, dans un jeu dynamique et joyeux, acte par lequel il la découvre et se découvre, expérience renouvelée et cependant à chaque fois singulière: être un humain debout unissant dans sa verticalisation la Terre et le Ciel.