



Une philosophie corporelle

Wutao[©], éveiller l'âme du corps

par Isabelle Martinez

Imanou Risselard dans un mouvement de Wutao par Frédéric Villbrandt

La pensée occidentale dissocie le corps et l'âme à la différence de la pensée taoïste qui place le Shen au cœur de sa pratique alchimique. Et si notre âme siègeait dans la moelle de nos os et de notre colonne vertébrale? Et qu'il soit possible de nous y reconnecter si nous nous en sommes éloignés?

La séparation sous-jacente dans nos sociétés occidentales entre le corps et l'âme conditionne depuis plusieurs siècles notre rapport au monde et à soi. L'histoire de l'âme s'est toujours reliée à l'histoire du désir et des émotions, ressentis incompatibles, et ceux-ci se sont définis comme des besoins vitaux, c'est-à-dire comme des réponses à notre corps-instinct.

Une âme et un corps

Depuis l'antiquité s'est instaurée au cœur même de l'individu une fragmentation entre son véhicule et son âme. Platon, à la source de la métaphysique occidentale, révélera sa vision de l'âme constituée de trois parties: l'*epithymia* (appétit ou désir sensible) se situant dans le

ventre, le *noûs* (l'esprit) se situant dans la tête comme partie raisonnée de l'âme et le *tymos* (le cœur) se situant dans la poitrine et dont le principe est l'émotion. Pour Platon, l'âme doit s'épurer de l'emprise du désir ainsi que de celui des émotions en s'élevant par la force de l'esprit au beau et au divin en séparant le monde sensible du monde intelligible. La voie d'une recherche de « désincarnation » afin d'atteindre un idéal était lancée. Cependant, au fil des siècles, la question de l'âme semble s'être posée tout comme opposée. Niée ou intégrée, ce n'est pas tant l'âme qui suscite les difficultés « existentielles » que les notions d'élévation, de sublimation, ou bien de transcendance. Que ces notions s'appliquent à la morale, à la conscience ou bien au domaine de l'art, elles impriment fortement dans l'individu une notion d'idéal à atteindre, en dépassant quelque part nos instincts ou bien nos émotions premières.

Fondamentalement et dans l'observation de l'âme, Platon s'appuie sur la notion de trois foyers corporels. En cela, il situe l'âme exactement là où l'Occident l'a oubliée, c'est-à-dire non pas au-dessus, mais constituée elle-même par ces trois foyers corporels. La non-résolution d'une âme unifiée ou du sentiment d'unification dans une conscience globale a clairement enclenché l'objectif de s'élever et de trouver une résolution en dehors, et au-dessus de soi.

L'âme oubliée

Aujourd'hui, le développement physique ou psychocorporel s'est répandu dans beaucoup de domaines. L'exploration et l'ouverture à nos sens, à nos perceptions et à notre inconscient se sont développées au même rythme que la modernité.

Cependant, il semblerait que ce soit l'âme qui en soit oubliée. Celle-ci devient une donnée presque « intangible », à tel point qu'elle ne serait qu'une vieille histoire fantasmée de l'homme, ou bien serait raisonnablement une donnée acceptable, mais seulement dans un cadre religieux institutionnalisé. A la source de Platon, Socrate l'imbrique pourtant aux notions de sens et de sacré dans le politique et l'économique, il la pose dans un espace individuel d'alternative face au groupe, comme une inspiration qui permet de trouver l'apparence des choses, de ne pas se soumettre au conditionnement, elle n'est alors pas exempte de conséquences sur les enjeux sociétaux. Plus proche de nous et sur un mode contemporain, elle est pour Simone Weil reliée aux besoins vitaux devenant alors besoin de l'âme, une âme dont nous nous devons de prendre soin : *L'initiative et la responsabilité, le sentiment d'être utile et même indispensable, sont des besoins vitaux de l'âme humaine...*

La vérité de l'âme n'est ni dans le pour ni dans le contre, mais se définit dans sa présence par-

ticipante à l'histoire de la société occidentale et universelle, présence active aujourd'hui encore dans notre inconscient, nos mémoires et notre corps qui, comme le souligne Imanou Risselard nous fait agir parfois inconsciemment : *Notre âme, celle qui nous inspire, qui nous aspire jusqu'à l'irrésistible et inévitable étreinte. C'est par elle, pour elle que nous agissons. Parfois inconsciemment, car il n'y a rien que nous ne puissions faire qui ne soit jugé par les hommes en bien ou en mal, en beau ou en laid, en grand ou en petit; rien ne lui est étranger...*

L'âme réveillée

Eveiller l'âme du corps, dans le Wutao, c'est retraverser cette histoire collective et vécue individuellement dans une traversée des trois foyers corporels. Par la pratique, on « défroisse » les « plis », héritages à la fois ancestraux et familiaux, afin de toucher une unification de données qui pour certains est bien réelle (sans trop savoir où et comment la vivre) et pour d'autres fantasmée ou imaginaire.

Car nous avons tous à un moment donné décidé de quelques solutions au sujet de notre âme. Pour certains, elle n'existe pas, pour d'autres elle ne peut se vivre totalement, mais seulement dans des espaces réservés comme ceux du domaine artistique, spirituel ou exotique. C'est peut-être parce que nous nous en sommes égarés, éloignés. Mais parfois des éclairs de perceptions un peu plus incarnés nous traversent. Quand la conscience des sens, celle des émotions et du désir s'affine, ne se nie plus, ne se couvre plus d'une chape d'ignorance, s'éclaire peu à peu, et nous ramène à notre corporel. Imanou témoigne de sa rencontre avec son âme, au cœur même de sa colonne vertébrale : *...Dans ce moment de communion, j'ai été littéralement projetée à l'intérieur de ma colonne vertébrale, pour y vivre une rencontre avec celle qui s'est révélée pour moi être mon âme. Notre colonne, cet arbre de vie, véritable donjon de protection, endroit secret où se love le mystère de tout le fonctionnement de notre système de vie. Ma culture Judéo-chrétienne ne m'avait pas préparée à une telle rencontre, concrète et biologique. L'image que j'avais de mon âme était à des centaines de milliers d'années de cette révélation. Pour moi, l'âme était alors quelque chose de lyrique, d'abstrait et d'extérieur à soi...*

Une révélation

L'âme et le corps sont une seule et même chose. (Spinoza) Qu'il est bon de l'entendre d'un ancien, comme un besoin de légitimer une sensation, valider en quelque sorte un domaine subjectif. Comment effectivement objectiver « l'âme », un ressenti, une intuition, une expérience tout à fait personnelle, difficilement repérable dans le processus du temps ?

LE WUTAO

Le Wutao est né au cours de l'année 2000 du métissage des expériences de Pol Charoy et Imanou Risselard : arts martiaux chinois, yoga, danse, bio-énergies taoïste et occidentale...

En chinois, Wutao s'écrit avec deux idéogrammes : Wu pour « danse » ou « éveil » et Tao qui évoque à la fois l'idée de cheminer (« Voie ») et le mouvement permanent de la vie dans l'alternance de deux forces complémentaires et interdépendantes : Yin-Yang. Wutao pourrait ainsi être traduit par « Danse du Tao » ou « Eveil de la vie ».

Créée dans l'intention d'« éveiller l'âme du corps », la discipline vise à fluidifier la corporalité et à libérer le mouvement tout en respectant l'intégrité du pratiquant. La corporalité désigne le corps physique, mais aussi émotionnel, mental, spirituel et énergétique, comme une seule et même réalité organique. C'est le principe d'écologie corporelle.

La pratique du Wutao « défroisse » ainsi et « reconstruit » la corporalité. Elle permet l'accès au lâcher-prise et à de véritables expansions de conscience qui traversent les voiles de la psyché.

Elle suit le mouvement de l'évolution et de l'apprentissage : de la première pulsation, au développement de l'embryon et du fœtus. De la naissance à la période postnatale. Des premières reptations sur le sol jusqu'aux quatre pattes. Du redressement à la station debout et jusqu'aux premiers pas.

La colonne vertébrale, où se love le mystère.

En effet, qui se souvient du premier moment dans lequel s'est révélée son âme ? En contemplant une œuvre d'art ? Et nous voilà projeté dans cet espace subtil, identifié « âme ». Une âme parvenue à s'incarner au travers de couleurs, de matière, ou bien de gestes...

Autour de l'âme, bien des croyances, mais pas forcément celles qui vous donnent du baume au cœur, l'envie de s'en rapprocher ou d'oser l'exprimer. Ce serait comme réveiller quelques fantômes et noirceurs inconscientes. Vivre et rencontrer son âme ravive ces peurs ancestrales comme en témoigne Imanou : *Après des années de mutisme liées à ma peur ancestrale d'être persécutée, tout comme ces femmes accusées de sorcellerie et brûlées pour avoir témoigné de leur communion avec la Mère Nature, j'ai rencontré un livre, un auteur, qui me confirme dans mes sensations explorées lors de séances de Taiji : « L'Âme de la Nature » de Rupert Sheldrake. Ce que j'avais vécu, expérimenté, animé, éprouvé, senti, découvert et réveillé en moi avec mes proches, et que je n'osais divulguer à l'extérieur de ce cercle intime, un homme européen, biologiste mondialement reconnu, le décrivait et l'expliquait rationnellement. Grâce à cette rencontre particulière, j'avais osé enfin rompre mon silence...*

Intelligence sensorielle : l'âme du corps

Se reconnecter corporellement à son âme, c'est se donner la permission de révéler son intelligence. Et de ne plus en avoir peur. Cette intelligence sensorielle perçue dès l'enfance ne s'est souvent ni affinée, ni épanouie dans nos familles : *Ce quelque chose de plus vaste que l'esprit de famille, une inspiration sacrée, et une intelligence plus vaste que l'intellectualisme. Cette intelligence a une sensibilité et c'est celle-ci qui vibre et qui est l'âme du corps* (Pol Charoy & Imanou). Cette âme du corps se relie à une sensation de justesse, de sensualité et de vérité, car *la vérité est sensuelle, c'est un plaisir, une plénitude, un frisson équivalent au Satori. Avec le Wutao, le mouvement juste éveille cet état* (P. C. & Imanou). Cet état plonge l'individu au cœur d'une vastitude de créativité, se connecte à l'humanité et à sa mémoire collective. Cette intelligence n'est alors pas compartimentée mais globale comme le mouvement qu'elle éveille : *Une intelligence emplie de qualité vibratoire, une présence...* (P. C. & Imanou)

Le chemin de l'âme

La voie du Wutao, chemin de l'âme, est un soupir du relâcher qui libère le sensuel et le plaisir. Il n'y a plus alors d'opposition et de confrontation entre le subtil et le sensuel, l'âme et le corps, le sensible et l'intelligible : *Plus on avance, plus on a envie d'aller dans la délicatesse, l'intensité se vit dans une prégnance, une*

présence et une réceptivité... (P. C. & Imanou)
La difficulté d'écrire sur le Wutao, comme tous les arts internes, c'est qu'il ne se lit pas mais se vit. Il est cette animation, c'est-à-dire au sens propre de ce mot : donner la vie, union de l'âme et du corps. Une philosophie corporelle ne place pas la philosophie d'un côté (la pensée) et le corps de l'autre (sa mécanique), mais crée un état de conscience non séparé. F. Nietzsche écrivait : *La philosophie est une interprétation du corps, un malentendu sur le corps*. Il est celui qui, en Occident, réveille la conscience sur l'antagonisme de l'âme et du corps. Il opère un renversement de la pensée ascétique et avec lui, en touche une totalité, celle de la sensation traversée et du plaisir, non séparés de la pensée, devenant alors esprit de joie de vie : *Je suis corps et âme. - Ainsi parle l'enfant. Et pourquoi ne parlerait-on pas comme les enfants ?*

Du Wu et du Tao

Ce qui n'a pas de nom est l'origine du ciel et de la terre; ce qui a un nom est la Mère de toutes les choses (Lao Tseu). Constitué par deux idéogrammes – Wu et Tao – le Wutao se traduit littéralement par la « danse du Tao », ou « l'éveil dans la voie ». Mais s'éveiller à quoi ? Toucher dans notre corporel une profonde sagesse, non pas celle livrée par les livres, mais celle toute personnelle de notre justesse dans le mouvement. Un mouvement dont la pédagogie ne se fonde pas seulement sur les principes d'acquisition (de l'avoir) mais sur ceux de l'être. Imprégné de philosophies orientales et plus particulièrement de la philosophie taoïste, ce mouvement ne s'arrête jamais : *Dépouillé de toute intention martiale et rejoignant sa source primordiale d'où s'élève du fond de l'âme, une gestuelle naturelle et intuitive* (P. C. & Imanou). Dans cet art énergétique devenant aussi conscience, dans une attention devenant état méditatif, l'observation affine la perception intérieure (l'invisible aspect Yin) et sa forme émergente (le visible aspect Yang). Je m'apprends à nouveau, dans une globalité, par une attention sur la manifestation en moi simultanée du Yin et du Yang.

Né de l'imprégnation du passé, du présent, voire d'un futur et de l'âme incarnée de ces créateurs qui laisse place au re-nouveau « Orient/Occident », le Wutao s'accomplit en libérant la sève créatrice qui traversera notre être pour fleurir dans sa forme unique, rejoignant en cela l'universelle vibration du tao : *La Nature m'a tout donné; alors, quand j'étudie les Anciens, pourquoi ne pourrais-je pas les transformer ? »* (Shitao – traité de peinture, 1710 environ).

Pour + d'infos, consultez le carnet d'adresses p. 60.

La vérité est sensuelle, c'est un plaisir.



PORTRAIT

Historienne d'art, spécialisée en art contemporain, Isabelle Martinez anime des ateliers de mouvements et d'arts visuels ainsi que des formations en médiation culturelle, notamment à travers l'association : MouvéArts qu'elle a cofondée. Elle pratique le Wutao et a été formée en Transanalyse par Pol Charoy et Imanou Risselard, enrichissant par ce travail ses propositions pédagogiques.

