

## Entre philosophie et psychologie : les pratiques artistiques, une médecine de l'âme ?

Marie Agostini, allocataire-monitrice (UMR ADEF), département des Sciences de l'Education, Université de Provence.

Joëlle Quentin-Doucet, artiste libre.

### Introduction

Dire que les pratiques artistiques peuvent devenir une médecine de l'âme, c'est dire qu'elles peuvent contribuer à résorber un "mal-être", générer un "mieux-être". Mais de quel "mieux-être" parle-t-on ? Précisément, un mieux-être d'ordre philosophique, et plus précisément un mieux-être existentiel. C'est cette dimension philosophique des pratiques artistiques que nous allons exploiter pour comprendre comment et à quelles conditions cette philosophicité, qui se manifeste dans l'art, peut prétendre prendre soin de l'âme.

Ici, nous aborderons deux aspects par lesquels les pratiques artistiques peuvent prétendre devenir une médecine de l'âme : le premier, en tant qu'elles répondent à l'injonction delphique du "Connais-toi toi-même" ; le second, parce qu'elles provoquent une ouverture sur le monde.

Cette contribution prendra appui sur le témoignage de Joëlle Quentin-Doucet<sup>1</sup> et sur sa réflexion sur sa propre pratique artistique, de sorte que notre texte ne demeure pas purement théorique, mais puisse également faire partager une expérience de vie.

### Vers la connaissance de soi

Pour celui qui crée, l'artiste, se pose la question du sens de sa création : pourquoi créer ? Que veut-on dire ? Pourquoi et comment le dire ? L'artiste doit donc se connaître lui-même avant de créer, pour créer une oeuvre qui lui ressemble et qui ne le trahisse pas. Il y a donc bien en amont du travail artistique, une démarche philosophique relative à la quête de la connaissance de soi.

Cette démarche philosophique inhérente au processus de création artistique a d'ailleurs été mise en évidence par l'écrivain Milan Kundera (1986). En effet, dans son ouvrage *L'art du roman*, Kundera soutient que l'art et, en ce qui le concerne le roman, affronte et se confronte sans cesse à l'"énigme du moi" : "Qu'est-ce que le moi ?" (1986, p. 35). Question philosophique par excellence et dont la réponse n'est jamais acquise. C'est pourquoi Kundera précise que pour lui, le roman est "une exploration de ce qu'est la vie humaine dans le piège qu'est devenu le monde" (1986, p. 39). Car, au travers de personnages imaginaires, le roman explore différents champs de possibilités d'existence dans tout ce qu'ils présentent de problématique et d'incertain. Le roman devient ainsi une médiation sur et vers l'existence, invitant le lecteur à suivre cette exploration.

C'est ainsi que le roman peut prétendre accéder à ce qui ferait l'universalité de la condition humaine, car il découvre et dévoile ce qu'est l'homme. Au-delà de la particularité des personnages, il parle de

notre condition humaine. Philosophe, le romancier est un "explorateur de l'existence" (Kundera, 1986, p. 59).

Dès lors qu'en est-il pour celui qui s'initie à la pratique artistique ?

Faisons appel au témoignage de Doucet : "Aussi, lorsque réfugiée tout au fond de la salle de la Gaîté Montparnasse, j'ai assisté à mon premier cours de Théâtre, j'en suis restée ébahie ! En découvrant qu'à travers une scène, un personnage, on décortiquait, analysait les questionnements d'un auteur sur la vie, la mort, la passion, la médiocrité et l'absurdité dérisoire de bien des comportements, j'ai eu l'impression de m'entendre penser "en Majuscules !" (...). Oui ! Je pense sincèrement qu'il existe des sentiers buissonniers pouvant ramener les égarés de la vie vers eux-mêmes. Des disciplines artistiques pouvant attiser la curiosité de jeunes mal dans leur peau, en rupture de repères, ne sachant plus qui ils sont et ce qu'ils fichent sur cette terre ! Avant eux, des artistes l'ont vécu, l'ont pensé, composé, écrit, exposé ! Pour eux, ils ont semé de petits cailloux : des oeuvres ayant traversé les siècles pour les générations futures. L'enseignement d'un art : théâtre, danse, musique, chant, littérature, peinture, sculpture... est de la "philo appliquée" qui, doucement, nous offre sagesse et savoir".

Autrement dit, la pratique artistique occasionne cette rencontre avec l'artiste. Mais une rencontre au sens philosophique du terme dans la mesure où c'est bien à la pensée de l'artiste, à sa réflexion sur l'engagement existentiel que l'on accède dans la pratique artistique. De sorte que cette rencontre permet à l'individu d'éprouver ce qu'il y a d'universel dans la condition humaine : des questionnements, des doutes, des espoirs et des craintes que nous connaissons tous. D'une certaine manière, la pratique artistique rompt l'isolement dans lequel l'individu se croit prisonnier, elle met "des mots sur ses maux" et devient l'occasion de chercher sinon comment les soigner, à tout le moins, vivre avec.

En ce sens, si la pratique artistique permet à l'individu d'éprouver ce qu'il y a d'universel dans la condition humaine : le questionnement philosophique, elle révèle en même temps ce qu'il y a d'irréductiblement particulier dans cette condition humaine : ce sont ses propres réponses que l'artiste nous propose, ses propres valeurs ; à nous de choisir les nôtres. Si bien qu'allant à la rencontre de l'artiste, c'est finalement à la rencontre de soi que l'on va :

"Cet aspect du travail de comédien a été, non seulement une révélation mais libératoire ! Exigeant, déstabilisant, le véritable travail de comédien et de comédienne implique d'aller puiser très loin en soi, d'extirper ses blessures, frustrations, faiblesses et fêlures, d'exposer ses émotions profondément cachées - les plus vives - celles qu'il faudra sortir mais aussi apprendre à dominer, "dompter", pour permettre "au rôle", "au personnage" d'exister, de vibrer avec authenticité, afin que le spectateur sente monter en lui cette même émotion, cette même vibration... Si fugace soit-elle ! C'est bouleversant, fort, déstabilisant et pourtant tout en nuance !

Cela s'appuie sur l'émotionnel, l'affect, mais aussi sur la technique : poser sa voix, savoir se déplacer, garder la maîtrise de son flot d'émotions tout en jouant avec, puiser dans notre part d'ombre, servir un texte, un auteur, sans le trahir sans se perdre, tout en donnant aux spectateurs matière à s'émouvoir ou réfléchir. C'est technique et analytique...donc intellectuel, émotionnel... donc irrationnel, un mélange détonnant... totalement fascinant !

Pédagogique, philosophique, narcissique aussi, la discipline théâtrale est fragile parce que terriblement "humaine". Sans le travail des répétitions, sur le texte, l'auteur, l'analyse du jeu, le geste juste, rien ne se transmet !"

Ainsi donc, la rencontre qu'opère la pratique artistique entre l'individu et l'oeuvre implique un réel questionnement sur l'autre. Il ne s'agit pas d'une rencontre superficielle, voire aveugle, qui laisserait l'individu indifférent. Non, la pratique artistique veut mettre en oeuvre une véritable expérience de pensée dans laquelle l'individu doit mobiliser nombre de ses capacités pour éprouver la cohérence de l'autre, sa vivacité, la profondeur de son existence. La pratique artistique ouvre ainsi l'individu à lui-même par le détour de l'altérité. Cette pratique met en oeuvre un travail et de l'exercice sans lequel ni ce détour ne pourrait pas avoir lieu, ni la rencontre de soi. Car c'est à l'occasion de cet effort intellectuel que l'individu se (re)découvre lui-même.

Et c'est là l'un des bienfaits notoires de la pratique artistique. Par sa durée et sa régularité, elle impose et aménage un espace de contemplation et de réflexion dans lequel l'individu est sommé de philosopher : le travail l'exige, le sous-tend. De sorte, que la pratique artistique rend possible une sorte de coupure avec les préoccupations ordinaires et les urgences du quotidien, pour aménager un espace propice et fécond pour la réflexion. Fécond parce que l'individu est interpellé par l'oeuvre, nourriture spirituelle, et la pratique lui donne les moyens de travailler cette interpellation. Pourquoi ? Pour que l'individu, à son tour, devienne artiste :

"Bien sûr toutes les pratiques artistiques exigent travail, concentration, "discipline", renoncement, mais puisqu'elles résultent d'une démarche et d'un choix, et comme elles sont ludiques, imaginatives et informelles... On ne travaille plus... On "joue", On "crée"... et cela change tout ! C'est la clé de soi-même, la vraie liberté, celle de penser, d'exister, d'accepter la relativité et la fragilité d'être !"

L'individu s'appropriant l'oeuvre devient lui-même artiste. Auteur de son propre jeu, il pourra devenir auteur de son propre "je". Se dessine effectivement à travers la pratique artistique la liberté de se choisir, la liberté de choisir son existence et de jouer, dans ce monde, le rôle que l'on se sera composé :

"Cependant, plus que tous les diplômes du monde, la pratique artistique m'a aidée à me trouver, à supporter le "Monde" et sa cruelle réalité ! Je conserve mes questionnements, mes doutes, mon mal être, mes éternelles révoltes. Car c'est ma glaise ! La danse, le théâtre, l'écrit m'ont appris que je n'étais pas seule à être confrontée à l'errance et à la fragilité de la condition humaine. C'est un

cheminement personnel. J'ai dû apprendre à l'accepter et à vivre avec... Comme j'ai dû accepter ce que j'étais !"

Si donc la pratique artistique peut prétendre devenir une médecine de l'âme, c'est dans le sens où elle permet à l'individu de renouer avec la démarche philosophique du connais-toi toi-même, non seulement par l'intermédiaire de l'oeuvre, mais également du travail, de l'exploration de nouveaux outils au service de l'émergence d'une liberté artistique.

## Vers la connaissance du monde

Dans L'assujettissement philosophique de l'art, Danto (1993) s'était interrogé sur la pertinence de l'opinion qui veut que l'art ait sa propre fin en lui-même et ne fasse rien advenir. Alors pourquoi la censure ? remarque-t-il. Si l'art ne fait rien advenir, alors nous n'avons rien à craindre de lui. D'où le raisonnement : si la censure existe, c'est bien parce que l'art provoque quelque chose.

Mais quoi ? Dans cet ouvrage, Danto soutient que l'art a une efficacité, et qui plus est, une efficacité d'ordre rhétorique. On se souvient de cet art oratoire que le personnage de Socrate a tant critiqué dans de nombreux dialogues de Platon<sup>2</sup>. Aristote avait défini la rhétorique ainsi : "la rhétorique a pour objet (...) de mettre le juge lui-même dans une certaine disposition" (1991, p. 181). C'est-à-dire que par son discours, le rhéteur devait mettre le juge dans une disposition favorable ou défavorable à l'égard de son client, selon le cas. Et l'élément intermédiaire, permettant de comprendre comment le discours pouvait influencer cette disposition, c'est la passion : "La passion, c'est ce qui en nous modifiant, produit des différences dans nos jugements" (1991, p. 183). Autrement dit, selon cette tradition de pensée antique, la rhétorique, c'est l'art de manipuler les jugements, grâce à une manipulation des passions.

Que devient cette manipulation dans le domaine de l'art ? L'art nous montre une facette du monde, que selon notre goût esthétique, nous associons au beau ou au laid. Association immédiate, sans réflexion, ni esprit critique. Or, nous ne devrions pas décider qu'une chose est belle ou laide (notions qui glissent rapidement dans le domaine moral : les "belles" choses sont "bonnes", les "laidies" sont "mauvaises") uniquement selon notre goût esthétique, mais également et surtout en fonction de notre réflexion. Dans le sens où il peut nous persuader qu'une chose est belle ou qu'une chose est laide, sans que notre pensée n'ait été sollicitée, l'art donne une image illusoire de la réalité. C'est sans doute pour cela, remarque Danto, que Platon rejetait et la rhétorique et l'art, comme étant tout deux des sources possibles d'aliénation du jugement.

Cependant, la manipulation rhétorique de l'individu par l'art ne se solde pas nécessairement par une aliénation du jugement<sup>3</sup>. Cette même manipulation peut nourrir, promouvoir un développement de l'esprit critique. L'histoire de l'art va de critique en critique : c'est parce que l'artiste pense que l'art tel qu'il est insuffisant ou qu'il s'est égaré, qu'il se met lui-même à créer. L'impressionnisme, le cubisme, le surréalisme, autant de mouvements artistiques qui ont décidé de "marcher à contre courant" pour défendre leur conception de l'art. L'esprit critique est donc bien la démarche qui se trouve en amont,

du côté de l'artiste, pourquoi ne se retrouverait-elle pas en aval de la pratique artistique ? Puisque que la pratique artistique à pour but de faire advenir des artistes, de faire émerger l'artiste en l'homme...

Que l'on soit spectateur ou artiste en puissance, souvent, l'art nous montre la réalité sous un angle que nous n'avons pas envisagé autrement, du fait de notre finitude. Tous les arts dépeignent, à eux tous, la réalité dans toute sa complexité. De sorte que l'art opère à chaque fois cette sortie de notre finitude vers un nouvel aspect inconnu du monde et de la réalité qui nous entoure. Ainsi, lorsqu'il n'est pas pris pour argent comptant, mais comme l'occasion d'alimenter sa réflexion, l'art ne mène pas à l'illusion mais à la réalité : une autre réalité que la nôtre, à laquelle nous accédons sans forcément y adhérer, mais qui nous enrichit à coup sûr. Ce n'est d'ailleurs qu'en ce sens que l'art conduit à la philosophie, et nous permet de réfléchir autant sur nous-mêmes que sur le monde.

Seulement, pour accéder à cette dimension critique, il faut y avoir été éduqué. Aussi, dans les pratiques artistiques comme dans l'apprentissage du philosophe, tout dépend du maître : s'il est dogmatique et qu'il impose sa pensée et son interprétation, alors la pratique se place sous le signe du formatage ; s'il est bienveillant et qu'il respecte et cultive le dialogue des différentes interprétations, alors il se place sous le signe du philosophe<sup>4</sup>.

A cet égard "Je tiens à souligner l'énorme importance que prennent certaines personnes croisant votre route et qui endossent provisoirement le rôle de mentor, de guide ou éducateur - quoique ce dernier mot n'intègre pas vraiment la dimension culturelle que revêt à mes yeux un véritable "mentor" - et ce qu'ils peuvent apporter à un jeune en rupture de ban, en quête de lui-même, de repères et de modèles ! Que ce soit à travers la danse, la musique, le chant, la peinture, la sculpture, le théâtre ou la littérature, l'intervention d'un "guide" qui vous ouvre les portes d'une discipline nouvelle, ludique, choisie, indépendante de la structure familiale et scolaire traditionnelle (qu'un jeune exclu - ou qui s'est exclu - ressent comme un diktat insupportable destiné à le broyer) peut tout changer ! Une main tendue, une attention privilégiée, une écoute, des doigts pointés avec "sensibilité" sur vos faiblesses et vos points forts qui encouragent vos efforts, vous stimulent, aiguissent vos capacités de jugement par le biais du loisir culturel, c'est une ouverture vers une certaine liberté d'être et de penser, vers un développement personnalisé ! Car si tout le monde n'est pas né pour être un créateur ou un génie... à travers leurs oeuvres, les artistes, eux, s'adressent à tous... et offrent une clé d'accès à la connaissance de soi et des autres.

Pour moi, ce guide a été cette professeur de danse classique, d'origine allemande, dont je suivais les cours du soir depuis deux ans, et qui s'est révélée être humainement remarquable. Touchée par mon énorme déception et aussi par l'acharnement, la volonté, les progrès manifestes que j'avais faits chez elle, elle a décidé de m'aider. Après s'être renseignée, elle m'a dirigée vers une autre discipline, un autre cours : celui d'une Compagnie de Ballets Russes et de danse dite de "caractère". Le contemporain n'ayant pas alors l'existence et l'essor d'aujourd'hui, me prenant entre "quatre z'yeux", elle m'a dit qu'il n'y avait pas que le classique ; que j'étais douée et que tous mes progrès et sacrifices

pouvaient ne pas finir en impasse ! Désintéressée, cette femme formidable - ne perdait-elle pas financièrement une élève - m'a adressée à cette maîtresse de ballet qui prenait bien souvent ses danseuses parmi ses propres élèves. C'est ainsi que j'ai suivi ses cours de classique tous les matins et ses cours de "caractère" deux fois par semaine... Mon univers s'est vu alors transformé du tout au tout...".

L'ouverture sur le monde que génère la pratique artistique ne se résume pas à l'émulation de l'esprit critique face à l'oeuvre, elle se caractérise également par la valorisation de l'imagination. En effet, la pratique artistique nourrit, sollicite, fait travailler l'imagination. Or, l'imagination nourrit le désir, la critique, l'insatisfaction qui pousse à engager une action réformatrice, elle motive le changement, l'action créatrice. Avec l'imagination, l'art ne se contente pas d'explorer ce qui existe, il va également explorer ce qui n'existe pas, il va chercher au-delà de la réalité.

Et c'est sans doute dans l'espace qu'elle aménage à l'expression conjointe de la liberté de pensée et de l'imagination de l'individu que la pratique artistique procure un bienfait immédiat et qui justifie en retour les efforts intellectuels et laborieux qu'elle exige : le plaisir :

"J'adore être sur une scène, attendre mon tour, cachée derrière le premier portant, les tempes cognant à tout va, le coeur palpitant, submergée d'adrénaline, le cerveau vide, ayant tout oublié, souhaitant prendre mes jambes à mon cou, m'injuriant de m'être mise dans cette galère... jusqu'au moment où, en scène, face au trou noir de la salle, paradoxalement, tout me revient et, dans la peau d'une autre, je peux enfin m'envoler et m'oublier, moi... À cet instant précis, pour rien au monde, je ne voudrais être ailleurs !!! C'est ainsi !"

La pratique artistique initie au plaisir de se livrer à une expérience de pensée (devenir quelqu'un d'autre), un plaisir proche de celui du voyager et de la découverte. Un plaisir qui fait que la différence n'est plus considérée comme un problème mais comme une occasion de penser autrement. Plaisir donc d'être interpellé, d'être déplacé, car le déplacement appelle l'esprit critique et, du coup, un recentrement sur soi dans le sens où c'est à nous de parler. Plaisir donc de se nourrir de l'autre pour advenir à soi-même. Plaisir d'être considéré comme une personne. Plaisir de créer, d'inventer, de se créer soi-même à travers la pratique artistique, plaisir d'exercer sa liberté, son pouvoir et son droit de créer. Plaisir d'être auteur, non seulement de son art et de ce fait, d'une partie de son existence. Plaisir de devenir soi-même.

Ce plaisir n'est pas égoïste, car c'est aussi le plaisir de partager, de faire partager des émotions, des réflexions, son enthousiasme pour une oeuvre, voire même son enthousiasme pour la liberté de penser qui s'exprime à travers l'art, en général.

Ainsi, la pratique artistique peut prétendre devenir une médecine de l'âme quand elle promeut une ouverture critique sur monde. Car alors, elle permet à l'individu de se l'approprier, d'y prendre part activement et surtout de prendre plaisir à y prendre part. Un plaisir lié à l'expression de sa liberté de penser, une liberté travaillée, raffinée et murie par le dur labeur qu'exige l'art.

## Conclusion

Nous nous étions demandés à quelles conditions la pratique artistique pouvait prétendre être une médecine de l'âme. Il est apparu que si l'art peut prétendre soigner les âmes en les accompagnant sur le chemin de la connaissance de soi et vers une approche critique du monde, ces vertus n'étaient pas nécessairement acquises. Tout dépend du mentor, de l'intention de l'accompagnateur.

À cet égard, notons que la pratique artistique ne détient pas de réponse aux questions que nous pose l'existence, mais elle a le mérite de poser clairement ces questions, d'initier aux réponses des autres, tout en proposant un espace de réflexion pour accompagner chacun dans la construction de réponses qui lui soient propres.

C'est pourquoi nous concluons en disant que "l'Art est un merveilleux outil (pédagogique et philosophique) pour se connaître, penser par soi même, aiguïser autant son sens critique que son sens de l'humour. C'est un puits sans fin de connaissance et d'ouverture vers la culture des autres donc, de la tolérance".

---

(1) Après avoir été danseuse et comédienne, Joëlle Quentin-Doucet est aujourd'hui écrivain. Elle a notamment écrit le roman *J'avais 18 ans à Omaha Beach* (2003) qui a reçu le Prix Guy de Maupassant. Son témoignage a été recueilli sous forme d'un récit de vie. Pour plus de lisibilité, ses propos ont été retranscrits en italique.

(2) Citons par exemple l'Apologie de Socrate, Gorgias et Protagoras.

(3) D'où, d'ailleurs la très discrète idée d'une possible réhabilitation de la rhétorique dans Gorgias de Platon.

(4) Notons que, dans *Le Banquet*, Socrate considère le philosophe comme un art, dans le sens où il considère que les discussions qu'il a avec ses disciples et dans lesquels deux pensées distinctes adviennent à elles-mêmes et se nourrissent l'une l'autre, sont des "enfantements", c'est-à-dire des oeuvres, des créations aux mêmes titres que les tragédies écrites par Agathon.