

**" Lâcher prise " signifie admettre, laisser s'accomplir
sans nous occuper de nos représentations, projections, désirs ou préjugés;
admettre ce que nous rencontrons spontanément qui est Vie;
admettre ce qui jaillit de l'Etre authentique qui en permanence nous meut de l'intérieur.**

Karlfried Graf Dürckheim - Pratique de la voie intérieure

Depuis plus de vingt ans, l'école française de Yoga me sollicite pour co-animer un stage pour ses élèves et pour des personnes pratiquant le yoga, professeurs ou simples pratiquants. Et chaque année je me repose la question lorsque le moment est venu de programmer les sessions pour l'année suivante : est ce judicieux de dire oui ? est ce que j'en ressens encore le désir ? est ce que cela ne devient pas une routine ?

Et chaque année, me rappelant la dernière session, les visages des participants, le partage à la fin du stage, l'énergie et la joie qui se dégagent du groupe, je dis oui !

Comme je l'ai souvent dit, la proposition initiale de Pascale Brun de co-animer avec elle un stage de yoga m'avait très surprise, moi qui ne pratiquait pas à l'époque le yoga ! Qu'est ce que ma pratique pouvait apporter à des personnes s'inscrivant à un stage de perfectionnement de yoga ? J'étais très dubitative.

Et puis les années ont passé, et je ressens de plus en plus la complémentarité soulignée très souvent par les participants entre le travail de Pascale et ce que je propose.

Le titre de notre stage depuis plusieurs années « Laisser jaillir l'élan vital : yoga et argile » indique clairement notre objectif : que ce stage soit une opportunité pour libérer la dynamique intérieure créatrice, l'impulsion de croissance dont parle Marie Louise von Franz, collaboratrice de C.G. Jung dans " l'homme et ses symboles " : " *on peut considérer le Soi comme un guide intérieur qui est distinct de la personnalité consciente* " ... Elle en parle comme du " *centre régulateur qui provoque une extension et une maturation croissante de la personnalité* ", et elle rajoute " *mais cet aspect plus riche, plus total de la psyché n'est d'abord qu'une virtualité innée... et son degré de développement dépend de la bonne volonté que met le Moi à écouter les messages du Soi.... Le Moi doit être capable d'écouter attentivement et renonçant à ses fins, à ses projets propres, de se consacrer à cette impulsion intérieure de croissance* "

Ecoute attentive, impulsion intérieure, extension, maturation croissante de la personnalité sont des mots qui parlent de ce qui se joue dans le travail au Champ d'Argile. La pratique que je propose est le plus souvent expérimentée en séance individuelle. Dans le cadre particulier du stage organisé par l'EFY, il est prévu un travail en groupe. Son but est de permettre aux participants de se relier à eux-même, à leurs ressources intérieure, ceci grâce au toucher de l'argile, en se mettant à l'écoute des sensations et des ressentis.

Une personne décrit de façon très pertinente l'expérience qu'elle a eu:

« À chaque Champ d'Argile j'ai le sentiment de me rencontrer, sensiblement. Et à chaque fois j'ancre plus profondément la confiance que la vie sait ce qu'elle fait, que je peux laisser faire, que tout est là et que mon travail consiste à permettre, à laisser passer, à livrer passage. »

Origine de cette pratique

Le Champ d'Argile, cadre en bois rempli d'argile, a été inventé par Heinz Deuser, lorsque, jeune homme, il séjournait dans les années 1970 dans le centre fondé et animé par Karlfried Graf Dürckheim. C'est donc dans cet environnement très particulier que s'est développé cette approche. Et c'est cette racine commune qui nous réunit, Pascale Brun et moi. Nous avons toutes les deux été très imprégnées des écrits de Karlfried Graf Dürckheim et du mouvement de la thérapie initiatique -

« s'il (l'homme) peut s'abandonner intérieurement, il éprouve le soutien d'une force incompréhensible qui le « rattrape » et, lui permet l'ouverture totale. En s'abandonnant à elle, de « séparé » qu'il était dans l'existence, il se trouve relié » écrit K.G.Dürckheim

Pour mémoire, Karlfried Graf Dürckheim, surnommé le sage de la Forêt Noire, après avoir été professeur de psychologie spécialisé en Gestalt-Psychologie, courant très développé en Allemagne entre les deux guerres, a été envoyé en tant que diplomate allemand au Japon en 1938. Il y a vécu neuf ans, les deux dernières années dans une prison américaine où il pu pratiquer le zazen. Lorsqu'il revient en Allemagne en 1947, les hasards de la vie l'amènent à s'installer en Forêt Noire dans un hameau nommé Rütte à 1000 mètres d'altitude. Là va se développer autour de lui un centre qui attirera de plus en plus de personnes en recherche, et une école de formation à la psychologie existentielle ; différentes pratiques corporelles et créatives y sont proposées, dans le but « *de faire lever les germes de transformation* » écrit Maria Hippus-Dürckheim. « *Dans chacune des langues de ces différents moyens d'expression, il (l'élève) fait ainsi l'expérience de forces insoupçonnées, d'énergies enfouies, jusque-là inconscientes, mais aussi de sa propre structure archétypale, de ses ressources créatrices et naturellement de son inconscient refoulé. Il découvre les divers blocages qui l'empêchent de prendre conscience de son être essentiel et il trouve les moyens personnels de faire sauter ces barrières, des possibilités pour libérer ces obstacles* »

La Gestalt-psychologie, la phénoménologie, la psychologie des profondeurs de C.G.Jung et bien sur le Zen et la culture du Japon forment le terreau commun d'une très grande créativité parmi les collaborateurs du centre.

Heinz Deuser s'intéresse très vite au sens du toucher ; il propose à différentes personnes de prendre dans la main, les yeux fermés, un coquillage et il constate que chacun ressent cet objet coquillage d'une façon différente, et ce ressenti dépend de la façon dont la personne s'est saisi de l'objet, de son geste. La qualité de ce geste est propre à chaque personne. Il propose dans le même esprit le toucher de la matière argile. Et Heinz Deuser a l'intuition en visitant une menuiserie de mettre l'argile dans un cadre. Le dispositif du Champ d'Argile était né.

Depuis plus de quarante ans, à partir de ce même dispositif, Heinz Deuser réfléchit à ce qui se passe dans cette rencontre entre les mains et l'argile. Au fil des ans, il a approfondi sa compréhension à partir successivement de l'apport de la psychologie des profondeurs de C.G.Jung, de la Gestalt-psychologie, de la phénoménologie, des travaux de Viktor von Weizsäcker. Son travail s'est enrichi également avec d'autres chercheurs du développement humain dont Jean Piaget, Donald Winnicott. Depuis une dizaine d'années, il revient de plus en plus au toucher, à l'haptique (science du toucher) et aux recherches actuelles en neuro-sciences (afférence, re-afférence).

Le dispositif du Champ d'Argile

Il est très simple : un cadre en bois muni d'un fond rempli d'argile malléable (20 kilos d'argile, quantité qui offre du poids et de la résistance) posé sur une table, et un récipient rempli d'eau - quelque chose de concret qui peut être touchée, dont on peut faire l'expérience ; cela s'offre aux mains de la personne. Chacun de ces éléments présente des qualités sensorielles très différentes et complémentaires offrant une palette très grande de sensations, selon les besoins de la personne. L'accompagnateur encourage la personne à sentir cet objet à l'aide de ses mains en gardant de préférence les yeux fermés.

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. Dans le champ d'argile, nous sommes invités à agir en réponse 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'oeuvre dans l'argile, les mains qui savent, animées par l'intelligence de la vie, l'intelligence du corps.

A titre d'exemple, voici le compte rendu d'une première séance.

C'est une femme d'une cinquantaine d'année qui vient parce qu'elle se sent très fragilisée suite à la séparation d'avec son ami.

Pour son premier Champ d'Argile, Annette prend le temps de s'installer, elle monte et descend le tabouret, puis déplace le champ posé en face d'elle.

Elle me dit : « c'est précis »

commentaire : Annette est déjà à l'écoute d'elle-même, de ce qui lui est nécessaire ; elle s'ajuste le mieux possible en face de son vis-à-vis, c'est à dire du Champ d'Argile

Elle prend également le temps de toucher le cadre , d'abord le bord inférieur, puis elle en fait le tour et ses mains rentrent dans le Champ par le bord supérieur du cadre.

Elle touche à pleines mains la surface d'argile, elle en explore toute la surface, puis elle exerce une pression avec le talon des mains

commentaire : Annette prend le temps de découvrir tactilement tout ce qui est à sa disposition, puis elle trouve de l'appui par la pression. La pression renvoie à la proprioception : grâce à cette pression, elle se sent dans tout son corps, dans sa structure, (os, muscles ...), elle peut prendre appui en elle-même, cela procure confiance et sécurité.

Elle prend le temps d'un contact avec l'argile : elle touche l'argile avec l'intérieur de ses poignets et de ses avants bras, elle met également ses coudes

commentaire : Toucher/être touchée, elle entre en relation avec la matière et en même temps avec elle-même

Elle enfonce ses pouces, puis empoigne des deux mains l'argile avec détermination. Elle me dit : « c'est très bon »

commentaire : après avoir trouvé appui, et trouvé un premier contact avec elle-même, elle peut entrer en action

Elle ouvre au centre du champ d'argile un espace

commentaire : son besoin, trouver son centre, se trouver dans son centre.

Elle se met debout et me dit « faut décoller », elle agrandit l'espace, détache des morceaux autour du centre, et les sort sur la table devant le Champ, puis elle sort un morceau assez massif à droite du Champ

Elle continue ses actions de dégagement, vide le quart inférieur du cadre, puis ouvre un passage vers le bord supérieur. Elle sort encore de l'argile vers la gauche

commentaire : elle sent la nécessité de décoller quelque chose, de se décoller de quelque chose ; elle dégage de l'espace, elle se dégage de quelque chose et elle se crée de l'espace libre, elle ouvre un passage de bas en haut du cadre. Sa respiration change

Elle garde un morceau d'argile, elle tape avec ses poings sur l'argile restante en haut du cadre, puis elle la rassemble et la décolle du bord supérieur ; « c'est dur » dit elle.

Reste une grosse masse d'argile qui prend forme par pressions successives ; elle utilise alors ses coudes pour écraser cette forme, puis elle y va avec ses poings. Elle termine en mettant cette masse en morceaux ; « grand plaisir » dit elle à ce moment.

Commentaire : Elle constitue un objet en vis-à-vis ; elle peut alors le gérer selon son besoin : l'écraser, montrer sa puissance, et lui enlever toute puissance en le mettant en morceaux. Par ces gestes elle retrouve sa propre force et le plaisir.

Elle se rassoit, sort des morceaux à droite et à gauche, garde un peu d'argile et va chercher de l'eau. Elle malaxe, patauge, cela fait du bruit. Elle rit et dit « j'adore »

commentaire : elle se retrouve avec l'énergie légère d'un petit enfant, avec le plaisir du toucher de l'argile très mouillée et fluide qui est à sa disposition

Elle enlève encore de l'argile, en le mettant toujours à droite et à gauche du cadre. Elle étale l'argile qui reste au centre, et de nouveau, elle met en action ses coudes pour mettre en morceaux cette couche d'argile. Elle sort ces morceaux.

Commentaire : il y avait encore à se séparer de quelque chose, il restait encore un empêchement à trouver son centre et à se trouver

Elle nettoie avec soin le cadre, le fond, les bords intérieurs

Elle touche le fond dans un mouvement circulaire très lent, ses deux mains placés l'une sur l'autre réunis ; puis elle termine les deux mains sur le fond, au centre du champ, les deux index et les deux pouces se touchant légèrement, les avant bras en appui sur le cadre, le dos bien dans sa verticale.

Commentaire : en joignant ses mains dans ce mouvement circulaire, elle se réunifie et se rejoint. A la fin, elle est centrée, dans sa verticale.

Elle dit après avoir ouvert les yeux : « je me sens très vivante, jusqu'aux pieds, ... cela vibre de partout, ... les pieds très innervés, très pétillants... Et en même temps je me sens très calme, très enveloppée »

Annette, pour retrouver cette énergie « pétillante » a eu besoin de se séparer de quelque chose qui encombrait tout son espace ; cela lui a demandé de mobiliser de la force (se lever, jouer des coudes, des poings, mettre en morceaux). Dans ce travail, elle a été dès le début connectée à elle-même, elle s'est laissé conduire étape après étape, mais ce n'est qu'à la fin que ses mains ont pu pleinement être en contact avec le fond dans ce mouvement circulaire des deux mains réunis et qu'elle a pu trouver sa juste position et « laisser jaillir » cette nouvelle énergie.

Le processus

Quand on touche, on est touché. Le sens du toucher met dans dans une grande proximité et à la particularité d'être toujours double, comme Heinz Deuser nous l'explique :

« Ce que nous rencontrons dans le champ d'argile vient à notre rencontre, et notre comportement répond à ce que nous rencontrons. »

« Chaque chose qui se trouve face à nous nous renvoie à nous-même. Cela nous touche en tant que chose du monde extérieur. Et cela nous touche également en tant qu'être. »

Le fait d'être touché met en mouvement ; cela réveille des besoins liés à des manques ou à des blocages. S'impose la nécessité mue par une impulsion intérieure de transformer ce qui est là sous les mains pour arriver à quelque chose de satisfaisant, d'ajusté ; ceci se fait grâce au réveil de forces créatives portées par l'élan vital

A propos de cette énergie que l'on contacte dans le Champ d'Argile, quelques témoignages :

« j'ai eu le sentiment de me connecter à une partie totalement enfouie mais si puissante et agissante que j'en étais profondément transformée »

« c'est bien notre corps tout entier à partir de nos mains en contact avec l'argile qui nous révèle des terres insoupçonnées et une énergie magnifique à notre service »

Pour Heinz Deuser, il y a dans le Champ d'Argile tout ce qui est nécessaire pour le développement humain : une structure, une matière qui est disponible, sur laquelle on peut agir, qui prend forme grâce aux gestes, et qui reflète qui je suis. Il 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. »

Une séance est terminée quand la personne a trouvé ce qu'elle cherchait inconsciemment, il n'y a plus de besoin dans l'instant, plus de mouvement ; cela se manifeste dans le corps par une posture alignée, un nouvel équilibre et la plupart du temps par un sentiment de complétude, de joie, d'accomplissement.

« je me sens apaisée, unifiée » « plénitude » « je me sens enveloppé d'une infinie tendresse » « Joie, liberté » « espace » « je me sens nourri » « moment d'accord parfait, magique »... échantillon de paroles dites à la fin de séance

Travail de Groupe

Lors du séminaire intitulé « laisser jaillir l'élan vital », co-animé avec Pascale Brun, organisé annuellement par l'EFY, nous accueillons 24 participants.

Les ateliers que j'anime s'inscrivent dans une proposition globale, qui forme comme une enveloppe sécurisante et protectrice, ce qui favorise le travail d'ouverture, de lâcher-prise et d'intériorisation : temps de méditation le matin, yoga proposé dans un esprit complémentaire par Pascale, et très grande bienveillance de nos hôtes de Méridon, à l'écoute de nos besoins et aux petits soins pour nous tout au long de la semaine - rôle de « bonne mère nourricière » très précieux pour accompagner des traversées quelque fois douloureuses.

Après une première réunion où chacun est invité à exprimer ce qu'il attend du stage, nous scindons le groupe en deux. J'anime successivement deux groupes de 12 personnes, les autres pratiquant le yoga avec Pascale.

Le séminaire a une durée de six jours, ce qui permet à chacun de rentrer à son rythme dans le travail proposé ; certains plongent dès le premier jour, d'autres ont besoin de rester sur la berge et de regarder ce qui se passe. Pour cette aventure intérieure, il faut qu'un minimum de confiance s'instaure.

Atelier « travail avec la boule »

Dès la première après-midi, j'anime un atelier : ces trois heures permettent une première prise de contact entre les participants, entre les participants et moi, et ce qui est le plus important, une première prise de contact avec l'argile ; c'est l'occasion d'une initiation à ce qui sera proposé tout au long de la semaine : toucher/se laisser touché, laisser faire, accueillir...

Il y a une très grande diversité parmi les participants : certains viennent avec l'idée de modeler, de sculpter, de réaliser une œuvre artistique, d'autres ont déjà eu l'expérience de l'argile avec Pascale, un grand nombre ont « entendu parler » de ce qui se passait dans ce stage, c'est à dire qu'ils ont des images très fantasmatiques de ce qui peut s'y vivre ...

Il s'agit pour moi dans ce premier atelier de permettre de goûter, chacun à sa manière, ce que peut signifier ce « toucher, être touché », de faire l'expérience de cette qualité de contact, de se mettre en position de réceptivité, inhabituelle et un peu « anxiogène » dans ce monde où l'action est souvent survalorisée.

Après un premier tour où chacun se nomme à nouveau, façon d'arriver dans le groupe et dans le lieu où nous allons vivre l'expérience, je présente brièvement le déroulé de la séance : trois temps , temps d'exercices corporels, temps d'expérience avec l'argile, puis échange en groupe sur ce qui s'est vécu.

Tout d'abord, j'anime un temps qu'on pourrait appeler méditation active : je les invite à se mettre debout et à fermer les yeux, première perte de repère ; par différentes propositions successives, je les amène à visiter les différentes parties du corps, des pieds à la tête, le but pour moi étant que les personnes se relient à leur corps, à eux-même. Je porte particulièrement l'attention à l'enracinement dans les pieds, dans le sol, à la dimension verticale, l'axe terre/ciel et à l'ouverture de l'espace intérieur, grâce à la respiration. Une phrase que m'avait dit Graf Dürckheim lors d'une séance avec lui me revient souvent lorsque j'anime ce début d'atelier « La seule chose que je voudrais, c'est qu'en sortant de chez moi, vous ayez quelques millimètres de plus ».

Une fois que les personnes ont pris ce temps de retour sur elles-même, d'écoute de leurs propres sensations, je leur propose de toucher les yeux fermés un morceau d'argile posé préalablement sur

la table devant chacun des participants. Cela n'est possible que grâce aux exercices préalables d'enracinement et de ressenti de son propre corps, du « corps que je suis », selon la formulation de Dürckheim ; en effet il faut avoir trouvé un point d'appui, une sécurité intérieure minimum pour s'ouvrir véritablement à ce contact, à cet « autre » qui va peut être dérangé, déstabilisé. J'invite à toucher et à se laisser touché, à sentir et à se laisser sentir, à être attentif aux sensations, perceptions, réactions ou émotions qui peuvent venir. Je donne verbalement des exemples de sensations, par exemple froid/chaud/glacé, ou de réactions - agréable/désagréable, attirant/repoussant ... - pour ouvrir le champ des possibles : le premier contact avec l'argile n'est pas forcément bon ; par mon intervention, j'offre la possibilité à des réactions dites négatives comme le dégoût, la mise à distance, la colère de venir à la conscience. Il est important pour qu'une transformation de la qualité de la relation soit possible qu'il n'y ait le moins possible à ce stade de blocage par rapport à ce qui est ressenti. Se laisser surprendre par ce qui vient et accueillir.

Après ce temps de réceptivité, plus ou moins facile pour les participants, je propose de prendre l'argile dans les mains et de faire une boule, façon de rassembler l'argile et aussi de se rassembler soi-même. Dans l'accompagnement verbal du travail à ce moment là j'énonce un certain questionnement pour les amener à être de plus en plus finement au niveau du ressenti de ce qu'ils ont dans les mains : est ce le bon poids, le bon volume, la bonne texture ; je les invite à sentir ce qui leur convient, ce qui peut les amener à prendre plus de matière, ou à en déposer sur la table, ou à transformer l'argile. La consigne qui revient régulièrement : « laissez faire les mains, laissez vous guider par vos impulsions, vos besoins, votre nécessité du moment ».

Certains vont beaucoup manipuler cette argile qui va se transformer de multiples fois et prendre diverses formes, d'autres seront plus dans le toucher, dans la sensorialité, dans la recherche d'une certaine qualité. L'important est que s'instaure cette écoute intérieure, ce dialogue et que le geste se mette au service de la nécessité ressentie : ce n'est plus ce que je veux, ce que je décide, ce que j'ai prévu mais ce qui doit être, ce qui doit être fait qui guide les mains.

« car les mains ont l'intelligence de ce qui est juste à chaque instant, de ce qui doit être accompli » remarque ultérieurement un participant.

Cette deuxième partie de l'atelier a un caractère plus individuel, mais cela se passe tout de même en groupe : la respiration, les bruits que chacun produit, - il arrive que des participants tapent, ou tapotent l'argile en rythme - , forme une enveloppe sonore, énergétique et émotionnelle: je ne suis pas seule dans cette aventure, il y a d'autres qui sont là, qui me soutiennent, qui me stimulent, ou qui me dérangent...

Arrive un moment où la plus part des participants sont arrivés au bout de l'exercice proposé ; un grand calme s'installe, un climat de grande intériorité en général.

Je propose d'ouvrir les yeux et à nouveau de se laisser touché par ce que les mains ont produit

Lors de l'échange, je pose un cadre précis: chacun est invité à dire comment a été cette expérience mais en se respectant soi-même ; chacun est libre de partager ce qu'il a envie de partager avec le groupe. Il n'y a aucune obligation ni pression : certaines personnes ont envie de partager ce qu'elles ont vécu, d'autres ne disent qu'un mot, quelques uns ont besoin de temps, d'un peu de recul pour pouvoir en parler tellement l'expérience a été forte, ou déstabilisante, ou a touché à des blessures trop intimes. J'ouvre toujours la possibilité de venir me parler en tête à tête lors des pauses.

Pour les participants, c'est une première prise de conscience de la diversité de ce qui peut se vivre avec l'argile . Il n'y a pas une bonne façon d'être en interaction avec la terre, il y a sa propre façon, et chacun des douze participants a vécu quelque chose d'unique et quelquefois de précieux. Cela ouvre des possibles.

La façon dont se déroule ce premier échange en groupe est très important pour la suite du séminaire : c'est là que s'instaure la confiance nécessaire : confiance qui se décline sous différents angles, confiance dans le dispositif que je propose, confiance vis à vis du groupe, confiance en moi en tant qu'accompagnant, et le plus important confiance en eux-même et en leurs propres mouvements intérieurs, en ce guide intérieur dont parle K.G. Dürckheim.

Pour certains, c'est la première fois qu'ils s'abandonnent de cette façon à une expérience de lâcher-prise, de laisser faire, et je suis souvent émerveillée par la profondeur de ce qui se vit déjà dans ce premier atelier.

Atelier de Champ d'Argile

Le deuxième jour, quatre groupes de 6 personnes sont constitués : je laisse chacun s'inscrire là ou il le désire ; la constitution des groupes est très étonnante et est mue par des motifs souvent très inconscients.

J'ai choisi de travailler avec de petits groupes car l'intimité, la confiance s'établit plus facilement. J'ai entendu plusieurs fois des participants nommer leur groupe « ma petite famille », ou « mon équipage ».

Dans ces petits groupes prévus d'une durée suffisante (2 fois 3 heures) pour que chacun puisse avoir son temps pour expérimenter le Champ d'argile, l'implication demandée est plus forte : en effet chacun passe à tour de rôle et s'expose donc plus.

J'ai déjà décrit précédemment en quoi consistait le travail ; le pratiquer en groupe amène une dimension supplémentaire : il y a d'autres humains en situation de témoins, il y a d'autres « tu humain ». En situation classique, c'est l'accompagnateur qui prend la place de ce « tu » nécessaire pour que le vrai « je » advienne comme l'a souligné Martin Buber dans son livre *Je et Tu*

Lorsqu'on est en position de témoin, ce qui se passe dans le Champ d'Argile touche, fait écho et provoque des émotions et des réactions, mais aussi ouvre des espaces de possible, donne des permissions, permet d'oser à son tour. Et lorsqu'on est les mains dans l'argile, la présence d'autres, bienveillants et accueillants densifie le processus à l'oeuvre, lui donne du poids, de la valeur. Etre vu, se sentir respecté et rejoint par d'autres humains est précieux dans ce processus de transformation et de maturation qui quelquefois fait traverser des zones difficiles. Le groupe est contenant et sécurisant, aspect qu'il partage avec l'accompagnant dont c'est un des rôles importants. Lors de ma dernière session à Méridon, une femme a fait cette constatation: « *je n'aurai pas pu vivre ce que j'ai vécu sans le soutien du groupe* »

Dans un travail de groupe, je ne remets pas à plat l'argile après chaque travail, la personne qui passe en deuxième ou en troisième va entrer en contact concrètement avec l'argile formée par la personne qui l'a précédé. Très souvent elle y va avec beaucoup d'appréhensions, de peurs : « *je ne veux pas détruire ce que X a créé* », « *je ne veux pas abîmer ce qui a été fait avec tellement d'amour* » ... Je suis très présente verbalement pour que la personne ose suivre son propre besoin, sa propre impulsion. Et quelques minutes suffisent en général pour que le processus se mette en route : toucher, transformer, et éventuellement détruire, séparer, dégager, sortir, trouver son fond, les gestes se succèdent guidés par son propre ressenti Un exemple mémorable de ce travail « en chaîne » me revient : j'avais eu dans un groupe une personne qui avait eu le besoin de former un cœur, ce cœur était extraordinairement fidèle anatomiquement à un cœur humain, un cœur de chair (la personne a partagé après son travail qu'un de ses très proches allait se faire opérer du cœur !) ; la personne suivante a à peine eu besoin de transformer ce cœur, ses gestes étaient d'une tout autre qualité, des mains très à l'écoute, très sensibles, très réceptives qui tout doucement, très délicatement ont touché ce qui était là dans le champ et ont aménagés très délicatement une cavité dans ce cœur ; pour elle, la grotte du cœur, ce qui émanait du Champ d'Argile était très puissant et a transformé l'atmosphère générale.

Après chaque travail, nous prenons un temps de parole. Pour que cet échange soit fructueux pour tous, je donne des consignes très claires : tout d'abord la parole est à la personne qui s'est confronté au champ : comment se sent elle dans son corps ? Son vécu de la séance, ce qui a été important pour elle. Puis je décris ce que j'ai vu, ce que j'ai ressenti, et ce qui m'a semblé être les étapes du processus pour que le processus soit vu dans son ensemble et d'une façon linéaire. En fin je donne la parole aux autres participants, témoins, et je leur demande de parler de leur propre ressenti, de partager ce qu'ils ont éprouvé, ce qui a fait écho et ne pas faire d'interprétation. C'est un exercice difficile tellement on est habitué à expliquer, à projeter notre propre histoire, nos propres émotions... Je précise également avant les échanges que ce que dit la personne-témoin peut uniquement lui appartenir et/ou concerner la personne qui a travaillé. A chacun de prendre ou de ne pas prendre ce qui est dit.

Mais j'ai souvent constaté que les paroles des témoins sont d'une grande aide pour la personne qui a travaillé, à partir du moment où la parole est habitée, sensible et non-intrusive. Cela lui dévoile souvent d'autres facettes de son travail. Nous sommes six à avoir été présents, et chacun des six a de part sa propre histoire une sensibilité différente. Ces échanges sont donc particulièrement riches et donne poids et valeur à ce qui a été vécu.

J'aime animer en groupe ; chaque groupe a sa coloration propre. Il y a souvent des co-incidences extraordinaire dans la composition des groupes, l'émergence de problématiques voisines. Chaque

membre du groupe travaille pour soi mais par le chemin qu'il emprunte, donne des autorisations aux autres membre, bel exemple de notre interdépendance dans la profondeur. Souvent il y a un thème dans le groupe, thème non conscient, non « voulu » qui se manifeste dans les champs successifs et qui se décline de différentes manières, chaque traversée étant une étape pour la suivante.

Une femme a témoigné à la suite d'un travail de groupe : *« chacun travaille à tour de rôle devant les autres stagiaires. Pour moi, loin d'être pesante, leur présence est toujours réconfortante et empathique. A la fin, on sait que chacun a travaillé non seulement pour lui-même mais aussi pour les autres. Une alchimie subtile opère d'inconscient à inconscient »*.

Nous partageons tous en tant qu'êtres humains les mêmes étapes de croissance, les même crises existentielles, les mêmes quêtes, le même besoin de se relier à ce qui nous fonde. Il existe une connexion profonde et impalpable qui nous unit les uns les autres, une solidarité, quelque chose qui est extrêmement porteur et nourrissant. « Il y a comme un tissage d'une communauté d'êtres » comme l'a nommé au dernier stage une participante. J'ai souvent été témoin d'une magnifique qualité humaine dans ces petits groupes : bienveillance, respect, présence à l'autre, juste distance, accueil et j'oserai dire amour. Et de vivre ces instants là est un cadeau immense.