

ECHOS du stage « VOIX et TEXTE »

animé par Françoise Walot les 1^{er} et 2 octobre 2011

Un stage très spécial.

Sa silhouette élancée comme une liane, son corps souple dominé par un visage expressif et avenant avec ce sourire habitué à la communication nous ont entraînés tout ce week-end dans une introspection de notre corps.

Car il s'agit d'une véritable intrusion au plus profond de nous pour aller chercher cet air qui peut véhiculer nos émotions.

Françoise Walot a fait le diagnostic de nos capacités, elle a touché à notre intellect et à notre anatomie pour en sortir les vibrations et les perceptions des divers sentiments qui sont si souvent difficiles à exprimer.

Ce stage de la voix va beaucoup plus loin que l'apprentissage de l'expression des mots, il apprend surtout à se servir de tout son corps et de l'air qu'il contient pour « porter » les messages aux spectateurs.

La salle ne voit pas les ondes émises par ces corps talentueux, mais elle les reçoit en pleine figure et les ressent comme le comédien les sent dans ses tripes.

J'ai tremblé devant les soupirs d'une femme repoussée par son amant, j'ai pleuré devant les larmes d'un père effondré par la mort de sa fille, j'ai tressailli devant la colère du tyran, j'ai vécu les émotions jouées par les participant(e)s à ce stage parce que le niveau était très haut et que Françoise nous a tellement aidés à lever la barre de plusieurs crans.

Merci à Françoise et à Micheline pour cette expérience si enrichissante.

Jean-Paul Declerck,
Le théâtre du Clin d'Oeil

Merci Françoise

Une "bombe atomique positive" ... voilà l'image qui me vient à l'esprit en pensant à Françoise après ce stage "Voix et texte".

Difficile en effet d'imaginer tant d'énergie concentrée dans une seule personne ... elle est partout à la fois, à côté de chacun d'entre nous. Elle est parvenue à nous faire vibrer, à nous faire prendre conscience comment nous vibrons, comment le son que nous produisons en parlant vibre tout au fond de nous, comment le moduler, le faire venir du ventre vers nos lèvres pour finalement le "donner" à notre interlocuteur ou notre public.

Tout en créant un magnifique esprit de groupe avec des personnes ne se connaissant pas, Françoise nous a porté tour à tour avec son enthousiasme débordant. Elle est venue chercher au fond de nos tripes l'énergie nous permettant de vaincre nos craintes, nos complexes, nos angoisses, pour arriver à nous faire sortir notre texte avec une

émotion et une justesse dont nous ne nous serions pas crus capables. Elle court, saute, crie, sourit, partage avec nous son immense expérience ... et nous transcende.

En un mot, une expérience formidable, enrichissante, transformante et on ne peut que remercier l'ABCD, et tout spécialement Micheline de nous permettre de côtoyer des professionnels d'un tel niveau lors de ces stages.

Jean-Marie Serruys,
La Compagnie DEXIA

Un week-end mémorable

J'aime et même j'ai besoin de découvrir, d'apprendre, de tenter de m'améliorer quel que soit le domaine appréhendé. Je peux vous assurer que le stage « Voix-texte » de Françoise Walot, auquel j'ai eu le privilège de participer, a comblé tous ces désirs et tout un chacun sait que satisfaire une femme n'est pas chose aisée. Mais trêve de plaisanterie, Françoise est vraiment un professeur dans le sens noble du terme. Elle maîtrise avec virtuosité sa matière mais surtout elle a le don et aussi le désir de la transmettre.

Grâce à ses explications techniques simples et claires mais aussi aux exercices que nous avons pratiqués je « vois » davantage comment fonctionne mon appareil respiratoire et les possibilités qu'il met à ma disposition au niveau vocal.

Mais l'enseignement de Françoise va bien au delà de la technique, ce sont nos émotions, la sensibilité de chacun d'entre nous qu'elle a fait émerger.

Elle nous a appris à explorer les mots par rapport à notre corps car c'est lui qui doit amener le texte. C'est en nous appuyant, en rebondissant sur notre respiration que nous amenons des nuances, des ressentis, que nous vivons la situation, en un mot: que nous sommes vrais.

Au départ de l'apprentissage du texte, un travail en profondeur s'impose donc: quels sont les mots qui nous interpellent? Qu'évoquent-ils en nous? Que provoquent-ils comme sentiments, comme émotions?

Nous avons tous été témoins de nos transformations réciproques dans l'interprétation de nos personnages.

Françoise a ce regard aigu et plein de bienveillance pour détecter ce dont a besoin chacun de ses stagiaires pour progresser.

Pour chacun de nous elle a trouvé l'outil adéquat, le coup de pouce pour lui faire franchir un palier et à chaque fois tous les autres stagiaires étaient aussi membres actifs pour faire progresser celui qui devait être aidé.

Nous avons tous, à tour de rôle, fait la courte échelle pour amener l'un des nôtres plus haut et quand il arrivait au sommet, nous étions aussi heureux que lui. Nous avons œuvré ensemble!

Car si nous avons tous énormément appris et fait des progrès, que je pense aucun d'entre nous n'aurait jamais cru possibles, nous avons aussi connu une magnifique expérience humaine de solidarité, d'écoute et de regard vers les autres qui a été induite par Françoise.

Je puis aussi vous dire qu'en fin de week-end, loin d'être sur les genoux, j'étais d'une vitalité extraordinaire comme si, grâce à l'enseignement de Françoise, j'avais été puiser en moi une énergie bien stockée et pas assez souvent sollicitée.

Merci à Françoise, à vous mes compagnons d'escalade, à Micheline qui nous a choisi un si merveilleux guide et à l'A.B.C.D. qui nous a trouvé un si agréable refuge.

Rose-Marie Gason,

La Compagnie de Bruxelles

Trouver sa voix et la libérer

Savez-vous ce qu'est votre plexus solaire ? Connaissez-vous la caisse de résonance qu'est l'ensemble de votre corps ? Avez-vous déjà réfléchi au fait que ce que vous dites se réverbère sur l'ensemble du corps des interlocuteurs et pas uniquement à ses oreilles ?

Durant ce week-end de stage, Françoise Walot nous a fait voyager de mille et une manières dans l'univers des sons et des mots, nous a fait redécouvrir le langage, dans une générosité et une réelle envie de partage.

C'est un réel cadeau que j'ai reçu pour ma part. Comment en serait-il autrement d'ailleurs lorsque quelqu'un vous propose de rejouer avec les voyelles et les consonnes, en utilisant l'ensemble de votre énergie intérieure, et vous permet, grâce à cela, d'enjamber des entraves mécaniques, des contraintes socio-éducatives ou encore des angoisses, qui conditionnaient tour à tour votre communication jusqu'alors ?

Nous sommes ainsi revenus au plaisir de la formulation des mots dans la bouche en en dégustant, tel un enfant, les sonorités et les vibrations, ou en jouant sur toutes les rythmiques possibles des différentes syllabes.

Ensuite, nous avons « désossé » des textes, de Victor Hugo principalement, pour y redécouvrir des saveurs, des émotions, des images, des respirations, et, au fil de « BRRRRMMMM » et autres exercices précieux, nous avons su délivrer ces tirades ou monologues en les donnant réellement aux autres.

Je pensais que ce stage visait à nous apprendre à mieux « poser sa voix » et à « conserver une justesse dans l'interprétation » même lorsque l'on doit la « projeter » à un public. Nous avons appris qu'il ne s'agissait pas en réalité de « poser sa voix » ou de la « projeter », mais bien de mettre en adéquation le souffle, les émotions, les vibrations qui sont enfouis en nous, afin de servir le texte comme si on le produisait pour la toute première fois, comme si naturellement il naissait dans nos « plexus solaire » (c'est-à-dire un point situé sous le sternum et au-dessus du diaphragme, siège des émotions et emplacement de moult nerfs) et qu'il traduisait notre pensée. Tout cela avec une réelle volonté de dire à l'autre, de donner à l'autre ces informations.

Lors des exercices, parfois très surprenants voire digne d'aliénés, on a pu constater que la voix devenait plus profonde, plus complète, et, comme par magie, d'une force sonore plus grande. Les vibrations ne sont plus seulement affaire de cordes vocales : c'est à l'ensemble intérieur du corps de faire rebondir les sons et les cadences pour exprimer les textes.

Je terminerai en remerciant l'ABCD, et plus particulièrement Micheline, de nous avoir offert cette rencontre. Un grand merci également à Françoise Walot pour son énergie, son écoute et son partage.

Abigaël Desart,
Compagnie Les Masques

Ma chair s'est faite verbe

Connaissez-vous **Françoise Walot** ? Si ce n'est pas le cas, j'y vais de ma petite description personnelle : imaginez 50 kg (*heueueu... j'espère que j'ai bien tapé, Françoise !*) de vitalité et de générosité ; ajoutez-y la flamme et une rigueur intellectuelle sans compromis. Terminez le tableau par cette touche d'humour bienveillant qui vous amène à sourire tranquillement de vos propres (petites) faiblesses. Voilà !

Quant à moi, issue d'une famille catholique grand teint, j'ai fréquenté très tôt dans ma vie des expressions bibliques au sens obscur. L'une d'entre elles me revient particulièrement aujourd'hui : « *Le verbe s'est fait chair* ». Je vous passe les images qui se forment successivement dans la tête d'une fillette, puis d'une ado, puis même d'une femme adulte à l'écoute de ce genre de sentence. « *Le verbe s'est fait chair* »...ça vous occupe des soirées entières, ça vous démange la langue pour se placer dans la conversation, juste pour voir ce que « ça » fait aux autres !

« *Le verbe s'est fait chair* »...ça vous éclate les limites lorsque vous tentez, à grand peine, de les mettre entre vos parties nobles et vos parties...autres !

Bref !...ça vous nourrit un psychanalyste pendant 10 ans !

Voilà sûrement l'origine de ma vocation : entre verbe et corps, je suis thérapeute du développement psychomoteur !

Mon « théâtre » à moi est celui d'un hôpital de jour pour (très) jeunes enfants présentant certains « troubles envahissants du développement ». Souvent, quand ils arrivent au Centre de Jour, les jeunes patients porteurs d'autisme ne parlent pas : ni en mots, ni en gestes, ni en mimiques. Pour des raisons multiples, ils n'accèdent pas à la fonction symbolique ni à la représentation, bases de toute communication.

Mes études m'ont appris - intellectuellement - que ces enfants entretiennent avec les sons, les mouvements et les variations toniques qui en découlent un rapport basé sur la répétition de sensations auto gérées, toujours identiques et donc rassurantes pour eux. Ils se créent ainsi ce que l'on appelle un « objet autistique ». En les sécurisant, cet « objet auto créé » vient aussi, malheureusement pour la dynamique de leur développement, empêcher toute perception de l'autre à leur côté.

Sur le plan de l'activité orale, j'ai coutume de dire qu'ils « mettent leur bouche en bouche » : ils têtent leur langue, sucent leurs joues, raclent leur gorge etc. Les sons qu'ils produisent ont une finalité de stimulation sensorielle : sons hurlés qui font vibrer le crâne, roulés qui remplissent la bouche, soufflés qui étirent ses limites, sons dégustés comme un bonbon inusable. Enfin, il n'est pas rare de les voir scruter les lèvres de qui parle comme s'ils s'attendaient à en voir sortir un objet.

Un des objectifs de mon travail avec ces jeunes enfants est de tenter de trouver, et de leur proposer, des chemins par lesquels ils vont pouvoir éprouver que les sons, les mimiques, les gestes peuvent avoir une dimension qui « veut dire » quelque chose à un

autre qui écoute, reçoit et reconnaît cela, à la fois comme marque de leur singularité propre et comme faisant partie du patrimoine humain.

Je fais ici le parallèle avec une situation que Françoise Walot évoque lors du stage : celle du tout petit bébé qui crie sa détresse. Ce cri qui le relie au monde et dont dépend sa survie, il ne devient porteur de sens que si quelqu'un y répond et que si le bébé est accessible à cette réponse. En l'absence de réponse ou si l'enfant n'est pas capable de percevoir/recevoir cette réponse il arrive que le cri, dramatiquement, s'éteigne...

L'éprouvé de non-signifiante (du son par ex.) clôt l'enfant sur lui-même et sur les ressources personnelles qu'il mobilise pour, malgré tout, survivre psychiquement.

Pour favoriser l'évolution de ces jeunes patients, je me dois modestement d'être d'abord à leur écoute : mes oreilles, mes yeux, mais aussi et surtout cette écoute plus kinesthésique, qui s'exerce quelque part entre la peau, le tonus et les émotions et qui trouve son fondement à la fois dans nos racines humaines communes et dans ma singularité.

Cette écoute, référenciée à un canevas théorique et balisée par des supervisions, m'aide à saisir ces modulations, ces variations parfois infimes qui – enjambant des rituels extrêmement rigides – viennent dire que « quelque chose » bouge chez l'enfant et, peut-être s'éveille au sens.

Dans la pratique quotidienne avec ces petits, ma propre enfance n'est jamais loin. Il ne s'agit jamais de bêtifier ensemble, encore moins de promouvoir une régression à deux. Au contraire : il s'agit pour moi de retrouver une trace, de la réactiver en moi. C'est la raison pour laquelle je m'intéresse aux recherches de Kristin Linklater, relayées avec passion par Françoise Walot.

Ce travail de la voix et du texte m'est infiniment précieux parce qu'il aiguise ma sensibilité, qu'il enrichit ma palette de sons et d'éprouvés corporels qui y sont associés et parce qu'il me fait renouer avec la matière des mots qui en sont issus. Bref ! Ce travail me donne faim et me réveille en profondeur... Il arrime ma pratique psychomotrice !

Au registre des éprouvés archaïques, j'y retrouve également cette sensation délicieuse d'un intérieur vivant capable de mise en relation avec un extérieur : ces spectateurs, complices bienveillants de stage, Micheline, Françoise. Leur disponibilité attentive – leurs yeux, leurs oreilles, et tout ce qui fait leur sensibilité kinesthésique – m'offre la réassurance nécessaire à me laisser traverser par le texte. Emue et surprise, j'y découvre souvent, portés par une autre voix que ma voix familière frileuse et mesurée, une nouvelle épaisseur, une autre couleur, un autre goût, un autre sens aux mots. Et là je sais que, l'espace d'un instant, **ma chair s'est faite verbe** : je suis vivante, entière et unifiée. Et c'est bon.

Et j'ai envie de remercier.

(Note : l'autisme, comme d'autres troubles envahissants du développement, est une pathologie complexe et certainement multifactorielle. Je ne prétends nullement faire ici un exposé exhaustif au sujet de son étiologie, de ses manifestations ou des moyens à mettre en œuvre pour tenter d'aider ces enfants. Il s'agit juste ici d'un témoignage, le mien, fait par le bout de la lorgnette du super stage que j'ai effectué à l'ABCD début octobre. Lisez-le comme cela. Merci).

Claire Tilman,
Thérapeute du développement psychomoteur