



National Library  
of Canada

Bibliothèque nationale  
du Canada

Canadian Theses Service    Service des thèses canadiennes

Ottawa, Canada  
K1A 0N4

## NOTICE

The quality of this microform is heavily dependent upon the quality of the original thesis submitted for microfilming. Every effort has been made to ensure the highest quality of reproduction possible.

If pages are missing, contact the university which granted the degree.

Some pages may have indistinct print especially if the original pages were typed with a poor typewriter ribbon or if the university sent us an inferior photocopy.

Reproduction in full or in part of this microform is governed by the Canadian Copyright Act, R.S.C. 1970, c. C-30, and subsequent amendments.

## AVIS

La qualité de cette microforme dépend grandement de la qualité de la thèse soumise au microfilmage. Nous avons tout fait pour assurer une qualité supérieure de reproduction.

S'il manque des pages, veuillez communiquer avec l'université qui a conféré le grade.

La qualité d'impression de certaines pages peut laisser à désirer, surtout si les pages originales ont été dactylographiées à l'aide d'un ruban usé ou si l'université nous a fait parvenir une photocopie de qualité inférieure.

La reproduction, même partielle, de cette microforme est soumise à la Loi canadienne sur le droit d'auteur, SRC 1970, c. C-30, et ses amendements subséquents.

A propos d'une stratégie  
pour aider les étudiantes et les étudiants en art  
à traverser leur peur de créer

Francine Labelle

Mémoire

Présenté  
au  
département de l'enseignement de l'Art

comme exigence partielle  
en vue de l'obtention du grade de  
Maîtrise en Art (M.A.)  
Université Concordia  
Montréal, Québec, Canada.

Septembre 1991

© Francine Labelle, 1991



National Library  
of Canada

Bibliothèque nationale  
du Canada

Canadian Theses Service    Service des thèses canadiennes

Ottawa, Canada  
K1A 0N4

The author has granted an irrevocable non-exclusive licence allowing the National Library of Canada to reproduce, loan, distribute or sell copies of his/her thesis by any means and in any form or format, making this thesis available to interested persons.

The author retains ownership of the copyright in his/her thesis. Neither the thesis nor substantial extracts from it may be printed or otherwise reproduced without his/her permission.

L'auteur a accordé une licence irrévocable et non exclusive permettant à la Bibliothèque nationale du Canada de reproduire, prêter, distribuer ou vendre des copies de sa thèse de quelque manière et sous quelque forme que ce soit pour mettre des exemplaires de cette thèse à la disposition des personnes intéressées.

L'auteur conserve la propriété du droit d'auteur qui protège sa thèse. Ni la thèse ni des extraits substantiels de celle-ci ne doivent être imprimés ou autrement reproduits sans son autorisation.

ISBN 0-315-68787-8

Canada

SOMMAIRE

A propos d'une stratégie  
pour aider les étudiantes et les étudiants en art  
à traverser leur peur de créer.

Comment, en contactant avec humour ma propre peur de créer et celle de mes étudiantes et de mes étudiants, j'ai élaboré progressivement dans mes cours une façon d'utiliser cette même peur pour produire des oeuvres puissantes et visuellement intéressantes.

Il m'apparaît que le désir de contacter sa différence est à l'origine de la démarche artistique et à la source de la peur de créer, laquelle ne peut être dépassée que dans l'action...de créer. C'est ici qu'une stratégie pour traverser ses émotions paralysantes est utile.

Je propose donc une stratégie pour contacter ses émotions quelles qu'elles soient et les utiliser grâce aux techniques dites avec "le lobe droit du cerveau" (Betty Edwards). En effet, mon expérience m'a montré que l'apprentissage systématique de la perception de l'espace négatif en travail d'observation permet d'acquérir une technique efficace en même temps qu'elle conduit au "lâcher prise" et donne accès à l'espace étrangement onirique de l'imaginaire.

Je développe également comment j'en suis venue à utiliser

des techniques de transformation des rêves en posant des questions à l'inconscient pour obtenir des réponses picturales en cas de difficulté devant la peur du vide.

Cette approche se situe dans la tradition de la pratique de l'art vécue comme une expérience intérieure, par la manifestation projetée d'une imagerie qui se découvre au fur et à mesure qu'elle se déploie sur le tableau, et non d'une simple habileté à reproduire une idée ou un objet. Il s'agit ici d'une aventure de l'oeil qui se conjugue avec le goût du risque et du plaisir.

## REMERCIEMENTS

C'est avec une immense reconnaissssance que je dédie ce texte à la mémoire de Jean Goguen qui fut pour moi un Maître et ce, à plusieurs titres: Maître du regard, Maître de la couleur et Maître pédagogue.

Quand dans son cours de design, j'étais alors en première année, nous avons abordé la couleur, j'ai eu tellement peur que j'ai abandonné son cours, prétextant un manque de temps (j'ai remplacé ce cours par un cours de guitare qui me demandait trois heures de pratique par jour!). Il m'a laissée partir le sourire en coin et m'a réacceptée l'année suivante, me disant: "Je sais que tu as besoin de temps."

Il nous disait qu'on devait toujours pouvoir demander à un professeur de justifier pourquoi il affirme quelque chose. C'est ainsi qu'il laissait son oeil courir sur le travail d'une étudiante ou d'un étudiant, disait quelque chose, puis se demandait à haute voix: "Pourquoi est-ce que je dis ceci?".

Il était en admiration perpétuelle devant le phénomène inépuisable de la perception et de la créativité. C'est de lui que j'ai appris à enseigner à partir de ce qui "marche" dans un tableau et à chercher à comprendre ce qui ne va pas visuellement, quand on n'aime pas son travail: la connaissance était pour lui un outil de liberté.

Je repense avec gratitude à Monsieur Philippe Lacoue-Labarthe avec qui j'ai étudié la philosophie à Strasbourg. Il m'a appris à faire confiance au processus de la pensée qui se découvre elle-même dans le déploiement de l'écriture circulaire, avec toute sa rigueur et sa richesse. Il m'a appris à vivre l'écriture comme une aventure de connaissance.

C'est avec enthousiasme que je repense à mes cours de dessin avec François Déry que je remercie pour la puissance et la qualité de son enseignement. Avec lui j'ai appris qu'un professeur d'art pouvait se comparer à un entraîneur. Voir est devenu avec lui un voyage.

J'aimerais aussi exprimer ma reconnaissance à Stan Horner qui m'a suggéré de fermer mes livres et d'écrire ce que je fais dans mes cours, sujet qui me paraissait sans intérêt, puisque je le connais, mais qui m'a conduite dans une aventure fructueuse: elle m'a obligée à me clarifier, à donner une structure intellectuelle plus forte à mon enseignement et à ma pratique de peintre. Je sais mieux maintenant, grâce à ce mémoire, pourquoi je fais ce que je fais.

Je tiens à remercier enfin Dr Elizabeth Sacca, qui a accepté généreusement de prendre la thèse déjà en route, et que j'ai toujours appréciée pour sa précision, sa clarté et son efficacité, car avouerai-je ma peur d'écrire ce mémoire? Elle m'a appris à démystifier le processus et à y prendre plaisir.

## TABLE DES MATIERES

Introduction .....	1
Chapitre I Apprendre l'art: quelques bonnes raisons d'avoir peur.....	14
Chapitre II Dessiner et peindre en contact avec ses émotions.....	25
Chapitre III Les origines de mon intérêt: mes premières confrontations avec la peur de mes étudiantes et de mes étudiants.	42
Chapitre IV Une stratégie par rapport à ma propre peur de peindre.....	51
Chapitre V Questionner l'inconscient pour obtenir des réponses picturales: "le lâcher prise". .....	60
Chapitre VI La création et le processus de transformation des rêves: les Sénois .....	68
Conclusion .....	78
Annexe I Entretien avec Micheline Bourque et Jaber Lutfi.....	86
Annexe II Documents visuels.....	129
Description des diapositives.....	140
Bibliographie .....	143

## INTRODUCTION

Je présente ici les fruits de quinze ans d'expérience d'enseignement dont six en philosophie au CEGEP de Maisonneuve et neuf en arts plastiques dans mon atelier et au DEC Troisième Age du CEGEP Marie-Victorin.

Je profite de cette thèse pour faire le point et donner une forme écrite à une recherche que je poursuis depuis longtemps, qui a pris des figures différentes dans ma vie et qui m'apparaît maintenant en majuscules: comment arrive-t-on à vaincre sa peur de créer, s'il est vrai que selon un proverbe japonais la peur ne s'en va pas, elle se traverse?

Il ne me semblait pas utile d'écrire tant sur l'angoisse créatrice, thème connu, que sur la façon dont, à tâtons, j'ai découvert des avenues vieilles comme le monde, mais nouvelles pour moi, pour utiliser cette peur plutôt que de me laisser manipuler par elle.

Je ne m'intéresserai donc pas ici à un diagnostic détaillé des manifestations de la peur, mais plutôt à une stratégie pour la traverser, un diagnostic sommaire étant tout de même nécessaire pour l'identifier.

Ma thèse se veut donc une histoire, un conte, une description de la façon dont j'en suis venue à traverser ma peur de créer et, corollaire à celle-ci, ma peur de rencontrer la peur de créer de mes étudiantes et de mes étudiants.

L'intérêt de cette histoire, je le vois dans le fait que, et cela peut paraître étrange, c'est grâce à mes étudiantes et à mes étudiants que l'ouverture dans ma peinture s'est produite.

Ainsi donc la relation entre mon enseignement et ma production s'est faite constamment dans un jeu de vases communicants, situation propre aux artistes-enseignants pour qui le temps de production est mangé par les heures de cours à donner, mais pour qui aussi le miroir que nous offrent nos étudiantes et nos étudiants, en nous confrontant, est notre chance de renouvellement et d'ouverture.

Il est clair pour moi aujourd'hui que cette stratégie pourtant si simple, de se servir de sa peur de créer pour créer, s'est lentement développée comme la suite logique de mon passé qui me paraissait pourtant si décousu et qui prend sens comme une recherche obstinée de cette attitude tonique dont la clé me manquait.

Pourquoi en effet à vingt ans suis je partie à Strasbourg étudier la philosophie plutôt que de m'en aller aux Beaux-Arts? Je me rappelle que, adolescente, j'étais très habile en dessin (ma mère avait fait ses Beaux-Arts avant la guerre et nous avait équipées très jeunes, ma soeur et moi, de matériel d'arts plastiques exceptionnel à l'époque) et mes compagnes de collège me voyaient aux Beaux-Arts sur les traces de ma mère, chose qui ne m'est jamais passée par la tête.

Mais je me rappelle aussi que ce qui me fascinait alors

et que je n'arrivais pas du tout à comprendre, c'était comment faisaient certains artistes pour "se laisser aller", pour ne pas se sentir esclaves de ce qu'ils voyaient et pour se permettre de créer avec une gestuelle puissante, spontanée et construite des formes qui paraissaient abstraites de près et qui de loin criaient de "vérité", de mouvement et de vie: c'était figuratif et pourtant c'était libre. Cet achèvement était inaccessible, sauf pour les artistes innés dont j'étais bien sûr exclue, n'étant qu'habile.

Je me suis donc retrouvée en philosophie à Strasbourg à étudier avec Philippe Laccue-Labarthe, disciple enthousiaste de Jacques Derrida, la dynamique du désir dans la tradition de la pensée de la contradiction, ce qui, je le vois maintenant et j'en suis reconnaissante à Monsieur Lacoue-Labarthe, me fournit les concepts-clés pour apprendre à me laisser guider par ma peur, s'il est vrai qu'on a peur de ce qu'on désire et qu'on est fasciné par ce dont on a peur, thème cher à Georges Bataille que nous étudions avec passion à l'époque.

Avais-je décidé d'apprendre comment fonctionnent les rouages du désir avant d'oser pratiquer mon désir de m'exprimer? Sans doute et j'étais loin de le soupçonner.

Toujours est-il que ce fil d'Ariane me conduisit dans les dédales de la pensée dialectique avec Héraclite, Hegel, Nietzsche, la dynamique du désir et de l'inconscient chez Mélanie Klein, les concepts d'origine et de différance chez

Jacques Derrida et celui de représentation chez Roland Barthes et que je retrouvais mis en scène dans La métamorphose des dieux de André Malraux. Puis sortie de l'Université je découvris le Yi King, Castaneda, la pensée zen, certains textes de Mao Tsé Toung (De la contradiction), Lynn Andrews, Gendlin (Focusing), l'approche Jungienne, avec Marie-Louise Von Franz et surtout Rex Weaver, et enfin quelques études sur la créativité dont celle d'Alain Beaudot.

Parallèlement à cette démarche plus intellectuelle, je découvrais en entrant aux Beaux-Arts à Concordia en 1979, à travers l'enseignement de Madame Rose-Mary Miller, de François Déry et de Jean Goguen, une approche à l'art et une manière d'enseigner l'art qui dépassait mes attentes. A travers eux, remarquables pédagogues, dois-je dire, je fus initiée aux grands enseignants de l'art que furent, en dessin, Kimon Nicolaidis que je retiens pour la diversité des exercices qu'il propose en dessin, la souplesse de sa gestuelle et le raffinement de la ligne, Frederick Franck pour son expérience méditative du dessin, Madame Betty Edwards, pour son étude sur la fonction du lobe droit du cerveau comme spécialisé dans le traitement de l'information liée à l'espace et aux rapport entre les éléments, il est le lieu de l'élaboration métaphorique et du rêve: ainsi l'art est une fonction principalement du lobe droit du cerveau (l'espace). Le lobe gauche qui traite l'information verbale (le temps), transmet les données élaborées par le lobe droit.

J'ai trouvé chez Hans Hoffman la confirmation de ce que j'ai appris avec Jean Goguen sur la perception de l'espace négatif comme outil pour exprimer visuellement le concept de la relativité de l'espace en physique, associé au jeu de tension des formes dans un tableau, jeu que Jean Goguen appelait le "push and pull", terme qu'employait Hans Hoffman. Je retiens également son approche sur la structuration d'un tableau à partir de la couleur.

J'ai intégré dans la méthodologie de mes cours les concepts de "visuel" et de "tactile" que Viktor Lowenfeld développe ainsi :

These types are theoretically at opposite ends of a continuum and refer to the mode of perceptual organization and the conceptual categorization of the external environment.<sup>1</sup>

Je résumerais ainsi les deux catégories. La personne visuelle crée le contact avec son environnement d'abord par les yeux et se sent spectatrice, alors que la personne tactile est soucieuse de ses sensations physiques et de ses expériences subjectives qu'elle ressent de façon émotionnelle. La plupart des gens se situent entre ces extrêmes.

Il m'apparaît important d'élaborer ici ces concepts, car

---

<sup>1</sup> Viktor Lowenfeld and W. Lambert Brittain, Creative and Mental Growth, Sixth Edition (New-York: Macmillan Publishing, 1975), p.275.

"Ces types sont théoriquement aux opposés d'un continuum et font référence à un mode d'organisation perceptuelle et à une conceptualisation de l'environnement extérieur."

ils me semblent primordiaux.

Le type visuel est l'observateur et il approche habituellement la réalité par son apparence. Il semble que le visuel voit d'abord l'ensemble, puis qu'il incorpore les détails au tout. Le visuel est intéressé par les proportions, la distance ("perspective"), les changements de lumière et d'ombre, l'atmosphère, la couleur "juste". Les transformations dans l'apparence d'un objet sont vécues comme une expérience intéressante. Le visuel est un "impressionniste".

A l'inverse, le type tactile est tourné vers le monde intérieur de ses sensations et s'intéresse au monde extérieur dans la mesure où il en a une expérience qu'il peut ressentir corporellement: toucher, tensions, sensations, émotions. Les proportions et les formes sont déterminées par leur importance affective. C'est ainsi que certains détails sont amplifiés en fonction de leur signification émotionnelle. Ce type aime les textures et ce qui se touche et n'essaie pas de le transposer en image. Son art est subjectif. L'artiste lui-même devient une partie du tableau. Les couleurs et les formes sont choisies en fonction de valeurs subjectives. Le tactile est un expressionniste.

Il m'a été particulièrement précieux, étant au départ une "visuelle" qui rêvait d'être tactile, de comprendre comment les personnes adultes qui viennent à mon cours et se disent nulles en dessin sont en général des "tactiles". Ces

personnes se sentent souvent rejetées. Le fait de leur donner accès au "génie" de leur réalité perceptuelle en leur permettant de comprendre et d'accepter leur mode de relation a été fondamental.

J'ai ainsi compris qu'il était sans intérêt de parler de proportions à une personne de type tactile et que l'espace n'a de sens pour elle que s'il correspond à une expérience.

Je suis reconnaissante à Viktor Lowenfeld d'avoir élaboré ces concepts d'autant que Jean Goguen les avait intégrés à son enseignement et que j'ai pu moi-même en bénéficier. Ils donnent un nouvel éclairage à la réflexion sur l'art: Viktor Lowenfeld affirmait:

(...)art consists in depicting the relations of the artist to the world of his experiences - that is, depicting his experience with objects and not the objects themselves.<sup>2</sup>

Ainsi la valeur de l'art repose dans la transmission de l'expérience, qu'elle soit visuelle ou tactile, et non dans l'habileté à reproduire un objet pour qu'il ait l'air "vrai":

It will then become evident that "truth" is relative and that the word should be replaced by "sincerity".<sup>3</sup>

---

<sup>2</sup> Viktor Lowenfeld, Creative and Mental Growth. Revised Edition (New-York: Macmillan 1952), p. 250.  
Voici la traduction que je propose: "L'art consiste à représenter les relations de l'artiste avec le monde de ses expériences - c'est-à-dire à représenter son expérience avec les objets et non les objets eux-mêmes."

<sup>3</sup> Ibid. p. 256. "Il deviendra alors évident que la "vérité" est relative et que ce mot devrait être remplacé par "sincérité."

J'adopte cette définition, et ce faisant, je suis consciente de la position que je prends dans le débat actuel de l'art contemporain par rapport à l'art conceptuel. et à ce sujet, c'est avec beaucoup de réconfort que j'ai découvert Edmund Feldman.

Je me situe tout-à-fait dans la lignée d'Edmund Feldman quand il invite les artistes et les enseignants et les enseignantes en arts visuels à prendre conscience que l'art véhicule des valeurs, qu'il a un effet social beaucoup plus réel et plus profond que d'être un simple hédonisme esthétique, un passe-temps agréable ou un jeu de dénominations.

Je crois en effet avec lui que, oui, l'art véhicule des valeurs et que c'est là sa puissance et l'origine de son ancienneté et de sa pérennité, qu'il est primordial que, à la fois comme artistes et comme professeurs et professeures d'art, nous prenions conscience des valeurs que nous véhiculons.

Parmi ces valeurs, je suis d'accord avec son choix moral et politique: à savoir que l'art s'adresse à l'être humain en sa totalité et que celui-ci a le pouvoir de créer sa réalité, que l'art transforme la personne qui le produit autant que les matériaux qui lui ont servi, que l'art est un langage privilégié qui permet à l'être humain de prendre conscience de ce qu'il ressent et de le communiquer, qu'il est le lieu de la représentation donnant accès à la

visualisation ("insight") des grands projets de civilisation qui peuvent ensuite prendre forme, c'est-à-dire que l'art n'est pas l'illustration d'un concept: le concept surgit de la représentation et non l'inverse.

Edmund Feldman se sert des contradictions contemporaines et pose le dilemme de la fonction de l'art et de l'enseignement de l'art de façon politique, c'est-à-dire en affirmant le pouvoir qu'on a de participer à la destruction ou à la transformation de soi et d'un projet collectif, c'est-à-dire autant au niveau personnel que social.

All these good things can happen when the students who are now in our schools and colleges decide that they are creators, not just victims, of their fate. But first they must have a vision of the good life, of the caring person, of cooperative communities, of well formed objects, of harmonious forms of social intercourse, of the heights, as well as the depths of human nature. <sup>4</sup>

Toutes connaissances et expériences que l'art procure.

We are not personally responsible for the culture of violence and brutality that prospers in our society. But we are responsible if our students possess no alternative options, no generous vision of human possibilities, no concrete idea of what men and women can accomplish when their pleasures come from building

---

<sup>4</sup> Edmund Burke Feldman, "Art in the Mainstream: Ideology and Hope," Art Education 35 (July 1982): 9.

"Toutes ces bonnes choses peuvent se produire quand les étudiants qui sont maintenant dans nos écoles et dans nos collèges décident qu'ils sont créateurs et non seulement victimes de leur destin. Mais d'abord, ils doivent avoir la vision d'une vie bonne, d'une personne affectueuse, de communautés qui coopèrent, d'objets bien faits, de rencontres sociales harmonieuses, des hauteurs autant que des profondeurs de la nature humaine." La traduction est de moi.

together. We know that civilization - the accumulation of centuries of hard work - can be destroyed in a moment. That is why it is painful to see so many signs of human degradation in the visual arts, so much evidence of man's creative impulse turned against itself. But we have to believe that this pattern can be reversed. After all, that is what art is - the other side of barbarism, the opposite of the destructive impulse. Ours must be the profession that takes the human forming impulse and shapes it into signs of hope.<sup>5</sup>

Ou encore:

The desire to preserve civilization, to renew the best of the past and to build a better future needs to be firmly established in every generation.<sup>6</sup>

Cette vision globale de l'art vécu comme outil de

---

<sup>5</sup> Ibid. "Nous ne sommes pas personnellement responsables de la culture de violence et de brutalité qui prospère dans notre société. Mais nous sommes responsables si nos étudiants ne possèdent aucune autre alternative, aucune vision généreuse des possibilités humaines, aucune idée concrète de ce que hommes et femmes peuvent accomplir quand leur plaisir vient du fait de construire ensemble. Nous savons que la civilisation - l'accumulation de siècles de travail - peut être détruite en un instant. C'est pourquoi il est douloureux de voir tellement de signes de dégradation humaine dans les arts visuels, tant d'évidence de l'impulsion créatrice de l'homme tournée contre lui-même. Mais nous devons croire que ce modèle peut être renversé. Après tout, c'est ce que l'art est - l'autre côté de la barbarie, le contraire de l'impulsion de destruction. Notre profession doit être celle qui prend l'impulsion humaine de donner forme et la façonne en signes d'espoir." La traduction est de moi.

<sup>6</sup> Edmund Burke Feldman, "Art in the Mainstream: Ideology and Hope," Art Education 36 (July 1983) : 9. "Le désir de préserver la civilisation, de renouveler le meilleur du passé et de construire un futur meilleur a besoin d'être établi dans chaque génération." La traduction est de moi.

transformation intérieure et sociale autant que comme habileté technique procurant un grand plaisir, répondait tout-à-fait à mon désir et je continue de peindre, de dessiner et d'enseigner dans l'esprit des valeurs pédagogiques et de la vision de l'art de ces grands professeurs.

Ces références, je les indique ici brièvement comme une toile de fond devenue floue après toutes ces années, mais donnant le ton à mon texte et servant de contexte puisque, comme on le dit couramment, la culture est ce qu'il nous reste une fois qu'on a tout oublié.

J'ai choisi pour développer mon sujet une structure d'écriture dite circulaire, revenant en spirale sur des cercles au départ assez simples et qui deviennent plus complexes au fur et à mesure de l'exposé. Ce style d'écriture concorde avec l'attitude que je propose en peinture et me paraît plus apte à approcher par une grande variété de points de vue un sujet aussi fugitif, impalpable et omniprésent dans la vie de tout artiste et de tout être qui se veut créateur.

La bibliographie sera donc restreinte puisque ma thèse porte essentiellement sur des expériences vécues en atelier. C'est d'ailleurs aux prises avec les problèmes concrets de l'atelier que j'ai puisé dans certaines ressources intellectuelles dont je m'étais pourvue en philosophie et dans des souvenirs d'expériences vécues dans différents

ateliers d'art, non seulement en arts plastiques à Concordia, mais aussi en d'autres langages tels que musique, théâtre, danse, mime, "tai chi", dans des groupes de croissance personnelle en travail sur les rêves ainsi que dans des séances de thérapie individuelle en "gestalt" et en respiration consciente.

Ma surprise a été de découvrir comment, en faisant confiance à ce que je sens ou, dit autrement, aux messages que l'inconscient m'envoie, j'ai eu des idées pour aider mes étudiantes et mes étudiants et comment, en retour, ces expériences positives, appliquées à ma production, m'ont ouvert des portes nouvelles. C'est ce que je désire partager dans cette thèse en espérant qu'elle soit profitable aux personnes passionnées de l'enseignement et de l'art.

Je m'interrogerai donc d'abord sur la demande de la personne qui veut étudier en arts, puis sur l'expérience perceptive du dessin et de la peinture comme tels dans l'apprentissage progressif de ces mediums. J'aborderai ensuite la façon dont progressivement me sont venues des idées de stratégies par rapport à la peur de peindre de mes étudiantes et de mes étudiants, puis par rapport à la mienne. Je développerai enfin comment j'en suis venue à utiliser des techniques de travail sur les rêves en peinture et comment je m'en sers avec mes étudiantes et mes étudiants).

On trouvera en annexe un entretien avec Micheline Bourque et Jaber Lutfi, enregistré dans mon atelier en

janvier 1990, entretien qui portait sur nos stratégies personnelles comme artistes pour traverser nos peurs de créer et qui me servit de piste de départ pour écrire mon texte. On trouvera, également en annexe, quelques documents visuels illustrant des concepts développés en cours de texte.

## CHAPITRE I

### Apprendre l'art: quelques bonnes raisons d'avoir peur

La peur de créer est une énigme intéressante que je ne voudrais pas réduire trop vite à un profil précis par crainte de passer à côté, car mon hypothèse est qu'elle est utile et pleine de renseignements, si on sait la reconnaître.

Pour ce faire, il me paraît indispensable de se questionner pour savoir ce qu'une personne vient demander à sa professeure ou à son professeur lorsqu'elle veut suivre des cours d'art.

A un premier niveau de réponse je dirais ceci: il m'est apparu que le désir de presque chaque personne est d'apprendre à produire quelque chose de "valable", c'est-à-dire d'original, de bien fait et qui soit reconnu comme tel par soi et par ses pairs. Et si j'essaie de me rappeler les attentes que j'avais lorsque je suis entrée aux Beaux-Arts en 1979, elles étaient très semblables à cela, même si je ne voulais pas me l'avouer, car le terme "valable" m'a toujours exaspérée.

Bien sûr quelques personnes viennent au cours, et le formulent elles-mêmes ainsi, simplement pour avoir du plaisir et se détendre en jouant avec la matière. Mais ces personnes ont tôt fait, après quelques cours, de se laisser prendre au jeu et commencent à exiger d'elles des résultats bien

ambitieux par rapport à leur demande initiale.

En bref, ces personnes se découvrent impliquées comme les autres dans un processus de création où le miroir, l'image produite, éveille l'inquiétude de la confrontation avec le reflet et joue sa mission magique du "qui suis-je?", "ai-je du talent?", "ce que je fais est-il valable?", "l'art, est-ce pour moi?".

Cette inquiétude nous conduit, il me semble, à un autre niveau de réponse, car le dessin ou le tableau que je viens de faire est là au mur, image étrangère, extérieure, indéniable.

Ce fameux koan zen, "qui suis-je?"<sup>7</sup>, se pose, à mon avis, comme la pierre philosophale du processus créateur dans la mesure où, en se projetant dans la matière, peu importe le médium, la forme déployée se manifeste comme une étrangeté souvent difficile à accepter comme étant "sortie de soi": "cela ne me correspond pas"... et le désir de se reconnaître pour prendre possession de soi, de savoir "qui on est", se trouve frustré par une déception à la mesure de son attente.

Mais pourquoi cette attente est-elle si grande?

L'art se joue dans la représentation: rendre présente, manifeste dans la matière, captable par mes sens et ceux d'autrui, une forme qui a besoin de ce médium pour exister.

---

<sup>7</sup> Je ne sais pas où j'ai trouvé ce koan, sans doute à une méditation "zen" au dojo "zen" de la rue Gilford à Montréal que j'ai fréquenté pendant quelques mois.

Incarner dans la matière ce que je cherche à dire, à me révéler, l'urgence intérieure, ce qui pousse pour sortir, le "bébé", ce que j'ai besoin d'exprimer pour le reconnaître, pour que cela m'apparaisse, pour que j'en prenne conscience, que je sache qui je suis et qu'enfin je me découvre et me retrouve: le "connais-t toi-même" de Socrate, voilà l'enjeu.

Oui, il y a une grande peur de laisser cette porte s'ouvrir. Pourquoi? Ah! Voilà!

Il est sûr que l'expérience des premiers dessins est déroutante. Sans doute parce que, au début, on ne se reconnaît pas dans ce qu'on produit. Tout se passe en effet comme si un côté caché de soi "sortait", comme si on éprouvait un besoin pressant de se manifester des aspects de soi qui ne "collent" pas avec ce qu'on connaît de soi: "Ce n'est pas moi, ça!".

Je ne parle pas ici seulement de la gaucherie de ces premiers dessins. Je pense entre autres à l'exercice de dessin dit "en aveugle" où l'on dessine sans regarder sa feuille, exercice que je fais faire généralement au tout premier cours. Il arrive souvent, pour donner un exemple à mon propos, que des femmes qui se perçoivent comme très délicates et très féminines se surprennent, en dessinant en aveugle, à produire des dessins d'une force impressionnante, avec une ligne affirmée, définie et une composition qui occupe l'espace de toute la feuille (24" par 36"). Leur réaction en

regardant leur dessin est généralement négative: elles perçoivent ces traces comme masculines et absolument étrangères à leur personnalité... Et ceci n'est qu'un exemple parmi tant d'autres.

Bien sûr, on pourrait épiloguer longtemps sur la théorie de l'animus et de l'anima de Jung (dont je me sers d'ailleurs évidemment pour les rassurer), mais comme tel n'est pas ici mon propos, je poursuis.

Tout se passe en effet comme si l'image de soi qu'on reconnaît, celle que je pense être, en emprisonnait une autre qui donnait l'impression de "pousser" pour sortir et attendait la première occasion pour se manifester, ce qui ressemble fort à la rencontre avec l'ombre chez Jung. Ce que j'ai perçu dans l'atelier est que cette terreur de se rencontrer soi-même peut se vivre dans l'expérience comme terreur de rencontrer ses "défauts", ses monstres intérieurs, ses désirs "inavouables" (pour employer ici un langage freudien) ou encore non conformes à ce qu'on a cru qu'on nous demandait, terreur qui est d'ailleurs justifiée par la menace du rejet, de la non acceptation de la communauté.

L'image qu'on a de soi n'est-elle pas souvent conforme aux attentes d'autrui?

Et si on ajoute à cela que dans le processus d'apprentissage en art, le "défaut" passe par le manque de technique: en osant dessiner, je mets sur papier que je ne sais pas dessiner et j'accepte de le rendre visible, alors

l'épreuve n'est pas mince pour un ego qui ne sait pas en rire...

Se vit donc le besoin profond de savoir qui je suis, c'est-à-dire de contacter ma différence, et pour ce faire de l'exprimer. Ainsi s'expérimentent en même temps le besoin de la découvrir et la peur de la découvrir, le besoin de se saisir comme unique, différent, "original", et la peur d'être rejeté à cause de cette différence (la non reconnaissance), risque qui, s'il est assumé, engage dans le processus de différenciation (Jung) et crée avec autrui une complémentarité s'il y a accueil de sa part, ou l'isolement s'il y a fermeture, mais cheminement qui conduit assurément à soi.

Le besoin de trouver un langage formel qui manifeste, qui rende visible sa différence et par le fait-même la communique est, il me semble, la raison qui amène l'étudiante ou l'étudiant à suivre des cours. Je dirais même plus le besoin de trouver un langage propre, le sien, et de le maîtriser.

C'est la maîtrise de son langage qui permet à l'artiste dans sa différence de "passer la rampe", c'est-à-dire paradoxalement d'atteindre à l'universalité en laquelle autrui se retrouvera et, ravi de découvrir cette complicité intérieure, criera "au génie" de l'avoir exprimée d'une façon aussi nouvelle, aussi originale, aussi... différente.

La reconnaissance arrivera peut-être, jamais assurée puisque sujette à la différence de celui ou de celle qui

regarde, qui se reconnaîtra ou non dans le processus d'exprimer sa différence.

Ainsi donc, la peur de se laisser aller serait corollaire à la peur de s'exposer au regard, le sien propre, souvent le plus aveugle, le plus conventionnel et le plus cruel pour les raisons que j'ai dites plus haut. et celui d'autrui qui, bien sûr, se servira du tableau comme d'un support de projection pour entrer dans un espace intérieur personnel et stimulant (...ou non) ou, plus souvent qu'autrement, ... cherchera dans l'oeuvre celle que lui-même rêverait de produire, espace dangereux pour une professeure ou pour un professeur qui n'est pas en production. C'est un phénomène auquel je suis sensible en ce moment puisque je n'ai pas le temps de peindre à cause de ma thèse. Ce problème pourrait servir de sujet de mémoire en soi et serait passionnant<sup>8</sup>.

Me permettrai-je d'oser ici une hypothèse qui me semble logique? Il m'apparaît qu'on reconnaît chez autrui ce qu'on s'offre à soi-même, à savoir, oser ou non exprimer sa différence: si je ne me permets pas de contacter ma différence et de l'exprimer clairement, je me sentirai menacée par la bizarrerie de la différence d'autrui et attirée par les oeuvres dont le moteur est la peur d'exprimer sa différence

---

<sup>8</sup> Bien sûr, j'ajouterai que ce mémoire a enrichi la qualité théorique de mon enseignement et qu'il nourrit cette autre qualité du professeur qui est celle de pouvoir expliquer, justifier son attitude pédagogique auprès des étudiantes et des étudiants qui ont besoin à certains moments de comprendre de façon claire ce qui se passe dans leur processus.

(un académisme dont la convention me sied). Par contre, si j'ose exprimer ma différence avec force et enthousiasme, ce sont les oeuvres dont le moteur est la peur d'exprimer la différence qui m'ennuieront et celles où c'est le courage et l'enthousiasme de l'exprimer qui me nourriront.

Et si je reposais la question ainsi: qu'est-ce qui différencierait l'expression de la différence de l'académisme?

On pourrait considérer l'académisme ironiquement comme une tactique pour... répéter habilement une différence déjà affirmée, ce qui ressemblerait fort à la négation de la différence.

Mais pourquoi ne pourrait-on pas se servir de l'académisme pour exprimer sa différence? Il y a une grande variété d'académismes...

Ou à l'inverse, avoir du métier est-il nécessairement de l'académisme? Et avoir un langage clair et compréhensible, de même? Ou, si je peux me permettre d'ironiser sur ce que je serais bien tentée d'appeler l'académisme actuel, peindre sereinement, sensuellement est-ce académique?<sup>9</sup>

Au fond, la différence étant toujours différente...à des

---

<sup>9</sup> Je me permets ici de parler de la sensation désagréable que j'ai souvent, comme si peindre de façon colorée était "dépassé". Or, il m'apparaît que le véritable académisme est peut-être dans la condamnation de cette sensualité. Bien sûr tout ceci semble contradictoire et l'est: ce qui est académique, c'est le fait de condamner, de mépriser, d'imposer des normes; mais ceci se fait de façon subtile, insidieuse. Certains de mes anciens étudiantes et étudiants me disent que depuis qu'ils sont à l'Université, ils n'osent plus peindre en couleurs.

degrés divers... et n'étant jamais absolue, faute de quoi il n'y aurait pas non plus de communication, on pourrait tenter cette affirmation que les oeuvres nous font plaisir ou nous ennuient selon notre humeur du moment, le regard et l'intérêt changeant avec une quantité innombrable de variables.

Voilà qui finalement ne dit rien du tout sur le mystère de la subjectivité qui régit la relation avec une oeuvre.

Mais cette situation absurde n'est peut-être pas sans intérêt quand on étudie la relation de rejet ou d'accueil qu'on éprouve devant une oeuvre, surtout lorsque c'est la sienne ou celle de nos étudiantes et de nos étudiants. Car, comme professeures et professeurs d'art, voilà bien le piège qui risque de nous attendre puisque notre travail est précisément de réagir aux tableaux des étudiantes et des étudiants, lesquels sont eux-mêmes aux prises avec leurs propres réactions.

Mon hypothèse est que le passage à l'expression de soi se produit dans le contact avec son émotion. Et bien sûr, c'est ici que surgit la peur, l'émotion étant plutôt... émotive que rationnelle et faisant surgir des sensations souvent désagréables, inconfortables, voire interdites (la colère est vilaine) et incontrôlables. En effet je ne peux pas décider de la nature de mon émotion pour aujourd'hui. Je ne peux qu'accueillir celle qui se présente comme on accueille au fur et à mesure la température qu'il fait dehors sans autre choix que d'en tenir compte ou non...

L'expérience à la fois de ma production et des ateliers avec mes étudiantes et avec mes étudiants me fait dire que si on accepte cette émotion ("Oui, j'ai de la colère!"), elle se transforme en énergie. Le secret est de l'accepter, ce qui n'est pas évident dans une société qui la nie comme le fait la nôtre. Car au fond l'émotion comme telle n'a aucune valeur morale. Est morale, l'action qui en découle. Pour reprendre la métaphore de la température, il y a toujours une température comme il y a toujours une émotion, et plus celle-ci circule, plus il y a de variété et de richesse dans le tableau. Ce pourrait être une façon de voir le raffinement et la sensibilité en art.

Mais comment amener les étudiantes et les étudiants à contacter leurs émotions pendant qu'ils créent? Comment les amener à un savoir technique tout en étant en contact avec leur émotion?

Mon hypothèse est que si l'apprentissage technique se produit indépendamment de l'émotion, au moment où la personne se mettra à peindre ou à dessiner, il y aura un court-circuit entre l'émotion et la technique et le contact ne se fera pas: la personne se retrouvera "sans idée". A l'inverse si on méprise la technique au profit de l'émotion pure, on assistera rapidement à une frustration énorme: on plafonne parce qu'on n'arrive pas à faire ce qu'on veut. Il s'agit donc d'apprendre à dessiner et à peindre en contact avec son émotion. Est-ce possible?

Il se passe un phénomène étrange que j'ai remarqué à la fois chez mes étudiants et chez mes étudiants autant que chez moi: lorsque, dans des "moments de grâce" où la main ne fait qu'un avec l'oeil et qu'il n'y a pas de doute ni de décalage entre les deux, comme si la main "savait", eh bien il s'ensuit toujours un état de plaisir, de bonheur et de relaxation, qui correspond, semble-t-il, à l'état dit "en onde alpha"<sup>10</sup>.

C'est l'espace intérieur qu'on recherche lorsqu'on crée, qui se présente sans qu'on l'ait vu venir et ne se reproduit justement pas sur commande. Mais comment retrouver cet état de grâce si agréable et si capricieux?

La clé m'apparaît être du côté des techniques dites "grâce au lobe droit du cerveau" et je rends ici hommage à Madame Betty Edwards. Il me semble que le phénomène en est un de perception et que c'est ici que la relation entre l'"intérieur" et l'"extérieur" se produit.

Exprimer comment moi je vois (si on est artiste visuel), voilà bien la porte pour exprimer visuellement qui je suis et donc ma différence. Mais cette expression de "comment, moi, je vois" est tronquée si on m'apprend comment je dois voir

---

<sup>10</sup> Je ne peux pas me rappeler comment j'en suis venue à connaître les ondes "alpha", mais je peux donner cette référence que je viens de trouver en librairie:

Jess Stearn, The Power of Alpha Thinking: Miracle of the Mind, (New-York: William Morrow and Company, 1976; New-York: Signet, 1977).

pour faire un dessin "correct", un "bon" dessin. La révélation de "comment je vois" ne se produira que si je réussis à créer un contact direct entre la main et l'oeil sans passage par une norme rationnelle qui mesure: pour caricaturer employons ici la métaphore du pouce levé de l'académisme.

Puis-je, moi, comme professeure, enseigner à mes étudiantes et à mes étudiants à voir comme ils voient sans les gainer dans un moule perceptuel qui leur enseigne comment ils "devraient" voir pour voir "correctement"?

Car je suis tout de même persuadée que j'ai appris à voir, et il me semble bien que je vois, c'est-à-dire que je suis consciente de la façon dont je vois, et que je me sers de cette conscience-là... chose bien difficile à prouver, on en conviendra.

## CHAPITRE II

Dessiner et peindre en contact  
avec ses émotions:  
percevoir l'espace négatif

Puis-je apprendre à garder le contact avec ce que je vois? Puis-je apprendre à garder le contact également avec ce que je sens si je garde le contact avec ce que je vois? Puis-je enfin apprendre à dessiner de façon "valable" en gardant le contact avec ce que je vois et avec ce que je sens?

Je crois toucher ici un point important. Prenons exemple avec le dessin. Pourquoi le "pouce levé" ne m'apparaît-il pas une solution intéressante?

Parce que c'est une technique trop laborieuse et qui coupe le rythme et le contact.

Par contre si je regarde à côté de la forme que je veux dessiner et dont je cherche les proportions, c'est-à-dire si je regarde l'espace négatif, les proportions m'apparaîtront immédiatement sans que j'aie à mesurer et donc à couper le contact visuel et émotif avec ce que je vois (cf illustration 1).

Ce faisant, j'enrichis ma composition d'un élément visuel de plus, le contexte, tout en interprétant les relations entre les formes de façon subjective. Ce qu'on constate lorsqu'on découvre à la fin du cours que chaque personne a un style bien à elle.

Je perds ainsi la sensation de "contrôler" ma forme (puisque je ne sais pas une fraction de seconde à l'avance où mon oeil choisira de se poser), mais je gagne l'intégration de ma forme à un contexte créé dans le même esprit: tout s'intègre. Cela résoud le problème de composition d'un fond inexistant: par exemple le modèle qui flotte dans le cosmos au milieu de la feuille, ou encore cet autre problème du fond qui, lorsque réalisé avant la "forme" ou après celle-ci, "rajouté", est plaqué, inintéressant.

J'ai remarqué également que si j'amenaï les étudiantes et les étudiants à entrer à l'intérieur des formes (cf illustration 4), c'est-à-dire à ne pas en rester au contour, à percevoir que la ligne est la rencontre de deux taches et non la limite d'une forme qu'elle enferme, qu'elle se module selon les textures qu'elle touche et que l'oeil, suivant toujours pour son plaisir, car c'est un sens, des chemins intéressants, guidera la main nécessairement vers des formes et des compositions intéressantes (cf illustration 4 et 5) et ceci, même "en aveugle", c'est-à-dire lorsqu'on dessine sans regarder sa feuille, eh bien il se produit alors chez ceux et celles qui laissent vraiment leur main suivre leur oeil un lâcher prise très rapide comme si l'oeil se laissait prendre par ce qu'il voit, ce qui donne la sensation subjective que le temps s'arrête. Je le constate à leur état de plaisir, de concentration et de détente soudain. J'ai remarqué que les dessins réalisés dans cet état étaient plus intéressants

visuellement que ceux qui les avaient précédés dans la même séance.

En effet, les dessins réalisés ainsi donnent l'impression que l'espace négatif a été "vu". Et les étudiantes et les étudiants, c'est manifeste lorsqu'on regarde les dessins ensemble à la fin du cours, n'en ont pas eu conscience et ne le voient pas encore.

J'ai compris qu'en m'appliquant à leur rendre cette perception consciente le plus vite possible, le lâcher prise se produit plus rapidement. Ils apprennent à dessiner en gardant le contact avec ce qu'ils voient, à se laisser "emporter" par ce qu'ils voient sans qu'un jugement négatif ne vienne interférer, créant une coupure avec ce qui est vu, auquel cas apparaît une touche rigide et "conceptuelle"<sup>11</sup>, quelque peu ennuyeuse, en tout cas non sentie et sans intérêt, qui "rend compte" d'une forme plus ou moins habilement et laisse toujours la personne dans un état d'ennui et de lassitude qu'elle m'avouera si je le lui demande.

Je laisse le soin aux chapitres suivants d'expliquer les stratégies que j'ai développées lorsque cette impasse se présente.

Bien sûr les étudiantes et les étudiants ne font pas que dessiner en aveugle, mais je les encourage à ne regarder leur

---

<sup>11</sup> Par exemple le concept d'oeil, c'est-à-dire l'oeil dessiné comme une amande plutôt que cet oeil-ci que je vois et qui est unique.

feuille que lorsqu'ils pourro.t le faire sans se juger négativement.

Cet "espace négatif" qui finalement n'est pas négatif du tout, nous avons pris l'habitude à l'atelier de l'appeler, faute de mieux, "la forme d'à côté". Il n'est pas facile de trouver des termes qui expriment cette perception de façon à ce qu'on saisisse facilement l'expérience à laquelle on fait référence, peut-être parce qu'il ne s'agit pas là d'une expérience simple au départ.

Ainsi donc, lorsque la main est véritablement alignée avec l'oeil (je parle ici surtout de dessin au fusain), il s'ensuit une touche sensible et très personnelle: je le répète, on reconnaît les "styles" de chaque personne dès la fin du premier cours (cf illustrations 4 à 8).

En outre, atout visuel intéressant, la structure du dessin ne dépend plus de la ligne de contour, mais de la perception de l'espace négatif, de la "forme d'à côté", ce qui libère la main pour une touche beaucoup plus libre, plus sensuelle et plus variée. C'est ainsi que des dessins très gestuels dans leur facture acquièrent une puissance extrême à cause de la clarté de la structure qui a été "vue" par la perception de l'espace négatif (cf illustration 6, dessin de gauche), ce qui me paraît fondamental en sculpture et aussi en peinture.

L'exercice du collage m'a également permis de développer la perception de l'espace négatif: en "promenant" un papier

coloré sur un autre déjà collé, on se trouve à modifier la forme de ce dernier qui joue en l'occurrence le rôle de l'espace négatif ou de la "forme d'à côté" (cf illustrations 9 et 10).

En se laissant prendre à ce jeu purement perceptuel, les étudiantes et les étudiants développent, à condition de se laisser aller, des compositions riches et très structurées. Cette structure aura tendance à se retrouver d'un collage à l'autre chez la même personne sans qu'elle ne soit reconnaissable de près, encore moins consciente. J'ai découvert avec surprise que cette structure devient très claire lorsque la personne se laisse aller, lâche prise, "passe en alpha"<sup>12</sup>.

Cette constatation, à savoir que le "lâcher prise" créait des tableaux structurés, m'encouragea à poursuivre dans cette direction: amener les étudiantes et les étudiants à devenir conscients du phénomène pour qu'ils puissent le reproduire en cas de difficulté; c'est-à-dire penser à regarder "à côté", ce que précisément on ne fait pas, quand on est en difficulté, quand "ça va mal!".

Que se passe-t-il en effet quand "ça va mal"?

On veut en "finir", on veut "arranger ça", on veut avoir

---

<sup>12</sup> S'il est vrai qu'on passe en alpha, ce que je crois, mais bien sûr, je n'ai pas l'équipement pour mesurer les ondes cérébrales pendant que mes étudiantes et mes étudiants produisent et finalement cette vérification ne changerait rien à la réalité ni du plaisir du lâcher prise ni de la beauté de ces dessins...

le "contrôle" sur la forme.

Or d'après mon expérience, le problème (et donc la solution) est toujours précisément juste à côté. S'obstiner sur la zone qui va mal ne fait qu'empirer la chose et exaspérer la sensation d'impuissance et de frustration qui est déjà si pénible. C'est ici qu'on peut parler de "lâcher prise", de cette expérience de "décrocher" de cette hantise, de se permettre de laisser aller, attitude chère à la vieille tradition taoïste de la non résistance dont me parle souvent mon maître de "tai chi", Man Charm Lee, qui compare la sagesse à de l'eau qui coule sans résister, sans s'accrocher.

La Voie du Ciel est celle  
 Qui vainc sans batailler (...),  
 Et qui oeuvre sans se forcer.<sup>13</sup>

J'ai constaté à un niveau symbolique un "hasard" intéressant: presque à chaque fois que je sens la personne frustrée par ce qu'elle est en train de dessiner en ayant l'impression exaspérante qu'elle ne voit plus rien, je jette un regard sur sa feuille et je constate qu'elle vient de fermer sa forme. Et ceci est particulièrement frappant en portrait: dès que l'oeuf du visage est fermé, c'est terminé, la personne a la sensation qu'elle ne peut plus rien ajouter, qu'elle ne voit plus rien: elle vient de s'enfermer!

Il se produit le même phénomène en modèle vivant lorsque

---

<sup>13</sup> Lao-tzeu, La Voie et sa vertu: Tao-tê-king, traduit et présenté par François Houang et Pierre Leyris (Paris:Seuil, 1979), p.165.

la personne fait le contour du corps et ferme la forme: le dessin ne peut plus se poursuivre. La personne me dit alors, déçue, qu'elle ne voit plus rien <sup>14</sup>.

Or il y a eu un stress: on a forcé l'oeil à revenir, à "finir" la forme pour que "ça ait l'air de", mais l'oeil était déjà parti ailleurs et on a interrompu son cheminement naturel, on l'a ramené à la forme en cours pour "terminer", pour "en finir" avec cette bouche ou ce nez "qui n'a pas l'air de", "qui est affreux" et qui me résiste.

Je prétends que cela crée un stress parce que je constate que cette habitude disparaît quand la personne cesse de nommer ce qu'elle dessine: il n'y a plus de nez, plus de bouche, plus d'yeux, il y a seulement des ombres et des lumières qui ont des formes et qui se rencontrent. Et c'est alors que paradoxalement, la ressemblance devient souvent troublante... vu de loin, précisément quand on ne "nomme" plus, quand on ne voit plus que des ombres et des lumières (cf illustration 6: Anne-Marie qui dessine Anne ou illustration 2: Jaber qui me dessine).

J'ai découvert ici qu'il était important que mes étudiantes et mes étudiants comprennent ma démarche, qu'ils saisissent que, dans un premier temps, il s'agit de lâcher prise, d'enligner la main avec l'oeil et d'assouplir la main,

---

<sup>14</sup> Il est normal pour les personnes débutantes de ne plus rien voir après trente secondes, mais je ne parle pas ici de ce phénomène, car beaucoup de dessins de trente secondes sont terminés avec satisfaction: la forme demeure en général ouverte .

en même temps que de développer le plaisir de voir et de garder le contact avec ce qu'on regarde. Entre-temps la capacité de concentration augmente d'elle-même, à condition de ne pas forcer.

A ce niveau-ci, la sélection de la surabondance des éléments se fait par l'oeil, d'où la garantie au point de départ d'un style personnel puisque c'est mon oeil qui sélectionne, d'une figuration saisissante puisque je suis plus en contact avec ce qui est vu, et d'une composition cohérente car la perception, si on la laisse à elle-même, est très logique.

Je sais qu'en amenant les étudiantes et les étudiants à percevoir la forme d'à côté, je les introduis dans un espace étrange qui les détend et, ce faisant, les met en contact avec des émotions imprévisibles.

Après un certain temps, en général un semestre, mais c'est évidemment variable, la personne en arrive à une période qu'on a appelée à l'atelier la "brume": on ne comprend plus ce qui se passe: la main suit l'oeil, elle a pris de l'autonomie, elle sait où aller et la conscience n'a plus à la surveiller. Celle-ci n'est d'ailleurs pas assez rapide pour le faire, car l'oeil ne sait pas d'avance où il se posera et la main qui travaille en contact étroit avec lui se pose sur le papier rigoureusement en même temps que lui sur la

forme<sup>15</sup> (cf illustrations 1,2,3).

Cette expérience puissante et étonnante produit un effet de panique et d'excitation en même temps. Pourquoi?

Il n'y a pas de décalage entre ce que fait l'oeil qui semble fonctionner de façon autonome, et ce que fait la main qui fait de même: elle est déjà arrivée avant même que j'aie eu le temps de le lui dire. Il n'y a donc pas d'espace pour une prise de décision consciente, mentale, ce qui créerait une coupure entre les deux, ou disons plus rigoureusement que l'espace est mince et qu'il n'y a pas de doute.

Nous connaissons cette expérience lorsque nous apprenons à dactylographier: il arrive un moment où le doigt se pose de lui-même sur la lettre à taper sans qu'on ait eu conscience de le lui avoir "dit". Et alors on s'inquiète: on revient sur le texte pour vérifier. Il y a un plaisir, une excitation, en même temps qu'une frustration: comme si la conscience perdait un privilège: "Le doigt s'est rendu avant moi!".

Il se passe le même phénomène en dessin d'observation. Au début on répète la vérification, ce qui casse le rythme, jusqu'à ce qu'on se fasse suffisamment confiance pour vraiment lâcher prise.

Lorsque la main a appris, l'étape suivante est que l'oeil voit davantage et alors la main revient sur l'information et

---

<sup>15</sup> Nous sommes ici dans ce qu'il est actuellement convenu d'appeler les techniques dites du "lobe droit du cerveau", mais qui existent bien sûr depuis toujours.

rajoute des éléments. Or ceux-ci peuvent être décalés par rapport aux indications antérieures, ce qui crée la sensation d'avoir fait une erreur la première fois.

Je remarque à l'atelier et chez moi différentes façons de réagir à ce phénomène:

1. on peut prendre l'attitude de "corriger l'erreur", ce qui coupe le contact avec ce qui est vu;

2. celle de faire un compromis, d'"arranger ça" en trichant un peu sur ce qu'on voit pour que ça "arrive" avec ce qui est déjà sur la feuille, ce qui d'après mon expérience provoque une sensation de dégoût et d'ennui en peu de temps: on perd intérêt au dessin;

3. ou encore celle de réaffirmer ce qu'on voit ici et maintenant, même si ça n'arrive plus avec ce qui est déjà sur le papier. On conserve ainsi le rythme du dessin de même que son intérêt parce qu'on garde le contact avec ce qui est vu: les formes commencent alors à danser et à se déplacer sur la feuille. On est prêt à passer à un médium qui permet les superpositions (cf illustration 11).

C'est cette dernière attitude que je propose en atelier, mais elle demande de l'humour: on a l'impression qu'on est perdu: on ne comprend plus rien, c'est la brume. Ce qui se vit subjectivement ainsi: l'oeil et la main savent où aller, savent quoi faire et moi, je ne comprends plus rien, c'est le fouillis total sur mon dessin vu de près. De loin, c'est magnifique et saisissant de vérité, de fraîcheur et de

mouvement.

On gagne la gageure de pouvoir travailler longtemps sur le même dessin tout en conservant sa spontanéité. Et je crois que c'est juste: on travaille fort en même temps qu'on a une sensation de tonus, de vivacité, d'excitation ou de stimulation.

La perception de la forme d'à côté introduit immédiatement celle des ombres et des lumières selon la dynamique du "figure-ground", de la forme et du fond, où une forme devient le fond de la "forme d'à côté", puisqu'en dessinant une ombre par exemple, je vois la lumière que la forme de cette ombre fait surgir à côté d'elle. Ainsi je ne dessine plus l'ombre seulement pour elle-même, mais pour faire sortir la lumière et la lumière pour sculpter l'ombre (cf illustrations 1,2,3).

La structure du dessin ou du tableau ne dépend alors pas d'une ligne de contour qui enferme une forme, mais des relations entre les taches d'ombre et de lumière perçues. Cette perception peut ensuite s'exprimer par une ligne qui décrit la rencontre de deux taches qui peuvent être ici deux lumières perçues comme taches. Le dessin demeure alors ouvert, la gestuelle souple, la ligne agressive ou délicate, le jeu de la perception se poursuit infiniment puisque les formes peuvent bouger: la structure est assurée par ailleurs.

J'essaie d'amener les étudiantes et les étudiants à comprendre que l'expérience visuelle est la même en couleur:

chaque ombre et chaque lumière, en plus d'avoir sa valeur, possède sa vibration colorée, sa tonalité, ajoutant cette excitation visuelle à la rencontre de la forme d'à côté qui devient encore une fois son fond (cf illustrations 9, 10 et 13). Ainsi l'oeil ne s'attarde plus sur une forme pour en prendre le "contrôle", mais se laisse happer par la "forme d'à côté" et voyage de façon imprévisible mais continue. Et si on regarde les tableaux de Cézanne, cette façon de voir me paraît bien correspondre à l'aventure perceptuelle qu'il vivait.

J'ai remarqué que l'apprentissage soutenu de cette manière de voir, car il s'agit d'une transformation profonde de la perception (et je rends ici hommage à François Déry et à Jean Goguen de me l'avoir enseignée) non seulement procure un plaisir intense, mais prédispose, lorsque cette technique est utilisée en imaginaire, à l'état de rêve dont je parlerai plus loin. Je laisse Micheline et Jaber en dire davantage dans l'entretien (cf annexe), car celui-ci est passé maître dans cette perception et Micheline y parvenait souvent.

Le phénomène de "la brume" dure environ trois mois si la personne y met de l'énergie: après cette période, ce n'est pas que la brume disparaisse, mais plutôt que la personne lâche prise dans la brume: la brume ne dérange plus, elle devient agréable.

Puis la concentration ayant augmenté, le besoin d'apprendre à superposer les formes, couleurs, textures, se

fait sentir. Il y a ici un savoir de peintre à intégrer.

Généralement, après ce passage, la personne poursuit cette démarche en imaginaire en peinture (cf illustrations 14, 15 et 16). La perception intégrée de la "forme d'à côté" produit l'effet étrange qu'on ne manque plus d'idées: la main semble "branchée" sur une information inconsciente, l'oeil voit avec plaisir les "accidents" qui se produisent dans cette gestuelle improvisée et, en peu de temps, les formes se créent, surgissent comme si elles le faisaient "d'elles-mêmes".

Et enfin la liberté de la main, la permissivité, le plaisir de "voir ce que ça va donner", l'expérience et l'exploration de la surabondance de ce qui "sort", aussi nécessaires soient-elles, aboutissent après un certain temps à un nouveau plateau: on n'avance plus.

Le besoin d'une cohérence, de réaliser un tableau "fini", complexe, résolu, devient impératif. Il y a ici une distance qui se prend avec le tableau, une réflexion qui s'opère entre les sessions de travail, tout en conservant la même attitude de lâcher prise pendant le travail.

Alors surviennent une nouvelle peur ainsi qu'un nouveau plaisir: la peur de gâcher ce qu'il y avait dessous, ainsi que le plaisir de pouvoir peindre plus longtemps sur le même tableau, de transformer, d'enrichir ce qui était parfois plus pauvre, de superposer des matières pour créer des textures, aventure hasardeuse qui conduit à la maîtrise d'un métier,

d'un langage plastique, mais qui suppose à nouveau l'exploration, l'acceptation du gâchis ainsi que le risque dont parle Jaber (cf annexe) quand il dit que ça prend du métier pour savoir quoi conserver et que pour y arriver, il faut en avoir gâché plusieurs.

La superposition, le fait de pouvoir "déplacer" des formes, d'en voir de nouvelles qu'on n'avait pas vues au point de départ, d'en éliminer d'autres dont on ne veut plus, permet d'atteindre un niveau plus complexe, plus profond de l'inconscient, un message plus puissant, plus cohérent, plus subtil. C'est ici qu'on arrive à un achèvement, à boucler une boucle, à résoudre un tableau, à faire le tour d'un point, à épuiser un contenu... à embrasser un monstre qui se transforme en prince ou en princesse.

La simultanéité de la main avec l'oeil, qui voit toujours quelque chose de nouveau, superpose, revient sur l'information et la transforme, renforce la structure avec souplesse et la raffine; tout cela procure un plaisir immense.

Or ce plaisir même, maîtriser, transformer, ne pas être assujetti au tableau, ce que Castaneda appelait le "contrôle du non contrôle"<sup>16</sup>, fait peur à certaines personnes comme si, pour elles, il s'agissait d'entreprendre un travail infini:

---

<sup>16</sup> Carlos Castaneda, Le voyage à Ixtlan, traduit par Marcel Khan, Paris: Gallimard, 1974, p.111. Je n'ai pas retrouvé cette citation exactement telle que formulée plus haut, mais comme suit: "S'apitoyer sur son sort ne colle pas avec le pouvoir. Le tempérament d'un guerrier exige le contrôle de soi en même temps qu'un complet abandon de soi."

"Ah non! Il faut que je bouge toutes ces formes, c'est pas vrai!". Comme si, pour elles, la première affirmation avait été une erreur et qu'"être bon", c'était "y arriver" tout-de-suite, quand au fond on "y était" déjà depuis le début et que déplacer des formes constitue le bonheur de pouvoir continuer à peindre, de voir toujours davantage, ou de voir la suite comme un film qui se déroule ou comme on ne lit pas trop vite un bon livre pour "faire durer le plaisir", le plaisir aussi de porter un tableau comme on porte un bébé...

Il y a une peur du travail en même temps qu'il y a le plaisir du travail. Il y a la peur et le plaisir "d'aller jusqu'au bout", d'aller au fond de ce que je veux exprimer et dont j'ignore le contenu tant que je ne l'ai pas exprimé.

Cette rencontre avec soi, la rencontre avec le Minotaure, ne se produit généralement pas dans le contexte d'un cours, mais plutôt lors d'une pratique soutenue en atelier, dans un espace intime et personnel.

C'est à ce niveau d'autonomie que je désire conduire mes étudiantes et mes étudiants et pour ce faire les armer techniquement.

J'ajouterai que j'essaie de les rendre conscients que cette rencontre avec soi se produit non seulement au moment où je fais le tableau, mais aussi lorsque je le regarde une fois terminé et que m'apparaît ce que je viens de peindre, surprenant, étrange, dérangeant ou magnifique, ou encore me laissant coite.

Cette rencontre avec soi est toujours renouvelée à chaque tableau. Elle est sans fin, puisque le tableau est à la fois l'outil de transformation et son témoin: il demeure comme trace visible du champ de bataille, de la transformation accomplie ou de la retraite sans gloire, traces qui ne mentent pas et qui prendront des semaines ensuite à livrer leur secret, à maints niveaux, car le tableau réalisé en ce lieu intérieur ne s'épuise pas en un regard. L'oeil qui, mois après mois, continue de se poser sur le tableau, verra apparaître des choses qu'il n'avait pas vues au départ, révélation toujours étrange, comme si le tableau avait "changé". Et pourtant non, un voile est tombé, puis encore un, au long des victoires remportées sur d'autres tableaux, dans d'autres champs de bataille.

Il m'apparaît ici que l'attitude du chasseur et du guerrier chez Castaneda et aussi chez Lynn Andrews expriment bien comme métaphores l'attitude de l'artiste aux prises avec les révélations de son intériorité, monstres fascinants et apeurants, sa lutte contre ses fuites, expressions sournoises de sa peur.

Oui, les émotions et les sensations se succèdent de toutes sortes sur le chemin de la production: lassitude, ennui, exaspération ou satisfaction profonde, excitation, éclatement, joie intense, en succession. On ne sait qu'une chose: on garde le contact avec ce qui se passe, on reste là, on n'arrête pas quand ça va mal, on continue coûte que coûte.

C'est, bien sûr, ici que le doute s'introduit et qu'on arrête, croyant que "ce n'est pas pour nous", quand au fond finalement, il y a ceux qui se sont arrêtés et ceux qui ont poursuivi.

Tout cela n'est pas facile à faire comprendre à des étudiantes ou à des étudiants car, avec l'institutionnalisation des savoirs, ils sont coupés de l'apprentissage en atelier et donc du contact quotidien avec une artiste-maître ou un artiste-maître qu'ils verraient traverser ses doutes, ceci faisant également partie du métier.

Oui, c'est avec beaucoup de naïveté et de bonne volonté que la professeure ou le professeur acceptera l'aventure, sage-femme découvrant le nouveau-né en même temps que la mère... Le nouveau-né, le tableau, cet inconnu à apprivoiser qui s'est échappé et qui ne veut plus faire comme s'il n'était pas, parlant de ses origines et renvoyant le regard qui le saisit aux siennes propres.

Est-il "valable" ce tableau? Nous sommes maintenant loin d'une mesure objective qui intéresserait davantage le marché de l'art et/ou rassurerait son auteur, le plaisir de voir ne pouvant s'acheter, mais se développant avec la générosité qu'on s'accorde à soi-même.

### CHAPITRE III

Les origines de mon intérêt:  
mes premières confrontations avec la peur  
de mes étudiantes et mes étudiants.

Ma recherche sur les mécanismes de résistance en créativité et les techniques pour traverser sa peur a commencé peu de temps après mes premières expériences dans l'enseignement des arts plastiques.

Je donnais alors des cours à des personnes qui venaient pour des raisons variées: apprendre à dessiner et à peindre, apprendre à s'exprimer ou venaient tout simplement par plaisir.

Je vivais alors l'expérience de la jeune professeure d'art qui cherche comment s'y prendre pour gratifier ses élèves. J'avais vite compris l'évidence: pour conserver mes étudiantes et mes étudiants, ils devaient s'apercevoir qu'ils apprenaient rapidement tout en ayant du plaisir.

En peu de temps je fus obligée de constater que le plaisir ne venait pas nécessairement avec les bonnes intentions et que les perceptions qu'ils avaient de leurs progrès n'étaient pas forcément les miennes!

Plusieurs se décourageaient rapidement, se mettant à douter d'eux-mêmes parce que le résultat sur le papier ne correspondait pas à leurs attentes. Naturellement, ils désiraient avoir accompli leurs Beaux-Arts en une soirée...

D'autres personnes pour qui tout allait bien pendant les premiers mois et qui étaient très satisfaites, semblaient tout-à-coup toucher un mur et, après quelques cours de frustration et de mécontentement, abandonnaient.

Ma surprise fut totale lorsque, coup sur coup, trois étudiants, des hommes, qui ne se connaissaient pas entre eux, à la suite d'un cours où ils avaient fait des dessins remarquables et avaient quitté l'atelier dans la béatitude, ne réapparurent plus. J'appris plus tard qu'ils s'étaient tournés vers la photographie.

Il n'est jamais agréable pour une professeure ou pour un professeur de perdre ses étudiantes et ses étudiants et je commençais à m'inquiéter sérieusement malgré les encouragements de ceux pour qui tout se passait bien.

J'étais confuse.

En réfléchissant à la question je me rappelais cependant que certains professeurs que j'avais eus à l'université n'avaient pas été tendres envers moi et que, grâce à eux, j'avais traversé des peurs importantes. Au fond, cette manière directe de me provoquer m'avait encouragée à oser et je m'étais sentie soutenue plutôt que brutalisée. Je dois ajouter que je choisissais mes professeures et mes professeurs avec le plus grand soin.

Je demeurais perplexe.

Ce n'était pas dans mon caractère d'agir comme ces

professeurs et je savais que je devais trouver une manière qui me convienne d'être à la fois directe, confrontante et soutenante quand une étudiante ou un étudiant rencontrait un blocage.

J'essayais de voir comment je pouvais me servir du problème pour le résoudre, selon la bonne tradition de la pensée dialectique, mais il m'était difficile de découvrir concrètement comment la peur pouvait servir à désamorcer la peur.

J'avais beau dire à mes étudiantes et à mes étudiants que les résultats n'avaient pas d'importance, qu'il s'agissait d'expérimenter et de se faire confiance, ce qui suffisait à détendre certains, je sentais qu'il devait y avoir une solution plus efficace pour ceux et celles que cela ne convainquait pas.

Jusqu'au jour où, sur le pas de la porte, je surpris Nicole, une de mes étudiantes qui, manteau sur le dos, furieuse contre elle même, s'en allait sans demander son reste. Je savais qu'elle ne reviendrait plus et je jouai le tout pour le tout. Je m'interposai et, la regardant dans les yeux, lui demandai ce qui se passait quand elle se sentait ainsi. Elle me répondit: "Tout ce que je fais est nul!". Je m'entendis enchaîner: "Excellent, tu vas me faire un tableau super nul...!". Elle répliqua que c'était ce qu'elle faisait depuis le début et qu'elle en avait assez. Je lui rétorquai alors: "Faux. Tu veux faire quelque chose de beau

et tu es déçue. Moi, je te demande maintenant de faire quelque chose de volontairement très laid, de volontairement nul..."

Elle resta estomaquée, éclata de rire, s'assit sur une chaise, y pensa un peu, puis me regarda, les yeux pétillants: "Ça me tente". Elle osa un tableau dans des tons de terres riches, et juxtaposa enfin ses couleurs au lieu de superposer ses complémentaires comme elle ne pouvait s'empêcher de faire habituellement, ce qui aboutissait toujours à un tableau aux couleurs sales et sans forme. Pour la première fois elle structurait des formes avec des couleurs qui se complétaient plutôt que de s'annuler. A la fin du cours elle me remercia, m'avouant qu'au moment où je l'avais interceptée sur le pas de la porte, elle venait de prendre la décision de ne plus jamais peindre. Elle entra l'année suivante aux Beaux-Arts à l'UQAM.

Après cette expérience, je me risquai à utiliser cette technique avec d'autres personnes quand elles étaient confrontées à un blocage. Je découvris bien sûr que d'une personne à l'autre la façon de vivre ses propres blocages variait énormément.

Ce qui était commun à la plupart des cas était que la personne se répétait à elle-même un discours intérieur négatif. J'avais ainsi remarqué que les phrases qui revenaient le plus souvent étaient:

- Je n'y arriverai jamais.

- La peinture, ce n'est pas pour moi, je n'ai aucun talent.
- Je n'ai pas d'imagination.
- C'est laid, c'est affreux.
- C'est complètement disproportionné.

Je trouvais que l'image de la "cassette" rendait bien la sensation qu'on a lorsqu'on a peur, quand on se parle à soi-même et qu'on est convaincu que ce qu'on se dit à ce moment-là est "la vérité toute pure". Et c'est juste, on a vraiment l'impression "qu'on n'y arrivera pas" et que "c'est sans issue". Je constatais que cette "cassette" jouait un rôle auto-hypnotique paralysant, terriblement intoxicant pour la personne elle-même et pour les autres étudiantes et étudiants de l'atelier, car cela devenait rapidement communicatif.

Le vocabulaire de l'atelier s'enrichit donc d'un nouveau terme, la "cassette", et j'avouerai que l'humour qui accompagnait cette stratégie contribua passablement à alléger l'atmosphère. Le groupe adopta rapidement cette attitude et lorsque une personne commençait à se plaindre, les autres, avec sympathie, riaient de bon coeur, ayant déjà vécu la situation. Cela suffisait parfois pour que la personne reconnaisse d'elle-même son processus et "entende" sa propre "cassette". Evidemment, les groupes étaient restreints, de six à dix personnes.

Dois-je préciser ici qu'il s'agit d'une démarche qui

demande de la générosité envers soi-même et que le résultat ne vient pas de façon automatique. Certaines personnes s'y refusent et choisissent de se laisser arrêter par leur mécanisme de défense, ce qui bien sûr, est leur privilège.

En effet, si je reprends le processus plus en détails, cela se passe subjectivement comme suit. Il s'agit de prendre la "cassette", la petite "radio" intérieure, le monologue intime qui nous dispute, ce que Gendlin appelle le "critique", cette voix intérieure métallique qu'on écoute et à qui on donne de la crédibilité, de la mettre devant soi et de lui donner ce qu'elle veut:

- C'est laid?

- C'est affreux.

- Alors, encore plus affreux, généreusement laid!

On choisit les couleurs et les formes ou les associations de couleurs et de formes qui sont, pour soi, à ce moment-là, les plus laides, mais en gardant le contact avec ce qui est pour soi la laideur, c'est-à-dire qu'on ne "garroche" pas n'importe quoi. Il ne s'agit pas de se débarrasser d'une sensation en la projetant à l'extérieur. Tout au contraire. Quand au Tibet on dit: "Tu n'es pas disponible dans l'instant tant que tu n'as pas embrassé chacun de tes monstres", eh bien c'est de cela qu'il s'agit ici: embrasser, faire corps avec la sensation désagréable, et lui offrir un tableau. Je ne me souviens plus où j'ai lu que, dans le chamanisme, on offrait un cadeau au monstre: ainsi on était bien sûr qu'il était

devant soi et non pas derrière, en train de nous faire faire des bêtises...

On prend donc soin de se demander ce qui est vraiment laid maintenant pour soi: non seulement couleurs et formes, mais aussi coups de pinceaux ou manières de peindre, symboles, en accueillant ce qui se présente à l'esprit sans discrimination. On aura compris que discrimination signifie ici jugement négatif, condamnation intérieure, la "cassette", les freins à la créativité qui empêchent tout développement ultérieur.

En peu de temps le plaisir revient et le tableau se transforme "de lui-même": les découvertes picturales nourrissent la curiosité du peintre et le doute disparaît. Cela demande, bien sûr, un bon sens de l'humour (que tout le monde n'a pas, il va sans dire), mais c'est très efficace pour qui se le permet.

C'est ainsi que j'ai pris l'habitude de demander aux débutantes et aux débutants, quand ils font leurs premiers collages, d'en faire plusieurs petits et, sur la série, d'en faire un laid. Très souvent, faire un collage laid s'avère pour eux le déclencheur de leur créativité comme si la peur de se jeter à l'eau et d'associer des formes et des couleurs s'estompait lorsqu'ils se permettent de faire volontairement quelque chose d'affreux.

Il m'arrive, pour aider quelques personnes à prendre contact avec cet espace un peu particulier, de leur demander

d'imaginer qu'elles ont eu un contrat comme designer de théâtre pour faire un tableau très laid, car il y a dans la pièce un très mauvais peintre. Et si le tableau n'est pas assez laid, on devra donner le contrat à quelqu'un d'autre. Cette image réussit en général à créer une détente et ouvre la porte à des transgressions d'interdits personnels en renouvelant la palette et en créant des surprises d'associations de couleurs et de formes.

J'ai remarqué que ces collages ou tableaux dits "laid" sont, en général, riches en composition, structurés et émouvants, ce qui étonne les étudiantes et les étudiants lorsque, à la fin du cours, on regarde les tableaux. Il arrive d'ailleurs souvent que le collage qui devait être laid soit celui que les autres étudiantes ou étudiants du groupe préfèrent...

En effet, infailliblement, le désir "d'essayer juste pour voir comment ça va sortir, si je peins selon la cassette" donne des tableaux surprenants: audace, richesse des couleurs, trouvailles en composition et découvertes techniques.

Infailiblement aussi, le groupe va trouver le tableau intéressant.

Infailiblement encore, son auteur va continuer de le trouver affreux, intolérable, admettant tout de même qu'il ou elle a eu du plaisir à le faire.

Et, toujours aussi infailliblement, six mois plus tard, ces mêmes personnes à qui je demande de regarder leur

production passée me feront part de leur surprise en découvrant que ces tableaux qu'elles avaient trouvés si laids et qu'elles voulaient jeter, elles les perçoivent maintenant tout autrement et ont du mal à croire que c'est elles qui les ont réalisés. Elles sont surprises et heureuses.

Nous verrons dans le chapitre suivant comment cette stratégie m'a aidée à résoudre mon blocage pour ma production personnelle.

## CHAPITRE IV

### Une stratégie par rapport à ma propre peur de peindre

Cela faisait un peu plus de deux ans que j'enseignais quand je terminai mon baccalauréat en arts plastiques à Concordia. Nous étions en 1984.

Il est difficile pour moi d'exprimer le désarroi dans lequel je me suis trouvée à la sortie de l'université quand, seule dans mon atelier, devenue diplômée, j'étais supposée être une artiste.

Cette situation ironique se vivait de façon pénible. Je désirais peindre, me "trouver" en peinture, intégrer ce que j'avais appris dans une production qui serait mienne et je ne savais par quel moyen envisager le problème.

Comment fait-on?

"Se mettre" à peindre semblait si simple et provoquait en moi une inquiétude, une angoisse que j'étais loin d'avoir prévues. J'étais pourtant enfin débarrassée des contraintes universitaires, pouvant alors réaliser ce que je désirais, peindre, et, en même temps, je me sentais prise au dépourvu, abandonnée sur une île déserte avec pour toute ressource: moi-même.

Comme j'en ai fait part un peu plus haut, j'étais habile au travail d'observation, mais c'était trop facile. Ce qui était pour moi l'idéal à atteindre, l'objectif absolu, c'était

de peindre d'imagination, d'arriver à ce que Jean Goguen appelait "entrer en contact avec sa subjectivité".

Il me semblait que je ne savais pas si j'avais déjà été en contact avec ma subjectivité, mais que ce que je faisais était banal et qu'il devait y avoir quelque part une "révélation" (autre terme de Jean Goguen), un contact avec quelque chose d'intérieur plus puissant, plus éblouissant, plus fascinant, que ce que je contactais qui était intéressant, soit, mais qui, me semblait-il, ne donnait accès qu'à une salle d'attente intérieure. Et en effet je me souviens maintenant que je peignais souvent à l'époque une femme qui attendait...

Bref, la rencontre avec cette mystérieuse "présence" que je soupçonnais et à laquelle devaient me préparer ces innombrables exercices universitaires, le passage au salon avec sa cheminée pétillante (si on veut filer la métaphore), l'Oeuvre, étaient toujours différés, promis à plus tard, inaccessibles. J'avais l'impression que l'"on" ne m'appelait pas. Je restais là, à attendre.

C'était le début de l'été. J'avais toutes les vacances devant moi pour peindre avant que le gros de mon enseignement ne reprenne à l'automne (je conservais quelques cours d'été), c'était le temps d'en profiter. Mais peindre quoi? Comment a-t-on accès à ce qu'on veut?

Et, inquiétude encore plus grande, si je me mettais à peindre, mes étudiantes et mes étudiants se rendraient compte

que, au fond, je ne sais pas peindre, que c'est monstrueux ce que je fais, que j'ai des lacunes énormes et que, s'il est vrai qu'"on enseigne le mieux ce qu'on a le plus besoin d'apprendre", comme le dit le dicton, eh bien que j'ai tout à apprendre!

J'étais paralysée.

Puis, réfléchissant à tout cela, je m'entendis me parler comme à une étudiante: "Tu as peur que ce soit monstrueux? Tu as peur qu'on voit que tu ne sais pas peindre? Alors c'est excellent, tu fais des tableaux super monstrueux, des tableaux de quelqu'un qui ne sait vraiment pas peindre". Je pouffai de rire. L'idée était curieuse, excitante et, détail que je trouve intéressant au niveau de l'inconscient, je m'éveillai le lendemain matin à cinq heures sans avoir mis le réveil avec l'évidence que c'était le temps de m'y mettre.

J'ai peint, ce matin-là, une acrylique monstrueuse que je trouve maintenant superbe. Ce fut mon "premier" tableau et le premier tableau d'une série que j'ai appelée justement "mes monstres" (cf illustration 18).

Cela s'est passé ainsi. Je faisais du "taï chi" depuis des années et j'avais intégré dans ma façon de dessiner une gestuelle lente, alerte et précise qui me permettait, dans les poses très rapides, lorsqu'il y avait un modèle ou une modèle, de donner forme au dessin avec subtilité: en effet, cette lenteur de la main me laissait le temps de saisir un

maximum d'informations en peu de gestes et je trouvais cela agréable et relaxant.

J'eus donc l'idée de laisser aller ma main avec cette lenteur sur la feuille (au fond, il s'agissait d'une vieille technique "automatiste") et de voir ce qui surgirait, ce que, étrangement, je n'avais jamais osé faire auparavant à l'université. Une composition apparut, ainsi que des suggestions de couleurs et d'autres informations quant aux formes.

J'avais ressenti au début du tableau une émotion forte, proche de la douleur, en même temps qu'une impulsion puissante à continuer de peindre malgré tout.

J'avais peur et en même temps j'étais curieuse de voir la suite. En fait, j'avais l'impression de faire un rêve éveillé: sensation de désert, il faisait chaud, c'était la nuit, un visage (ou un masque?) peut-être dans la tradition Maya. En bas, à droite, une lame, du sang, un escalier, une gorge tranchée, puis un soleil dans la nuit. Le silence. Puis la paix. Une grande paix. Deux heures avaient passé.

Au fur et à mesure que les éléments se formaient, je me détendais et la peur faisait place à une sensation de victoire: j'avais gagné. Était-ce cela "rencontrer sa subjectivité"?

J'étais très surprise du résultat: je n'avais jamais travaillé de cette manière. J'avais toujours peint auparavant à partir de collages qui me fournissaient des compositions

intéressantes, mais je m'étais toujours sentie freinée par une résistance intérieure que je n'arrivais pas à m'expliquer.

J'avais ensuite interprété ce tableau avec une technique de "Gestalt" que j'avais apprise en thérapie, c'est-à-dire comme métaphore de ce qui se passe ici et maintenant. Une tête tranchée à la gorge, "chakra" de la communication, pouvait se lire comme une image de ma peur de peindre: je me tranchais la gorge en "montant" dans ma tête à écouter et à prendre au sérieux les sornettes que je me racontais, le désert disait bien ma solitude et la libération d'exprimer cette souffrance. Le tableau avait fait surgir un soleil: il s'était posé vers la fin du tableau et m'avait laissée dans le parfait bonheur. Je ne pouvais m'expliquer cette sensation de culture étrangère.

Ma fille, Hélène, avait alors onze ans. Elle regarda le tableau qui me faisait toujours très peur, au point que je ne voulais le montrer à personne, et me déclara à ma stupéfaction que c'était la première fois que je faisais quelque chose qu'elle aimait... C'était de bon augure.

Le lendemain, je m'éveillai de nouveau à cinq heures et fis un autre tableau, avec tout autant d'inquiétude, de peur et d'excitation (cf illustration 19).

Une spirale orangée surgit et je me rappelle encore mon angoisse en la peignant: plus j'avais vers le centre de la spirale avec la peinture orangée et plus j'avais la sensation que j'allais rester enfermée à l'intérieur. Et, en même

temps, intuitivement, je savais que la seule façon d'en sortir était d'aller jusqu'au bout. Cela devenait de plus en plus étouffant. Arrivée au centre, m'apparut l'évidence que je devais changer de couleur pour le blanc et que la libération me viendrait en faisant le chemin inverse, ce qui me conduirait inévitablement à la sortie et rendrait la spirale lisible picturalement (puisque le blanc contrastait avec l'orange et le rendait visible).

Je comprends maintenant que ce symbole m'annonçait toute la démarche qui se présentait à moi, démarche qui m'amènerait au coeur de moi-même et m'ouvrirait la porte à une libération souhaitée, en même temps qu'à une série de tableaux intéressants et étranges (cf illustration 20).

L'état de calme, de paix et de bien-être que je ressentais après avoir peint me fit croire que la voie était juste et je décidai de continuer ne sachant pas où cela me mènerait, mais ayant maintenant la certitude que je ne manquerais plus jamais d'idées.

Avec le temps, les tableaux devinrent plus riches. Hélène semblait y trouver son compte puisque, elle qui ne lisait jamais et écoutait toujours la télévision, s'était mise à lire et à jouer de sa flûte traversière pendant que je peignais. Elle me poussait même à peindre quand j'avais envie de sauter une séance m'avouant que j'étais moins agréable, moins disponible avec elle le reste de la journée quand je n'avais pas peint le matin.

Je vivais un roman d'aventure. Et comme je ne me souviens presque jamais de mes rêves, j'avais hâte de voir quelles nouvelles images et quelles couleurs me viendraient au prochain tableau. J'étais peut-être "passée au salon".

Je rappellerai que les scènes avaient pour moi quelque chose de douloureux, de pénible, de vraiment monstrueux et si je parle de la réaction de ma fille, c'est qu'elle m'a réellement servi de baromètre, car il me semblait que l'intensité de ce que je vivais dans ma peinture frisait la folie, ce qui ne me rassurait pas du tout. La présence d'Hélène m'a été précieuse, réconfortante.

Cette série a duré quelques mois. Et puis, un jour, à ma grande surprise, en faisant un monstre qui m'avait fait aussi peur que d'habitude, j'éclatai de rire, d'un rire sonore immense, et je compris que c'était une farce: les monstres qui me faisaient si peur n'avaient que le pouvoir que je leur prêtais: c'est moi qui les fabriquais. Je ne pouvais plus les prendre au sérieux. Un chapitre se terminait. Les monstres, c'était fini. Cela ne m'intéressait plus.

Je me sentis soulagée... puis abandonnée. Moi qui avais résolu ma peur de peindre en me trouvant un contenu, mes monstres, je me retrouvais maintenant sans contenu: je ne savais de nouveau plus quoi peindre, ma source d'inspiration s'était tarie.

Me vint alors un désir profond de peindre la tendresse. Et la terreur m'envahit, plus grande que la première fois.

Curieusement, mais avec une évidence très nette, j'étais convaincue que si je peignais la tendresse, j'allais nécessairement faire "quétaine", c'était le mot qui me venait, "kitsche", "mauvais goût" et qu'alors mes tableaux allaient tomber dans la mièvrerie, ce qui pour moi était pire que si on avait découvert que je ne savais pas peindre.

Bien sûr, la bonne fée vint de nouveau à mon secours et me dit: "Tu as peur de faire kitsche, alors, allons-y dans le super kitsche". J'eus envie de peinture or et de tons rose-bonbon. Ma palette s'éclaircit et je continue d'utiliser l'or dans mes tableaux (cf illustration 21).

Cette période a duré un certain temps et s'est transformée imperceptiblement en une abstraction où la matière de la peinture a pris plus d'importance que le contenu figuratif (cf illustrations 22 et 23).

Avec du recul, quand je regarde mes monstres, je suis forcée de reconnaître que ce sont des tableaux puissants. Leur composition est structurée. Les couleurs y sont riches, même si la peinture n'a pas encore été explorée comme matière, puisque le contenu attirait toute mon attention. Les tableaux qui ont suivi ce premier chapitre, "les monstres", conservent quelque chose de la confrontation avec les monstres: c'est peut-être simplement que, même si le monstre s'est transformé, l'attitude de garder le contact avec ce qui se présente a été maintenue. Serait-ce que "ce qui se présente" fait toujours un peu peur parce que c'est nouveau?

Quoiqu'il en soit, surgit toujours quelque part dans mes tableaux un élément qui m'inquiète et dont je parle, plus loin, dans l'entretien (en annexe) avec Micheline et Jaber.

## CHAPITRE V

### Questionner l'inconscient pour obtenir des réponses picturales: "le lâcher prise"

Je vivais, dans ma production, une expérience de contact avec mon imaginaire très intense, mais cette expérience était mienne et je ne voyais pas comment je pouvais aider mes étudiantes et mes étudiants à découvrir cet espace, étant bien entendu que le monde imaginaire de chaque personne lui appartient et que la clé pour y accéder se cache dans chaque cas à un endroit différent.

Certains la découvraient grâce aux exercices proposés au cours, mais d'autres restaient sur le parvis, croyant que ce n'était pas pour eux.

En outre, le processus du travail avec la "cassette", en demandant à la personne au moment où elle affronte un blocage ce qu'elle se raconte dans son monologue intérieur et en lui proposant de s'en servir pour en faire le point de départ d'un tableau, s'avérait inefficace pour les cas où on me répondait qu'il n'y avait pas de cassette, qu'on ne se racontait rien, qu'on avait simplement une sensation physique désagréable de paralysie, "ça ne voulait pas", ou d'ennui, de manque d'intérêt momentané ou autre. Et j'étais alors prise au dépourvu, ne sachant comment réagir.

Jusqu'au jour où je surpris Louise, une étudiante débutante qui, manteau sur le dos, quittait l'atelier en douce.

Le problème de Louise était qu'elle était incapable de garder le contact avec ce qu'elle peignait ou dessinait plus de quelques minutes: elle se mettait aussitôt à barbouiller ce qu'elle venait de réaliser. Une grande peine l'envahissait alors.

Je lui avais timidement suggéré de faire un tableau "super barbouillé". Mais je sentais qu'il s'agissait là d'une application automatique d'une technique inappropriée dans ce cas: elle n'avait pas peur de barbouiller, elle avait peur d'autre chose. Et je me sentais impuissante devant le désarroi de Louise qui faisait peine à voir. J'ajouterai ici qu'elle était en thérapie, avait l'habitude de s'interroger sur elle-même et, me disait-elle, ce comportement auto-destructeur n'était pas propre au dessin (ce que j'avais compris très tôt), il empoisonnait toute sa vie.

J'eus alors l'idée de lui demander ce qui se passait à l'intérieur d'elle quand elle se mettait à barbouiller. Elle me répondit qu'à ce moment-là, il se produisait en elle un grand vide, un chaos menaçant. La colère et la peur montaient et c'est alors que, pour se débarrasser de cette sensation insupportable de vide, elle se mettait à barbouiller. Elle avait beaucoup de peine et se sentait désespérée parce que,

à chaque fois que quelque chose commençait à naître, elle le détruisait ainsi.

Je lui proposai, idée subite, de fermer les yeux et de demander au chaos, au vide, quelle était sa couleur. Elle se prêta à l'expérience sans réticence et, toute surprise, car elle s'attendait à ce que le vide... soit vide, elle me dit: "Rouge!" - "Très bien, ai-je enchaîné, maintenant, demande au rouge quelle forme il veut". Elle me dessina avec le bras une forme longue et oblique. Ravie, elle se remit à peindre, termina enfin un tableau pour la première fois et ne se sabotta plus. Je l'avais invitée à venir me chercher si jamais l'envie de barbouiller la reprenait.

Je suis consciente que cette technique est très puissante dans sa simplicité. Mais je pense que son efficacité vient de la compassion, de la sympathie, ou plutôt de l'empathie de la personne qui l'utilise comme outil d'enseignement en cas de blocage. Pour moi, il est évident que si Louise a pu contacter sa peur, c'est qu'elle sentait que je ne la jugeais pas, que je n'avais aucune attente par rapport à sa réponse, que j'étais simplement là, avec elle, disponible pour l'aider et qu'elle aurait très bien pu quitter le cours sans que je ne lui en tienne rigueur comme elle se préparait à le faire lorsque le dialogue a commencé.

La semaine suivante, un de mes étudiants avancés, un homme de quarante-cinq ans, qui peignait depuis dix ans et suivait mes cours depuis deux ans, Raphaël, s'ennuyait. Il

n'avait pas envie de peindre et disait que, de toute manière, il répétait toujours la même chose. Et puisqu'il n'était pas en forme, il mit son manteau et nous annonça qu'il reviendrait quand il se sentirait inspiré.

Comme il semble que les manteaux me donnent du génie, j'eus l'idée de reprendre ce qui s'était passé avec Louise et de lui proposer de fermer les yeux et de demander à son ennui quelle était sa couleur. Il me répondit: "Beige, gris." - "Très bien". Puis sa forme: "Horizontale". Il avait l'habitude de faire des tableaux en hauteur avec des formes plutôt verticales. Puis il me regarda, une étincelle dans les yeux, fâché, hésitant, puis content. Il s'installa et fit un tableau magnifique, avec des couleurs qu'il n'avait jamais utilisées auparavant: des tons rompus, pâles et avec une douce vibration en valeurs-près.

C'était clair pour moi que Raphaël avait atteint un plateau. Il avait besoin d'une ouverture et cette ouverture par définition ne pouvait pas se faire du côté de ce qui lui était "connu". Mais je ne savais pas comment lui donner accès à cet inconnu, d'autant qu'il refusait toutes mes suggestions, ayant décidé que son plafond était atteint et qu'il ne pouvait pas aller plus loin.

J'ai été heureuse, par la suite, de découvrir Rix Weaver qui, reprenant la théorie Jungienne de "l'imagination active", affirmait que la transformation se fait du côté de la transgression. Je trouve l'idée très juste.

Il m'apparaît que l'un des interdits subtils et effrayants quand on crée est celui de l'ennui, autre forme du vide. Accueillir l'ennui, garder le contact avec ce monstre, faire corps avec lui, l'embrasser, n'est pas chose évidente, ni facile, et je suis convaincue que s'il n'y a pas plus de créateurs, c'est que quelque part dans notre éducation on n'apprend pas comment traverser cette épreuve difficile du processus créateur.

En effet qui dans son atelier n'a pas connu à un moment ou à un autre cet ennui menaçant, ce passage à vide qui nous fait douter de nous-même et nous donne envie de tout abandonner? Épreuve radicale dont parle Lynn Andrews dans Medecine Woman, comme étant justement la traversée du vide préalable à toute création.

La clé m'apparaît être dans le "lâcher prise", dans l'acceptation de cette émotion indésirable et insistante qui perturbe et semble vouloir nous entraîner ailleurs. Mais "lâcher" quoi? S'il y a un problème, serait-ce parce que, quelque part, on s'accrocherait à quelque chose qui serait passé, on refuserait ce qu'on sent maintenant? Mais pourquoi agirait-on ainsi? Pourquoi refuserait-on ce qu'on sent maintenant?

Comme s'il y avait un combat intérieur entre ce qu'on sent maintenant et "autre chose". "Autre chose qui ne voudrait pas perdre ses privilèges, son rang, l'attention qu'on lui accorde. Comme s'il y avait une bataille de

préséance. Et si cette "autre chose" était "l'idée qu'on s'était faite" du tableau, de notre manière de peindre, de ce qu'on attend de soi? Ainsi "lâcher prise" signifierait, ici, décrocher de "l'idée qu'on s'était faite" pour accueillir "ce qui se présente maintenant".

Je suis consciente, en affirmant ceci, que je me pose à contre-courant de plusieurs écoles, et de création, et d'enseignement... Soit.

Je suis d'accord qu'on puisse peindre à partir d'une idée, d'un projet. Ceci ne me pose pas de problème. Lorsque mes étudiantes ou mes étudiants le font, que cela se passe bien et qu'ils sont nourris par le projet, cela me paraît excellent.

Mais je crois qu'il est important de se permettre de décrocher de "l'idée qu'on a de ce qu'on veut faire" lorsque cette idée se présente à nous comme inaccessible et frustrante. "Le tableau est affreux, mais c'était tellement beau dans ma tête". Cette phrase typique que j'entends souvent me paraît rendre de façon très imagée le processus de vouloir reproduire, en tableau, l'idée qu'on avait, comme si cette idée était arrêtée, déjà achevée et ne tolérerait aucune transformation ultérieure, car toute transformation la modifierait, et donc la détruirait: "Ce n'était pas cela que je voulais, quelle déception". Et pourtant le tableau est là, magnifique: c'est autre chose.

Bien sûr, la reproduction, qu'on travaille en observation ou en imaginaire, est plus rassurante que la nouveauté qui est plus déroutante...

Par contre, une idée peut être une stimulation intéressante comme point de départ, mais la femme de Loth a tôt fait de se transformer en sel si elle regarde derrière elle, toujours préoccupée à reproduire cette vieille idée, plutôt que d'accueillir l'émotion et l'idée<sup>17</sup> qui se présentent maintenant et qui sont la suite de cette première idée.

C'est parce que cette première idée avait été reçue, accueillie, qu'elle a été génératrice d'une imagerie ultérieure qui, me semble-t-il, se déploie comme un rêve, un rêve éveillé, et qu'il suffit de saisir humblement sans se sentir coupable... d'avoir changé d'idée.

Combien de fois ai-je entendu cette plainte: "Oui, mais quand est-ce que je serai capable de reproduire mon idée, ma première idée? Quand je me mets à peindre, ça change tout le temps"!

Mon hypothèse est que si l'idée est suffisamment prégnante, si elle n'a pas épuisé ce qu'elle avait à dire, elle réapparaîtra, elle se représentera plus forte, plus insistante, encore plus juste. On peut donc la laisser aller

---

<sup>17</sup> Idée: "du grec Idea: proprement forme visible, aspect". André Lalande, Vocabulaire technique et critique de la philosophie, (Paris: Presses Universitaires de France, 1960), p.445.

sans crainte de la perdre. Pour illustrer ceci je proposerais une image un peu simpliste, mais que je trouve éloquente: celle d'une voiture.

Démarrer en première, c'est génial, mais arrivé sur l'autoroute, rester en première, c'est un problème... L'idée serait comme un démarreur. L'intérêt réside dans la suite.

Par conséquent nous sous-entendons ici qu'il y aurait en art un autre objectif que celui de reproduire une image ou une idée, comme si l'accueil de l'émotion et de l'idée de maintenant allait révéler une image que nous ne connaissons pas encore et qui aurait besoin du médium pour se manifester à nous. C'est cette idée d'exploration de ce qui "vient" que j'aimerais développer dans le chapitre suivant.

## CHAPITRE VI

### La création et le processus de transformation des rêves: les Sénois.

J'ai expérimenté dans ma peinture que peindre en contact avec son imaginaire ressemble souvent à vivre un rêve éveillé. Il m'apparaît que c'est peut-être pour cela que j'ai eu l'idée subite de demander à Louise la forme de son vide.

En effet, j'avais vécu six mois plus tôt un atelier intensif de travail sur les rêves. L'un des exercices proposés consistait à transformer, selon la technique dite des Sénois<sup>18</sup>, un rêve qui se terminait mal ou qui, à tout le moins, laissait une sensation désagréable.

Les Sénois sont une tribu de Malaisie dont la culture aurait été basée sur le travail sur les rêves (certains remettent en question le fait que cette pratique ait été généralisée). Les anthropologues qui les ont découverts ont été surpris de constater le peu de déficience mentale rencontrée ainsi que le haut niveau de moralité qui était le leur: peu d'agressions et de viols.

---

<sup>18</sup> Cet exercice est expliqué, ainsi que plusieurs autres aussi intéressants, dans le livre de Stephan Kaplan-Williams, The Jungian-Senoi Dreamwork Manual: a Step-by-Step Introduction to Working with Dreams (Novato, California: Journey Press, 1988), p.301.

Ils avaient attribué cela au fait que leur culture était fondée sur le travail avec les rêves. Selon leur code d'éthique on ne tournait jamais le dos à l'ennemi, au monstre ou à ce qui fait peur. Ils croyaient qu'en transformant ses rêves, on transformait aussi sa réalité.

Voici comment j'ai appris la technique à l'atelier de rêve auquel j'ai participé. La personne qui vit l'exercice s'allonge, se détend et dans cet état de relaxation reprend contact avec son rêve. Elle est accompagnée d'une personne qui doit l'aider à garder le contact avec le rêve, mais qui en aucun cas ne doit se permettre de l'interpréter; son rôle consiste simplement à poser répétitivement les questions suivantes à la personne qui "rêve":

- Comment te sens-tu?
- Alors que veux-tu?
- Donc que fais-tu?

Jusqu'à ce qu'elle ait l'intuition de suggérer au rêveur ou à la rêveuse les deux questions finales, soit:

- Demande au monstre quel est son message,

puis

- Demande-lui quel est son cadeau.

Lors de cet atelier sur les rêves, ma surprise fut de découvrir que moi qui ne me souviens que très peu de mes rêves, je voyais les images surgir accompagnées de sensations et d'émotions au fur et à mesure que je me posais

intérieurement les questions suggérées par mon accompagnatrice.

Voici le rêve que je choisis pour expérimenter l'exercice. Je vidais en entier le contenu d'une énorme cafetière pleine sur la spirale d'un rond de cuisinière électrique (encore la spirale), au lieu de le jeter dans l'évier qui se trouvait juste à côté. Le repas était terminé et il fallait vider la cafetière. Le café avait coulé le long du mur à l'étage inférieur, créant une véritable inondation de café sur tout le plancher.

Voilà l'image de rêve dont je disposais pour travailler. Je trouvais cela très mince comme matériel.

Voici comment la transformation s'est effectuée:

- Comment te sens-tu?

- Mal, je suis confuse d'avoir créé une inondation, mais c'était très excitant la sensation de verser le café sur la spirale du rond du poêle.

- Que veux-tu?

- Le verser dans l'évier.

- Que fais-tu?

- Je le verse dans l'évier.

Et alors, surprise, je me vis le verser dans l'évier.

- Comment te sens-tu?

- Je trouve cela ennuyant. Il y a devant l'évier un mur beige très laid et très ennuyant.

- Que veux-tu?

- Jeter le mur par terre.
- Que fais-tu?
- Je le jette par terre.

Chose... ennuyeuse, je me retrouvai au bord d'un lac, mais en novembre par temps gris.

- Comment te sens-tu?
- Je m'ennuie. Et puis c'est froid.
- Que veux-tu?
- M'en aller d'ici, m'en aller dans le sud.
- Que fais-tu?
- Je prends un avion et je m'en vais dans le sud.

J'étais réellement dans un avion. Et puis tout-à-coup, je me retrouvai de nouveau au bord du lac.

- Comment te sens-tu?
- Je suis fâchée d'être encore au bord du lac.

Je sentis que je devais descendre dans mes pieds et écouter mes pieds.

- Que veux-tu?
- Courir, chasser.
- Que fais-tu?
- Je cours, je chasse dans la forêt. Elle est terne, des sapins peu accueillants, des arbres sans feuille, gris. Mais je cours et j'ai de plus en plus de plaisir à courir. J'ai un carquois et des flèches. Je sais que je chasse, mais je ne sais pas ce que je chasse. La forêt

n'est vraiment pas accueillante, elle est très ennuyante.

- Demande à la forêt son message.

Ce que je fis. Et la réponse me vint incroyablement claire: "Ton bonheur va te venir de ta créativité, de ce que tu fais, et non de ce qui est à l'extérieur de toi."

J'étais furieuse, car, bien sûr, je le savais. C'était une période où je peignais peu.

- Demande maintenant le cadeau.

Ce que je fis. Et je vis... des verres de bar à l'envers. Les verres qu'il y a dans les bars, suspendus par les pieds, rangés au plafond... La forêt m'offrait des verres de bar à l'envers! J'avais toujours eu envie de dessiner ces verres qui me fascinent encore maintenant.

- Demande à la forêt ce que cela veut dire.

Ce que je fis. La réponse me vint, précise: les verres sont transparents, mais à l'envers, ils ne retiennent rien, ils ne retiennent pas les émotions de tout le monde. Je n'arrivais pas à peindre parce que je me laissais envahir par les problèmes d'autrui que je portais et qui me prenaient tout le temps dont je disposais.

Je raconte ici ce processus parce qu'il me paraît semblable à celui que j'ai vécu en peinture: la transformation de l'émotion et de l'image au fur et à mesure que le rêve ou le tableau avançaient. Et ceci fut possible, j'en suis

convaincue, parce que dans les deux cas je gardais contact avec ce qui me faisait peur, me dérangeait: le "monstre".

Autre point qui me paraît intéressant: quand j'ai vécu les Sénois, j'étais convaincue que je n'arriverais jamais à tirer quoi que ce fût d'une image aussi insignifiante que du café versé sur un rond de cuisinière. Il faut préciser ici que les autres personnes du groupe racontaient des rêves extraordinaires, des histoires fantastiques, et que mon matériel à moi paraissait bien pauvre. Mais je n'avais aucun autre souvenir de rêve récent.

Or, j'ai retrouvé souvent cette attitude chez mes étudiantes et chez mes étudiants autant que chez moi, lorsqu'on commence un tableau et qu'on est critique par rapport aux idées qui nous viennent: il nous semble alors qu'il n'y a pas là matière à tableau "valable" et qu'on n'a pas autant d'imagination que les autres qui en ont, eux.

Et cette image s'est révélée riche de développements parce que je l'ai accueillie; j'ai accepté de poser les questions et de recevoir les réponses saugrenues qui me venaient.

Il m'apparaît pertinent de comparer le processus des Sénois, le jeu des réponses qui surgissent naturellement en posant des questions, à ce qui s'est passé avec Louise puis avec Raphaël quand je leur ai suggéré de demander à leur émotion sa couleur et sa forme.

Je me sers maintenant de ce processus dans ma peinture. Les questions me viennent à l'esprit selon mes difficultés ou mes doutes et je suis toujours aussi surprise de constater la précision des réponses. J'ai alors vraiment la sensation que je pose des questions au "tableau" et que c'est "lui" qui me répond. Je ne suis plus jamais à court d'idée... et même si j'ai peur, je m'amuse.

En effet, lorsque j'ai peint mon premier "monstre", j'ai compris que si j'interrogeais mon tableau comme je l'avais appris avec l'exercice des Sénois, le "tableau" me répondait et cela se passait à peu près ainsi. Il suffisait de modifier les questions pour les adapter à la production d'une image, comme suit.

La condition absolue était la suivante: accepter l'émotion gênante, l'accepter profondément, la reconnaître. Voici un exemple de dialogue avec soi-même qui peut être utile en peignant en cas de situation difficile:

- Comment est-ce que je me sens?
- Mal. Je suis angoissée.
- Très bien. Qu'est-ce que mon angoisse veut comme couleur?
- Rouge (par exemple).
- Qu'est-ce que ce rouge veut comme forme?
- Une forme ronde (par exemple).

Puis on peint à partir de cette information. On poursuit soit en posant la question de nouveau: " comment est-ce que

je me sens maintenant?" et on reprend le cycle des réponses, soit en posant cette autre question (que personnellement je préfère): quelle couleur cette forme veut-elle à côté d'elle? et quelle forme cette couleur veut-elle? Et ainsi de suite jusqu'à ce que l'émotion difficile ait cédé la place à la détente et que le tableau se poursuive de lui-même.

L'espace de l'atelier étant un cours de peinture et non de thérapie, je m'abstiens de toute interprétation psychologique. Les questions finales du message et du cadeau ne sont donc pas mentionnées. Le cadeau est là c'est le tableau.

J'ai découvert que si je mettais la main sur ma poitrine en posant les questions, il m'était plus facile d'obtenir la réponse: elle semble alors venir de mon "coeur" et non de ma "tête" (la cassette qui de toute manière trouve tout cela ridicule!). La tendance à couper sa respiration quand on coupe avec l'émotion étant spontanée, le fait de prendre de l'air, de respirer profondément, tranquillement, en posant la question aide aussi au déblocage, à l'acceptation et de l'émotion, et de la réponse.

Pour initier mes étudiantes et mes étudiants à cet exercice, je le leur propose spontanément lorsque je perçois que "ça ne va pas". C'est alors moi qui leur pose les questions comme ce fut le cas pour Raphaël et Louise. Une fois le processus intégré, ils le font spontanément d'eux-mêmes par la suite. Je les invite donc à faire cet exercice

quand un blocage se poursuit dans la production d'un tableau et, bien sûr, je suis toujours à leur disposition pour les accompagner.

La clé de cet exercice est évidemment la capacité de se détendre et de laisser surgir une réponse d'un espace plus intime que celui de la "tête", c'est-à-dire la réponse déjà toute faite, déjà connue. Cette réponse vierge prend en général une bonne minute à venir et il est important de s'offrir ce temps de réponse.

Cet exercice est intéressant à plus d'un titre. Il démystifie le vieux concept d'inspiration que je trouve quelque peu élitiste: l'inspiration est réservée... aux gens inspirés, les génies. Ainsi que je me sente inspirée (que "ça aille bien") ou non, il y a toujours une source d'inspiration: quand ça va bien, il n'y a pas de problème puisque ça va bien. Quand ça va mal, il n'y a pas de problème non plus puisque que je me sers de "ça va mal", je le questione et l'inspiration revient. J'ai de nouveau une clé pour peindre, alors... ça va bien.

Il s'agit bien sûr d'accepter avec humour son état, sa température, son émotion, de l'amener devant soi et de lui poser des questions. Et c'est ici que le groupe devient stimulant, car seul, on oublie souvent, on prend sa cassette au sérieux. Chaque personne du groupe ayant déjà plus ou moins vécu l'expérience, il y a toujours une personne pour faire penser à celle qui se plaint d'utiliser sa complainte,

sa cassette ou de la questionner. Je cultive cette complicité précieusement, car il va sans dire que le moindre esprit de compétition, de jugement, détruirait immédiatement l'atmosphère de respect, de sécurité et de confiance nécessaires pour que ce jeu se produise.

J'aimerais revenir ici sur la question de l'espace négatif dont j'ai parlé plus haut.

En développant la perception de l'espace négatif vu comme la "forme d'à côté" et ce, en travaillant d'observation et en imaginaire, on a vu qu'il se produisait immédiatement une transformation de l'état intérieur qui amène au lâcher prise, à cet état qui correspond aux descriptions de l'état dit "en onde alpha". Or cet état de réceptivité est précisément celui où les réponses surgissent facilement, comme dans l'exercice des Sénois, lequel se joue dans ce même espace de rêve. Dans les deux cas, en effet, les réponses surgissent facilement et le doute disparaît à condition d'accueillir sans discuter les suggestions qui surgissent, si on garde le contact avec l'émotion qui accompagne ces suggestions.

## CONCLUSION

Je viens de découvrir, écrivant cette conclusion, le livre délicieux de Ray Bradbury The Zen of Writing où il dit:

Only this: if you are writing without zest, without gusto, without love, without fun, you are only half a writer. It means you are so busy keeping one eye on the commercial market, or one ear, peeled for the avant-garde coterie, that you are not being yourself. You don't even know yourself. For the first thing a writer should be is - excited. He should be a thing of fevers and enthusiasms. Without such vigor, he might as well be out picking peaches or digging ditches; God knows it'd be better for his health.<sup>19</sup>

Mon mémoire se résume en un mot: "Ose".

Jean Goguen nous disait toujours: "Ce n'est ni facile ni difficile: fais-le".

Les personnes âgées à qui j'enseigne sont toujours renversées de comprendre combien c'est du travail que de se faire plaisir en création, mais combien c'est excitant de se l'offrir.

---

<sup>19</sup> Je propose ici ma traduction: "Ceci: si vous écrivez sans zest, sans "gusto", sans amour, sans plaisir, vous êtes seulement un demi-écrivain. Cela veut dire que vous êtes tellement occupé à garder l'oeil sur le marché commercial, à tendre l'oreille à la coterie de l'avant-garde, que vous n'êtes pas vous-même. Vous ne savez même pas qui vous êtes. Parce que la première chose qu'un écrivain devrait connaître, c'est l'excitation. Il devrait être un être de fièvre et d'enthousiasme. Sans cette vigueur, il vaudrait mieux pour lui qu'il aille dehors cueillir des pêches ou creuser des trous. Dieu sait que sa santé s'en porterait mieux." Ray Bradbury, The Zen of Writing, (Joshua Odell Editions, Santa Barbara California: Capra Press), p.4.

Il n'y a pas d'erreurs à corriger, il y a des choses vues et des choses non vues. Quand c'est vu, c'est risqué, c'est excitant, quand ce n'est pas vu, c'est ennuyeux à dessiner et c'est ennuyeux à regarder après coup.

Ce qui me surprend toujours, c'est à quel point on ne peut pas tricher. Si j'essaie de produire le contraire de ce que je sens, si j'essaie de "vouloir faire un beau tableau", ce que je sens, c'est-à-dire ici l'intention de "vouloir faire", le non contact, va trouver le moyen de s'exprimer à mon insu: symboliquement et picturalement: par les touches les couleurs, la composition.

Héraclite disait:

Ce qui est contraire est utile et c'est de ce qui est en lutte que naît la plus belle harmonie: tout se fait par discorde.<sup>20</sup>

Se battre avec le monstre et non contre lui, avec le problème technique et non douter de soi, avec le vide et non se laisser avaler par lui, avec la sensation que l'on fait des nullités et non se laisser... devenir nul à force d'y croire.

La cassette n'est pas une vérité, c'est un indice. La réponse à la question se trouve déjà dans la formulation de la question. C'est ici et maintenant que je crée mon pouvoir. C'est maintenant, pinceau en main que j'affirme:

---

<sup>20</sup> Héraclite, Les penseurs grecs avant Socrate: De Thalès de Milet à Prodicos, traduction, introduction et notes de Jean Voilquin (Paris: Garnier-Flammarion, 1964), p. 74.

j'ai le choix de qui je veux écouter à l'intérieur de moi. Je subis ou j'agis et je peux tout transformer si je me sers de ce qui se passe: mais je ne peux le nier.

C'est une longue bataille, un long entraînement de lutte pour arriver à la non résistance, au lâcher-prise: le combat de l'artiste entre ce qu'il veut et ce qu'il sent, entre ce qu'il croit vouloir et ce qu'il croit sentir et qui en fait un être authentique, attachant ou insupportable se situe là.

Je crée le spectacle que je me donne à voir. J'ai une émotion, je ne suis pas mon émotion. C'est lorsqu'on a compris cela que l'humour surgit et que le bonheur de peindre croît sans cesse: Epicure ne disait-il pas:

Il n'y a rien à craindre des dieux  
Il n'y a rien à craindre de la mort  
On peut supporter la douleur  
On peut atteindre le bonheur.<sup>21</sup>

Si comme professeure, je mets l'accent sur ce qui "va" dans un dessin, plutôt que sur ce qui "ne va pas", ce n'est pas que je sois aveugle, c'est que je suis consciente que là où on pose le regard, c'est là qu'on se dirige (ex. en voiture). Si on rend l'étudiante ou l'étudiant conscient de ce qui est beau, puissant, magnifique, cela fait tache d'huile. Et cela prend autant de savoir visuel (sinon plus) pour aller chercher ce qui va que ce qui ne va pas.

---

<sup>21</sup> André Bonnard, La civilisation grecque: d'Euripide à Alexandre, vol.III (Paris: Union générale d'éditions, coll. 10-18, 1959), p.366.

Si au contraire on met l'accent sur ce qui ne va pas, c'est cela aussi qui fait tache d'huile: la personne se met à douter d'elle-même, se décourage, voit l'art comme une tâche, un sacrifice, un devoir et perd le raffinement du plaisir: son art devient lourd et laborieux. Nos traces ne mentent pas.

Et c'est ainsi que la boucle se boucle. Que l'oeil investisse le monde extérieur ou le monde intérieur, que la main se mette en contact avec l'un ou avec l'autre, l'un nourrit l'autre.

Tout se passe en effet comme si l'information perçue d'observation était stockée quelque part et ressurgissait en imaginaire. Et vice versa: la liberté conquise en imaginaire libère le geste pour travailler d'observation. De plus le désir de créer une forme figurative qui nous vient de l'inconscient et qu'on a de la difficulté à représenter en imaginaire, pique la curiosité pour chercher de nouvelles informations en observation.

La projection qui utilise ce qui est à l'extérieur pour exprimer ce qui est à l'intérieur, se sert dans le vaste étalage des formes de réalité, et me choisit des relations de formes qui m'intéressent et qui me parlent <sup>22</sup>, comme on l'a

---

<sup>22</sup> Qu'on pourrait aussi lire de façon symbolique, mais dans mes cours je m'abstiens rigoureusement de toute interprétation ce qui couperait le contact avec ce qui se passe en création et emmènerait les étudiantes et les étudiants dans un discours intellectuel, dans "leur tête". Cet espace est assurément intéressant après coup, si on est assez sage pour ne pas s'y laisser enfermer, auquel cas le retour à la spontanéité créatrice

vu avec les Sénois, pour me construire un langage symbolique qui m'appartienne, mon langage pictural.

Bien sûr la "négociation" avec l'extérieur, avec la réalité, n'est pas chose facile pour personne, surtout en ce moment, et bien sûr aussi l'art ne peut pas régler les problèmes que l'art ne peut pas régler! Mais il nous permet de réussir à garder le contact avec la réalité sans se laisser détruire par elle quand elle est trop dure:

I only say when death slows others, you  
must leap to set up your diving board and  
dive head first into your typewriter. <sup>23</sup>

Pour terminer, il me vient une pensée qui peut paraître simpliste, mais que je crois prégnante: à chaque fois que j'ai contacté ma peur de créer, elle s'est transformée en audace: j'ai osé une technique, une forme, une gestuelle, une association qui ne m'appartenaient pas auparavant. J'ai compris que je pouvais me fier à ma peur comme à une boussole: quand je perds le nord, le message et le cadeau me viennent toujours.

J'ai également compris que ma peur de rencontrer la peur de créer de mes étudiantes et de mes étudiants se traverse de la même façon et qu'alors me vient toujours un

---

est impossible.

<sup>23</sup> "Je dis seulement que lorsque la mort ralentit les autres, vous devez bondir pour préparer votre tremplin et plonger la tête la première dans votre dactylo." Cette traduction est de moi.

Ray Bradbury, The Zen in the Art of Writing, (Joshua Odell Editions, Santa Barbara: Capra Press), p. XIV.

"flash", une idée pertinente à "ce cas-ci précisément", différent de tous les autres cas, si je sais me placer à l'intérieur de moi dans un lieu d'ouverture, de disponibilité, en tenant en laisse mon agacement ou ma "solution déjà trouvée", évidente, sachant que si j'en fais part à la personne sans me laisser respirer dans ce qui est en train de se traverser, je risque de lui "plaquer" une solution qui n'a rien à voir avec le problème, qui ne lui apprendra rien et qui risquera fort de la braquer, de la fermer et d'empirer son problème plutôt que de lui venir en aide.

Car, n'est-ce pas, on se joue sur sa feuille comme on se joue dans la vie, et la réponse qui vient de la bouche de la professeure ou du professeur joue encore, au niveau de l'inconscient qui lui ne voit pas la différence, sur les deux plans.

C'est ainsi que je me rappelle l'intervention de Robert Murray en Dessin II qui d'un ton d'autorité absolue m'enjoigna de ne pas me croire obligée de dessiner tout ce qu'il y avait là, mais seulement ce qui était essentiel pour moi, en me criant: "If it doesn't belong, take it out!". Furieuse, j'avais saisi ma craie et m'en étais servie comme d'un scalpel: quel bonheur, quelle libération! Dans les semaines qui suivirent, je craignais de m'entendre répondre au téléphone: un ménage radical des "amitiés" parasites se

produisait. Je suis encore reconnaissante à Robert Murray pour ce coup de hache libérateur.

Je crois que si l'art a un effet aussi puissant sur les personnes qui le pratiquent ou l'apprécient, c'est qu'il se produit dans des couches profondes de notre psyché et que la professeure ou le professeur d'art ne peut pas seulement enseigner une technique. L'art est initiatique et sa pratique nous introduit dans des espaces intérieurs où la matrice rejoint le "troisième oeil", où le ventre, le coeur et la tête travaillent ensemble, si on veut bien me passer l'expression, pour produire une oeuvre qui agira sur la personne qui la regarde à ces mêmes niveaux, car je crois que les traces de l'état dans lequel un tableau a été réalisé sont porteuses de l'énergie de cet état. Et s'il s'agit d'une énergie de contact (et donc de courage) avec une émotion, peu importe laquelle, ce tableau sera porteur de cette énergie de courage pour qui veut bien le contacter, le contraire étant également vrai.

Créer pour nos étudiantes et pour nos étudiants un espace de sécurité affective leur permettant de contacter leur Minotaure intérieur, de vivre l'expérience qu'en ouvrant la jarre de Pandore, celle-ci se transforme en corne d'abondance inépuisable, source de toutes les surprises qui donnent à la vie son piquant, leur fournir l'apprentissage d'une technique raffinée, efficace, souple et polyvalente afin qu'ils soient outillés pour traduire de façon efficace,

visible, manifeste, les infinies transformations qu'ils vivent, voilà le but que je me propose d'atteindre et voilà un programme qui promet de rendre le métier passionnant, car je suis assurée de ne jamais toucher le fond de cette boîte à surprises puisque... chaque étudiante et chaque étudiant est une personne absolument différente, comme moi, et en transformation infinie, comme moi.

## ANNEXE I

Entretien avec Micheline Bourgue et Jaber Lutfi.  
réalisé le 23 janvier 1990  
dans mon atelier.

Jaber Lutfi a étudié avec moi de janvier 1982 au printemps de 1985, à l'époque où je donnais deux fois par semaine des ateliers de dessin et de peinture aux activités post-scolaires du CEGEP de Maisonneuve. Il a terminé le printemps dernier son baccalauréat en arts plastiques à l'UQAM et a déjà exposé dans quelques bonnes galeries.

Micheline Bourgue a suivi mes cours du printemps '87 à janvier 1988. Elle est ensuite entrée à temps partiel au baccalauréat en arts plastiques à l'UQAM en septembre '88. Elle y étudie à temps plein depuis septembre '89.

Depuis lors, Jaber et Micheline sont revenus sporadiquement à l'atelier prendre des cours avec moi.

Pour des raisons pratiques, j'utiliserai les trois lettres de M. pour Micheline, J. pour Jaber et F. pour Francine, afin d'identifier les personnes qui prennent la parole dans l'entretien.

## ENTRETIEN

F.- Par où commencer?

Au fond, parler de ce qui va bien... Quand ça va bien, il n'y a rien à dire, au sens où quand on peint, puis que ça va bien, on a l'impression d'être dans l'évidence, on ne ressent pas le besoin de parler, et quand on est professeure ou professeur, si ça va bien pour l'étudiante ou pour l'étudiant, on les laisse travailler...

Bon.

Par contre, quand ça va mal, c'est autre chose...

Pour se trouver un terrain un peu plus concret, on pourrait aborder la question en se demandant si, quand on peint d'observation et quand on peint d'imagination, on expérimente la même peur.

M.- Moi, je pense que quand on peint d'observation, c'est moins épouvantable que de peindre en imaginaire. Quand j'ai commencé à dessiner, c'était d'observation, et j'ai eu très peur parce que je manquais d'habileté. Mais avec l'habitude, je pense que c'est une peur qui passe parce que tu as déjà quelque chose devant toi. Tu n'es pas paniquée devant le vide. Mais c'est de partir sans rien...

J.- Oui.

M.- C'est là que s'installe la peur.

J.- Moi, ce n'est pas tellement en terme de peur. C'est que quand je commence à peindre, il y a quelque part où je suis conscient que ce qui va faire l'intérêt du tableau, ce n'est pas le sujet en soi, ce n'est pas ce que ça exprime, ce n'est pas le sujet que ce que je suis en train de peindre exprime... F.- Ce n'est pas l'anecdote...

J.- Ce n'est pas l'anecdote... comment je dirais bien, ce ne sont pas les éléments que je vais mettre dans le tableau qui sont inquiétants, qui me préoccupent en soi, parce que je sais que ce qui va rendre le tableau intéressant, c'est le rapport entre les choses, entre les éléments qui sont dans le tableau. Ce qui fait que je suis conscient que..., que je mette n'importe quel élément, au fond c'est juste un prétexte à ce qu'il y ait une interaction entre deux éléments. Puis là, je me dis: "Les deux éléments peuvent être n'importe quoi, donc il y a d'innombrables possibilités". Donc je reste longtemps devant le tableau. Le problème, c'est de choisir dans ces possibilités-là. C'est comment aller chercher les éléments qui vont être intéressants à mettre ensemble, alors qu'il y a une infinité de possibilités, et quand je commence à faire quelque chose, j'ai cinquante autres idées qui arrivent. C'est ça...

F.- Cette abondance-là, ça te panique.

J.- Non, je ne panique pas, mais c'est comme... j'attends. Ce qui fait que le processus devient plus lent, puis je prends mon temps pour laisser les choses... Je pense à

toutes les possibilités, puis là, j'attends celle qui va émerger et qui va me dire: "Je suis la plus importante".

F.- Tu attends de descendre à un niveau plus profond dans l'inconscient?

J.- Oui, mais des fois ce n'est pas simple. Des fois, il faut aller euh... A un moment donné, quand ça fait deux jours que tu es devant le tableau...

Rires...

F.- Est-ce que ça a toujours été comme ça? Au début?

J.- Non, parce qu'auparavant je partais d'une idée, d'une structure que je donnais au tableau, en faisant un collage d'images ou un collage d'idées que j'avais avant, et je faisais une esquisse sur le tableau, puis je partais de cette image-là qui était relativement fixe, et le tableau se transformait. Mais je partais toujours de quelque chose.

M.- Et maintenant, tu pars... de rien.

J.- Maintenant je pars... n'importe comment (cf illustration 16).

M.- Direct sur la toile.

J.- Oui. Je ne sais pas du tout où je m'en vais. Je ne sais pas du tout ce que je vais faire.

M.- Moi, je fais le contraire.

J.- Tu fais comment?

M.- Tu sais, dans le temps où j'étais avec Francine, je faisais ça. Je partais comme ça, direct, au pinceau, à la couleur tout de suite, et je m'amusais beaucoup (cf

illustrations 4 et 5). Tu sais je "partais" vraiment. J'avais une histoire qui se racontait tout le long. Maintenant, on dirait que j'ai besoin de partir de quelque chose, en ce moment. Peut-être que ça va changer... plus tard.

J.- Mais quand tu dis que tu pars de quelque chose, tu pars comment? D'une esquisse préparée d'avance? Ou tu pars d'une idée? Ou tu te mets dans une ambiance?

M.- D'une idée, disons d'une image. Comme, par exemple, j'ai une idée en ce moment pour le prochain tableau que je vais faire. J'ai vu quelque chose, dans une revue, qui m'a frappée: c'est une danseuse avec un vêtement, une espèce de drap, et puis je l'ai apportée pour la faire photocopier. Avec la photocopie, ça change un petit peu, tu as plus de couleurs, ça donne des lumières à certains endroits, et puis la photocopier plusieurs fois aussi, ça change encore, puis la faire bouger... ça fait que je pars de ça. Je n'ai pas encore fait le tableau. J'ai cette image-là en tête. Alors, je ne sais pas ce que je vais faire, probablement que je vais la dessiner avant pour voir comment... Je vais partir avec ça (cf diapositive 2).

Tandis qu'avant, je partais avec des taches de couleurs et puis là, je me racontais une histoire (cf illustrations 14 et 15). Mais à un moment donné, je ne sais pas, je trouvais que ce n'était pas assez structuré alors... Mais ça, je le ferai encore pour mon plaisir.

F.- Est-ce que ça se peut aussi que de partir comme ça, ça soit tellement intime que ça demande un espace où tu te sentes vraiment en sécurité?

M.- Probablement. Je pense que c'est ça. Quelque chose que je peux faire comme dans ton cours ici ou chez moi.

F.- Parce que je me rends compte que ça, moi, je l'ai fait une fois sortie de l'Université. Je l'ai découvert après.

Quand j'étais en studio à l'Université, je trouvais la composition de mes tableaux à partir de mes collages. Par contre, en collage, je me sentais plus libre de partir en imaginaire, mais évidemment, j'étais provoquée, si on peut dire, par les photos des revues qui étaient là (cf illustration 12). C'est clair que je créais quand même un assemblage, un monde qui m'appartenait... Je trouvais des compositions pour des tableaux, mais je ne "partais" pas libre, comme ça, au pinceau. A l'époque, je pense que je n'aurais pas pu.

J.- Ben tiens.

F.- C'est ma terreur de peindre des monstres qui m'a amenée à me partir en imaginaire et à voir quels monstres me "sortiraient" si je me laissais "partir". Mais là, j'étais vraiment toute seule dans mon atelier, dans un espace très intime (cf illustrations 18 à 21).

M.- C'est ça. C'est ça. Oui. Je suis pas mal certaine que c'est ça. Oui. Parce que, tu vois, à l'Université, je n'arrive plus à faire ça du tout.

Pas du tout. Partir direct sur la toile, je n'ai pas osé le faire encore. J'ai besoin de quelque chose de préparé, assez que, par moments, j'en deviens plus rigide. Je le vois sur la toile, c'est beaucoup plus rigide, beaucoup plus (cf diapositives 1, 2 et 3).

F.- C'est sûr que le jugement de la professeure ou du professeur joue. C'est très puissant. Ça joue dans l'inconscient de façon plus ou moins subtile.

Ça peut représenter ce qu'on a vécu dans notre enfance par rapport à l'autorité, par rapport à notre peur de nous exprimer, à la façon dont, quand on était petit, on nous a "coupé le sifflet". Ça peut être un support aussi... Ça joue dans les deux sens.

Et il y a aussi le groupe, c'est un facteur important. Certains de mes étudiantes et de mes étudiants m'ont dit qu'ils ne voulaient pas "partir" en imaginaire à l'atelier. Ils viennent y apprendre des moyens techniques et font leurs tableaux plus personnels à la maison. Moi, je suis d'accord avec ça. L'important, c'est qu'ils sachent "se partir", trouver le bouton intérieur pour contacter leur subjectivité.

Micheline, quand tu l'as eu trouvé et que tu as été capable de faire un grand tableau qui "marche" (cf illustration 15), c'est là que je t'ai suggéré de t'en aller aux Beaux-Arts. Je savais que là, tu apprendrais du métier en étant confrontée à d'autres "profs", à d'autres

atmosphères, à une stimulation et à une confrontation immenses.

Une fois que tu avais intégré comment te contacter, tu avais l'essentiel. Ça va revenir après, plus fort. Tu vas intégrer les deux: ton monde imaginaire direct et tes connaissances techniques et l'un va servir à l'autre. C'est un mouvement de balancier.

Vois-tu, si je n'avais pas le métier que m'a donné l'université, je n'aurais pas pu affronter mes monstres de façon figurative. Et je me rends compte maintenant que lorsque j'ai commencé à m'intéresser au dessin, je faisais de l'automatisme à l'encre de Chine. J'en ai fait pendant deux ans, puis j'ai arrêté parce que j'étais trop exaspérée de ne pas savoir dessiner: des formes figuratives me venaient et je ne pouvais pas les dessiner parce que je ne savais pas comment. J'ai arrêté de dessiner pendant deux ans, puis je suis entrée aux Beaux-Arts avec l'intention très nette d'apprendre à dessiner.

Silence...

J.- Toi, tu as dit que, des fois, tu as des tendances à devenir raide en dessinant, en peignant. Moi, ce que j'essaie de faire dans ce temps-là, c'est le... l'idée de "encore plus" là...

M.- Oui, l'idée de quoi?

J.- Je me dis, bon, quand je commence à me sentir raide dans le tableau, dans mon geste, ou je ne sais pas... quand je me

mets à essayer de faire quelque chose de trop symétrique, de trop "léché", quelque chose "qui marche", ben là, je me dis: "Dans mon tableau, je vais faire un coin qui va être comme ça: qui va être rigide, qui va être..."

F.- Super raide.

J.- Super raide, qui va être "léché", euh..., n'importe quoi... Sauf que je ne suis pas capable. Je me dis "OK", je commence à le faire sauf que souvent, quand je me dis "OK", "let's go", encore plus, ce que ça fait, c'est juste que ça me dégourdit, parce que j'essaie de faire plus raide. Mais en même temps, je me dis, c'est raide, c'est plate. Quelque part je sais que c'est plate parce que c'est raide, mais comme je me l'accorde, je pense que c'est ça qui fait que, tout-à-coup, ben euh... ça se transforme et ça devient moins raide. C'est ça.

F.- C'est ça, ça crée une détente. Le fait de te l'accorder crée une détente peut-être, et ça te déraidit.

J.- Oui.

M.- Oui.

J.- Oui, je pense que oui. Oui. Par contre, ça fait que mon tableau, au bout du compte, il n'est pas, euh, il a quelque chose de raide malgré tout. Il y a un petit coin qui reste raide. Ce qui fait que ce tableau-là, il va rester avec le coin raide. Mais au prochain tableau, j'espère qu'il va être moins raide, justement. Mon Dieu, quel charabia absolu!

Rires.

F.- Oui, mais c'est intéressant. Supposons que tu sens que ça devient raide et que tu décides que tu ne veux pas que ça soit raide, que tu ne lui donnes pas le coin, as-tu l'impression qu'il serait raide partout? Ou qu'il serait moins raide?

J.- Je ne sais pas. Je n'ai jamais été capable de passer par-dessus ça. Il a toujours fallu que je passe à travers mon problème.

F.- OK.

J.- Parce que sinon... euh... Ben, c'est arrivé que j'aïlle jouer ailleurs dans le tableau.

F.- Oui.

J.- Sauf que quand je revenais, à chaque fois, je le transformais. C'est comme... c'était quand même une bibitte avec laquelle il fallait que j'en finisse, soit que je décide de la laisser telle quelle, soit que je la transforme, mais je ne pouvais...

Silence.

J.- Mais ce que tu dis que... Tu m'as déjà dit que quand on se "prend", quand on est coincé, le problème, il n'est pas là où on pense, il est "à côté", c'est la forme d'à côté qui ne marche pas. Ça, ça m'a... Ça, ça m'aide souvent. Quand il y a une chose qui m'énerve dans le tableau: je le trouve euh... il n'a pas sa place... je ne sais pas c'est quoi, mais je suis mal à l'aise par rapport à un petit coin, eh

bien tranquillement je commence à transformer ce qu'il y a à côté en conséquence de ce qui est là. Mais malheureusement, ça fait que tout le tableau se transforme.

Rires.

J.- C'est pour ça, je pense, que dans la peinture, il y a la notion de performance qui est importante. Quand on fait un tableau, c'est aussi une performance: ça se passe aussi dans le temps, avec des émotions, avec euh... Ce n'est pas juste une composition fixe, raide, qui reste, qui ne bouge pas, instantanée. C'est ça, ce n'est pas instantané du tout.

F.- C'est ça. C'est le problème: comment faire marcher ce que j'ai fait il y a trois jours avec ce qui se passe maintenant?

M.- mmmmm m...

Approbation.

F.- Je ne suis plus là où j'étais.

M.- Exactement.

F.- Et d'accepter que la fameuse unité du tableau, c'est une unité qui va se passer à un autre niveau, à un niveau plus profond. Si on assume cette contradiction-là, je crois...

J.- mmmmm m... (approbation).

F.- Si tu sacrifies ce que tu as fait il y a trois jours au profit de comment tu te sens maintenant pour que le tableau ait de l'unité... tu perds quelque chose...

J.- Moi, je pense que c'est... Juste à voir les tableaux classiques des grands maîtres, il me semble qu'il y a

tellement de variété dans le même tableau que ça ne se peut pas que ça ait été calculé. Ce n'est pas une "unité" entre guillemets, là euh... ce que maintenant on appellerait moderniste, là, je ne pense pas.

F.- Oui. Non. Je pense qu'au fond, cette "unité"-là a existé chez les artistes académiques qui cultivaient des trucs pour un art de représentation remplaçant la photographie avant que celle-ci n'existe. On n'était pas intéressé au "feeling" de l'artiste, à son émotion par rapport au roi, par exemple, mais à ce que la représentation soit exacte. Mais là encore, je suis sûre qu'il devait y avoir des "moments" de grâce où malgré les contraintes de la commande et grâce au métier, l'artiste "décollait". Mais c'est aussi évident qu'on peut ne jamais "décoller".

J.- Oui.

Silence.

J.- En tout cas, il y a quelque chose que j'ai appris avec toi dans le cours. Je pense que c'était une grande leçon et je l'applique toujours. C'est l'idée du "lâcher prise": que souvent les moments qui ont été les plus intéressants dans mes tableaux, ça a été quand je ne savais pas où je m'en allais, j'étais perdu et je ne savais plus à quoi ça rimait tout ça. Je ne savais pas. Je continuais quand même... C'est que les moments de conscience, de "là où je savais où je m'en allais" étaient beaucoup plus raccourcis dans le temps, ce qui fait qu'il y avait comme des petits moments où

je savais ce que je faisais, mais dans l'ensemble, je ne savais pas. Et c'est souvent ce qui a rendu mes tableaux intéressants. Ce qui fait que je ne sais pas si, moi, je peux vraiment peindre la peur... de peindre, parce que là, depuis que j'ai commencé mes cours avec toi au CEGEP, j'ai toujours travaillé avec l'idée du "lâcher prise", puis quand on lâche prise, on n'a peur de rien, parce qu'on ne voit rien venir. F.- C'est ça.

J.- C'est...

Silence.

F.- Mais, au fond, c'est que la peur, elle ne te fascine plus: tu sais comment la traverser. Mais quand tu te sens perdu, dans la brume, dans le malaise, il y a quelque part où tu dois avoir une certaine peur. Est-ce qu'on peut appeler ça de la peur? Il y a une espèce d'inconfort...

J.- C'est de la méfiance quelque part. Moi, mon attitude à moi, c'est la méfiance: je me méfie de ce qui s'en vient, parce que ce n'est pas... je sais que ce ne sera pas coulé dans le béton. Ce qui fait que je prends une décision... Bon, j'ai une idée qui me vient, je commence à l'ébaucher, mais tout-de-suite après, j'ai une autre idée qui vient, et je m'en vais ébaucher ailleurs, puis le tableau est toujours en train de se transformer. Ça, c'est quand je suis dans mes meilleurs moments. Ça n'arrive pas toujours. Ça, c'est quand je suis réchauffé, et que ça va bien, c'est comme ça

que ça se passe... (cf illustration 16 et diapositives 10 à 16).

Rires.

F.- Puis, quand ça va mal? Qu'est-ce qui se passe quand ce n'est pas comme ça?

J.- Quand ce n'est pas comme ça, c'est comme je disais tantôt... euh... Je commence à trouver un endroit dans la composition qui ne me plaît pas... puis... mais j'essaie toujours de "l'arranger". Comment je dirais bien? Je finis toujours par m'en sortir dans un tableau. Je n'ai jamais gâché un tableau jusqu'à maintenant. Je finis toujours par m'en sortir. Mais il y a des tableaux qui sont moins réussis que d'autres au niveau de la spontanéité... parce que je pense quand même que j'ai appris, avec la pratique... je sais comment faire pour qu'un tableau marche.

F.- Oui. OK.

J.- Ça, ce n'est pas difficile. Ce qui est difficile, c'est de faire un tableau qui parle partout...

F.- Qui soit toujours en contact avec toi pendant que tu le fais?

J.- Je veux dire plastiquement parlant là, qu'il soit toujours en train de se passer quelque chose dans le tableau, qu'on se promène dans n'importe quel petit coin, qu'il soit comme une espèce de roman poétique où chaque phrase se coule dans... de l'essence métaphysique...

Rires.

M.- Eh bien! Déjà ce que tu dis, que tu sais comment t'en sortir pour que le tableau se tienne, je pense que... je ne sais pas, mais, j'ai l'impression que ça doit aider pour enlever une certaine peur.

Parce que moi, je n'ai pas ça encore. Je n'ai pas ton expérience, alors je ne sais jamais comment je vais m'en sortir. Je ne sais pas. Alors, tout le long, j'ai une peur. Bien, pas tout au long du tableau, mais... Ça part, ça vient, ça va encore, ça revient, ça revient de plus en plus fort, je ne m'en sortirai pas, ce n'est pas possible. Puis hop! J'y arrive! Pas sur tous les tableaux là, mais...

J.- Idéalement, pour toi, un bon tableau, ce serait quoi? Parce que tu dis que tu peins et que tu as toujours peur... ben... tu as toujours peur, je ne sais pas si tu as toujours peur là, mais...

M.- Sur chaque tableau, j'ai peur. Je vais commencer, je suis tout emballée, puis après, ça ne va plus du tout, je me demande comment je vais m'en sortir. Il y a une petite période de découragement. Des fois, il faut que je m'arrête un peu, il faut que je m'en aille...

J.- C'est toujours dans tous tes tableaux que c'est comme ça?

M.- Ah oui! Tout le temps.

F.- Est-ce que tu es consciente de ta "cassette" à ce moment-là? Est-ce que tu es consciente de ta résistance? De ce que tu te racontes?

M.- Disons que je l'étais, il y a un bout de temps, mais j'ai un peu perdu l'habitude d'y penser. J'étais ici souvent avant, alors j'y pensais, mais c'est comme..., je l'ai un peu oubliée. Mais le fait d'en parler, c'est bon parce que ça va revenir.

F.- As-tu l'impression que quand tu jouais avec ça, je veux dire, devenir consciente de ta "cassette", as-tu l'impression que ça te rendait ta peur plus facile à traverser?

M.- Oui.

F.- Plus vite traversée?

M.- Oui. Oui. J'y pense là... Oui. J'ai quand même travaillé sur des grands formats avec toi. Ah oui! J'avais des moments de peur, mais, je ne sais pas, je les traversais mieux. Maintenant, j'ai des... ouf! L'année passée là, à l'université, une couple de fois, j'ai eu des peurs...

J.- Ça là, ça m'intrigue. Tu identifies ça vraiment à une peur?

M.- C'est un... c'est un stress, c'est euh...

J.- Parce que... je ne sais pas...

M.- C'est comme si, euh... on ne savait plus quoi faire.

F.- As-tu l'impression que c'est lié à un manque de technique? Ou si c'est simplement un manque d'idées? Euh...

M.- Ça peut être par moment un manque de technique aussi... Puis encore... pas vraiment. En peinture, je ne sais pas...

J.- Parce que, à moi aussi, ça m'arrive d'avoir des périodes de découragement, et même assez souvent, quasiment à chaque

tableau. Que... là, je me dis, bon ben..., quasiment à chaque tableau, je suis en train de me dire: "Je lâche la peinture!".

R.- res.

M.- Voilà, c'est ça.

F.- Bon. Ben, c'est de la peur, ça...?

M.- C'est ça. Tu ne vois pas ça comme une peur, toi?

F.- La peur, ça prend toutes sortes de formes. La peur c'est dans la tête. La peur, ça monte dans la tête...

M.- C'est ça, moi, que je vois comme une peur: le découragement.

F.- Comment apprendre à prendre contact avec sa peur... ?

En acuponcture, on dit que le point de la peur, c'est le rein, puis que le rein est lié au mental. Et c'est vrai, on a toujours un bon argument, bien rationnel pour couper le contact... On le prend au sérieux, cet argument, et on ne se rend pas compte qu'on vient de se jouer une grosse farce.

C'était ça, l'idée de formuler la "cassette": se l'amener en avant pour voir si ce ne serait pas un petit jeu de passe-passe qu'on vient de se jouer avec notre peur qui nous arrive précisément au moment où ça va être le plus intéressant, peut être parce que quelque chose de nouveau s'en vient et que ça va déranger notre système, notre manière de faire. Et on n'aime pas ça, être dérangé, ça fait des dégâts dans notre structure. Et le nouveau, ça fait peur. Peut-être que c'est pour ça que la "cassette" se déclenche

précisément à ce moment-là... En tout cas, moi, c'est l'effet que ça me fait.

Ça me fait penser à l'histoire de l'enfant qui vient de faire un mauvais coup. Sa mère arrive et l'enfant qui crie:

- "Maman, c'est pas moi qui ai fait le dégât."

- "Tiens, tiens! Regarde donc ça!"

Au fond, on dirait que notre inconscient fait ça avec nos peurs. Il nous envoie une grosse cassette, énorme, qui nous indique exactement la direction, par où ça s'en va... si on veut bien s'en servir. Sauf que bien souvent, on ne s'en rend pas compte et on se sent comme un petit enfant coupable.

M.- Mais je me demande s'il y en a... J'ai l'impression qu'il y en a qui ne connaissent pas ça...

J.- Ah non!...

M.- Parce que des fois, j'en vois qui sont décontractés... Ça ne veut pas dire que ça me plaît, ce qu'ils font là, mais... ils ont l'air tellement décontractés. Ils travaillent, ils produisent, puis...

Mais si on n'aime pas...

F.- Les seules personnes que j'aie connues qui étaient comme ça, c'étaient des personnes qui n'étaient pas en contact avec leurs émotions en travaillant.

M.- Ah oui! Oui.

F.- C'était très mental. C'était... c'était super contrôlé...

M.- Alors, plus tu es en contact, plus tu as peur, j'imagine...

Rires.

F.- Puis c'était toujours pareil, c'était très répétitif.

M.- Oui, c'est ça qui arrive. Oui. Ça ne change pas.

F.- Ça fait que c'était rassurant.

J.- mmmmm

Approbation.

F.- C'est peut-être un peu absolu... ce que je dis là, mais...

Silence.

F.- Mais toi, tu n'as pas l'impression que quand tu veux décrocher, quand tu te dis que la peinture, ce n'est pas pour toi, est-ce que ce ne serait pas de la peur, ça?

J.- Quand ça m'arrive, je ne comprends pas pourquoi ça m'arrive...

Rires.

J.- Je n'ai jamais pensé que ça pouvait être de la peur de quelque chose. Ça ne m'est jamais venu à l'esprit que ça pouvait être ça. Moi, pour moi, la peur...

Une fois, j'étais en train de peindre... et j'ai commencé à peindre un pendu: là, j'ai eu peur en tabarouette du pendu!

Rires.

J.- Ça fait que j'ai lâché le pinceau, puis ça a été tout. C'est tout. Ça a été raide, mais je me suis dit: "C'est

simple, je lâche, je laisse tomber". Puis euh... Mais, moi, la peur, je l'identifie comme ça, c'est ça là.

F.- C'est que tu as eu une sensation de peur consciente.

J.- Oui. Oui.

F.- C'est bizarre, c'est sournois les émotions. C'est comme la colère. Je pense au livre L'agressivité créatrice<sup>24</sup> où j'ai découvert que quand on "tombe" fatigué d'un coup sec, c'est de la colère. Il suffit de reculer la cassette de ce qui s'est passé dans notre tête et de se rappeler ce à quoi on pensait quand on est "tombé" fatigué pour découvrir qu'on a une colère épouvantable à propos de ce sujet-là... puis qu'au fond, on n'est pas fatigué... on est furieux!

J.- Qu'est-ce que tu fais dans ce temps-là?

F.- Ce que j'ai expérimenté, moi, c'est que si je recule la cassette, puis que j'essaie de me rappeler ce à quoi je pensais, je ne suis plus fatiguée. Rien que de penser à la chose, j'ai une bouffée d'énergie, je suis furieuse, je me réveille d'un coup sec. Mais, c'est quelque chose qui est difficile, qui n'est pas..., ce n'est pas agréable de penser à ça...

Ça m'est arrivé souvent avec mes étudiantes et mes étudiants en dessin. Quand ça commençait sur le dessin à

---

<sup>24</sup> George R. Bach et Herb Goldberg, La nécessité de s'affirmer: L'agressivité créatrice (traduit par Louise Drolet, Montréal: Le JoOur, 1981).

devenir pâle, pâle, pâle..., puis que la personne me disait:  
"Ah! je suis fatiguée, je pense que je vais m'en aller..."

Regarde donc ça!

M.- Oui, je me rappelle.

J.- Oui, moi aussi, j'ai vu ça...

F.- Il y a des personnes pour qui c'est un mécanisme habituel, ce qui fait qu'elles n'aboutissent jamais à créer quelque chose. Elles prennent toujours ça pour de l'argent comptant. Elles sont convaincues qu'elles sont fatiguées. Elles vont se coucher, puis elles n'aboutissent jamais de l'autre côté. Ça fait des gens très déprimés parce qu'ils n'aboutissent jamais à rien dans la vie. Ils n'arrivent jamais à satisfaire leur désir parce que ça fait peur...

Puis quand j'ai eu l'idée de leur dire: "Tiens! Un petit peu de colère?". Ils étaient furieux contre moi. Ils prenaient la craie, et c'était noir, foncé! Après ça, ils étaient ravis et faisaient des dessins qui les surprenaient eux-mêmes.

Mais la peur, au fond, c'est aussi narquois que la colère, et c'est très proche l'une de l'autre. On a souvent peur de sa colère...

J.- Oui, je pense. En tout cas... Je pense que c'est pour ça que c'est difficile de jouer avec, parce qu'on ne sait pas comment elle va s'exprimer... La formule est simple: "Tu as peur, traverse ta peur, continue de travailler en ayant peur..." Mais, tsé...

F.- Ou en demandant à la peur sa forme et sa couleur...

J.- Oui, sauf que ce que je veux dire c'est: comment va-t-elle se manifester, là? Elle va se manifester d'une certaine façon, mais il y a toutes sortes de raisons, d'autres raisons: tu peux être vraiment fatigué...

M.- Oui, ça aussi...

J.- Tu peux être fatigué par rapport à l'émotion que tu viens de sortir, ou ça peut être autre chose complètement...

F.- Bon, en "focusing" tu le sais tout de suite. Mais quand tu n'as pas fait de "focusing", euh...

J.- Ben, tsé...

F.- Si en repensant à ce à quoi tu pensais au moment où tu es "tombé" fatigué d'un coup sec, tu n'es plus fatigué, alors tu sais que c'est ça. Si tu t'es couché à quatre heures du matin, il y a des chances que tu sois vraiment fatigué...

Rires.

Silence.

F.- Au début du cours quand on travaillait d'observation..., pour toi, Jaber, ça fait un bout de temps là... Moi, je commence à penser que, au fond, il n'y avait pas grand différence entre la peur du résultat qu'on avait à se laisser aller à travailler d'observation, puis la peur qu'on a quand on travaille en imaginaire...

M.- Non, c'est vrai. Tu me rappelles ça... Parce que plus tôt, je disais ça, quand on part de quelque chose, c'est moins épeurant... Mais je l'avais cette peur-là aussi, au

début. J'ai un petit peu passé par-dessus, mais j'avais même peur en travaillant d'observation, du résultat, surtout du résultat... F.- Toi, ta "cassette", c'était les proportions?

M.- Oui. Ça me fait beaucoup moins peur maintenant. Puis, euh... disons, j'ai eu toute une session à travailler beaucoup d'observation: deux cours de dessin! Mais c'est vrai, c'est vrai, ça me revient tout-à-coup que, même l'année passée, quand j'ai commencé mes cours à l'université, les premiers modèles, par exemple, ouf!

F.- Toi, te permettre de faire quelque chose de disproportionné, c'était un monde, hein?

M.- C'est ça...

F.- As-tu l'impression que tu arrivais à te le permettre par moments? Qu'est-ce qu'il se passait? Parce qu'il y a des moments où tu "embarquais"... Qu'est-ce qu'il se passait quand tu arrivais à "embarquer"?

Silence.

M.- Je pense que j'oubliais de me ... juger. Je ne pensais plus à ça. J'étais concentrée, très, très concentrée dans ce que je faisais sur l'observation du modèle, la chose qu'on avait à dessiner... Je pense que c'est ça, je lâchais un peu là...

F.- Comment arrivais-tu à le faire? Comment arrivais-tu à te donner ce droit-là?

M.- C'est ça que j'essaie de me rappeler... Je ne sais pas. Je pense que c'est à force d'en faire, j'ai l'impression que c'est ça...

F.- Il me semble que tu en avais fait beaucoup avant de venir aux cours... Moi, je crois que ce n'est pas à force d'en faire... Tu peux en faire pendant trente ans puis être toujours aussi rigidement enfermée dans un système de mesures...

M.- Non, mais en fait, je n'en avais pas fait beaucoup. Non. J'en avais fait, bon, peut-être six mois, une fois par semaine.

F.- Oui.

M.- Tu sais, j'avais peint à la maison, mais du dessin d'observation, je n'en avais pas fait beaucoup. Par contre, la session passée, j'en ai fait beaucoup et on dirait que ma peur est partie un peu. A la fin de la session, je n'avais plus cette peur qui, au début là... ouf!

F.- C'est sûr que tu as appris à connaître le métier!

M.- C'est la peur du jugement de soi et des autres, j'ai l'impression...

F.- C'est toujours ça...

M.- C'est ça.

M.- Je pense que la peur est partie au moment où, justement, je commençais à avoir plus d'habileté.

F.- Tu te rassurais sur les résultats?

M.- C'est ça, oui.

F.- Toi, Jaber, est-ce que c'est trop loin?

J.- Ben, euh, non. Je me rappelle une chose... Je me rappelle avoir fait un... je pense, le meilleur dessin que j'avais fait dans le temps... C'était sous le coup de la colère. Ça faisait longtemps que j'étais tanné de faire la même chose... ou de... J'avais l'impression que c'était toujours aussi dur. Pour moi, ça a toujours été dur de dessiner d'après modèle... Physiquement, je trouve ça... Ça me rendait..., ça me rend toujours très agressif et encore maintenant, puisque je...

F.- Je n'ai jamais remarqué que ça te stressait de travailler d'observation...?

J.- Bien, moi, j'en ai pris conscience à l'université. Je me suis rendu compte que je haïssais ça. Ah! Pas que je haïssais ça, mais que je trouvais difficile de... de... Je pense à ça et j'ai mal aux avant-bras!

M. et F.- Ah, oui?

J.- Mais pas de ... de colère: c'est de la rage!

F.- Parce que tu ne pouvais pas faire ce que tu voulais? Est-ce que c'est ça?

J.- Je trouve ça toujours très ardu comme travail, de toujours être en train d'observer, de regarder de l'autre bord, puis de s'appliquer. Je trouve ça très... un effort, un effort de c...

M.- De concentration. C'est ardu. En fait, c'est ardu.

J.- Ah oui! Moi, je trouve ça vraiment ardu. Et puis, un jour, la rage montait, montait, montait, je me rappelle, j'étais en train de faire le portrait de Marie-Josée.

F.- Oui.

J.- Puis ça faisait longtemps qu'on faisait du portrait, je pense...

F.- A l'atelier ou à l'Université?

J.- A l'atelier, puis là, tout-à-coup j'ai éclaté. J'ai tourné ma feuille et là! Des gros traits larges! Je pense que j'ai fait le plus beau dessin que j'aie jamais fait (cf illustration 22)!

Rires.

J.- Ça a pris cinq secondes, mais vraiment, je sentais beaucoup de rage... Ça n'a pas duré longtemps, ça a duré les deux ou trois premières minutes du dessin. Puis après ça, j'étais conscient de... Quand même, je me suis dit: "Ah! Tiens! Je suis en train de faire un bon dessin".

Rires.

Là, j'ai quand même réussi à garder cette attitude.

F.- OK.

J.- Ça, moi, je trouve ça difficile. A un moment donné, tu te dis: "Il faut justement que je lâche prise, puis que je n'essaie plus de "l'arranger"... Sauf que, tu lâches prise, tu travailles et puis tu te rends compte que..., tu ne peux pas ne pas être conscient: tu es en train de faire quelque chose qui a de l'allure. Ça commence à être beau. Là, je

pense que ça prend du métier pour pouvoir discerner quoi garder et quoi enlever.

M.- Oui.

J.- Puis là, il va..., il aurait fallu en gaspiller plusieurs avant d'arriver à garder celui, tu sais,... saisir la fraîcheur qu'on vient de...

F.- Ce serait la dialectique entre le dit "lobe gauche" et le dit "lobe droit". Tu entres en transe sur le lobe droit, tandis que le lobe gauche, c'est ton discernement, ton rationnel qui te permet de savoir où tu en es, de garder, de conserver, de juger, de reconnaître. Il n'est pas débile le lobe gauche, il est utile, c'est le métier, c'est la conscience de ce qui arrive, le fait de pouvoir prendre du recul, de nommer, de reconnaître, mais il vient après coup.

Nietzsche disait:

Nous nions qu'aucune chose puisse être faite parfaitement tant qu'elle est faite consciemment.<sup>25</sup>

La conscience vient après, ce que Hegel exprimait quelque part aussi en ces termes: "L'oiseau de Minerve s'envole à la tombée de la nuit".<sup>26</sup>

---

<sup>25</sup> Friedrich, Wilhelm Nietzsche, L'Antéchrist, trad. de Dominique Tassel (Paris: Union générale d'éditions, 1967), p.23.

<sup>26</sup> La citation exacte est: "Ce n'est qu'au début du crépuscule que la chouette de Minerve prend son vol."  
Friedrich Hegel, Principes de philosophie de droit, trad. de André Kaan (Paris: Gallimard, 1940), p.45.

J.- Ben ça, je trouve que c'est une jolie contradiction pour l'espèce humaine d'être... C'est que... au moment où on est en train de faire quelque chose qui va nous plaire, on n'en est pas conscient!

Rires.

J.- En même temps, des fois, je me demande si ce n'est pas parce que je ne travaille pas assez. Je me demande si, à un moment donné, je ne pourrais pas être toujours conscient et toujours réchauffé. Comprends-tu ce que je veux dire?

M.- Oui. Oui.

J.- C'est que je me demande si ce n'est pas une question d'éveil d'avoir une certaine acuité.

F.- Il y a sans doute beaucoup d'expérience là-dedans. Je pense à Castaneda quand il parlait du "tonal" et du "nagual" dans le Second Anneau de Pouvoir<sup>27</sup>. Il disait qu'il y a un temps pour le "tonal" et un temps pour le "nagual". Le "nagual" serait le moment où tu es en transe, en contact, puis le "tonal", le moment où tu es dans le retranchement, où tu "prends conscience de", qui est plus proche de l'état quotidien, qui est davantage de l'ordre des décisions conscientes où tu intègres ce que tu as vécu. L'un ne va pas sans l'autre. On a besoin des deux. La qualité du "nagual" dépend de la qualité du "tonal". On pourrait comparer le métier du peintre au "tonal", c'est la cuisine qui, lorsque

---

<sup>27</sup> Carlos Castaneda, Le second anneau de pouvoir (traduit par Guy Casaril, Paris: Gallimard, 1979), p 3.

maîtrisée, devient intégrée, automatique et se laisse oublier au profit du "nagual", du "moment d'art" comme tu dis si bien, Jaber, du cadeau, du moment où "ça va bien". Et alors, tu te rends compte que tu fais quelque chose de beau et le "tonal" réapparaît...

Il y aurait ainsi un mouvement de balancier entre le "tonal" et le "nagual". Et plus tu arrives à le vivre souvent, ce mouvement de balancier, plus tu es en terrain de connaissance, et plus ça va être facile de passer du "tonal" au "nagual" et vice versa sans paniquer. Je ne dis pas que la peur disparaît, parce que chaque moment de "nagual" est différent et donc imprévisible... mais, au moins, tu sais quelque part que tu t'en sors toujours.

J.- Oui.

F.- C'est sûr que le changement d'état, ça fait paniquer. Quand on est dans la transe, dans le "nagual", on veut y rester. Puis quand on est dans le "tonal", dans l'état de conscience plus quotidienne, alors le fait de repasser en transe, ça fait peur. Bon, ça, ça peut être un des éléments de la peur en création... Si on admet qu'il peut y avoir une transe quand on crée! Moi, au fond, si je peins, c'est parce que c'est ça que je cherche: cette excitation, ce bonheur, ce plaisir qui peut atteindre des niveaux étonnants.

M.- Oui.

F.- Et puis, ce n'est pas long, après l'avoir vécu quelques fois, on devient conscient que, quand on est dans cet

état-là, on fait des choses qui sont belles, on fait des choses qui sont passionnantes, qui amènent la personne qui regarde le tableau dans cet état-là aussi.

C'était le but de la peinture dans plusieurs traditions orientales dont le "tao": peindre dans un état de méditation, de plaisir, de contact avec soi tel que la trace de cet état-là, le tableau, amène la personne qui regarde le tableau à atteindre cet état-là aussi... si la personne veut bien regarder le tableau assez longtemps pour pouvoir entrer dedans!

C'est ce que nous, on appelle "état en onde alpha" qui est un état réconfortant, thérapeutique, disons à tout le moins bénéfique.

Bon, ça ne fait pas ça avec tous les tableaux, ça ne fait pas ça avec tout le monde, ça ne fait pas ça avec n'importe qui, puis on ne peut pas coder ça. Mais quand on le vit, on le sait. Et quand on l'a vécu quelques fois, on comprend que ce soit assez fascinant pour qu'on ait envie d'y revenir et que ça nous fasse peur en même temps.

Au fond, ce n'est pas rassurant parce qu'on ne sait jamais de quel côté le lapin va sortir. Mais par contre, il ne manque jamais de lapins...

On est un peu comme dans un état de rêve... un rêve éveillé. Et quand on rêve, on ne s'inquiète pas de la suite. D'habitude, on ne s'inquiète pas, quand on rêve, parce qu'on a peur de manquer d'idées pour finir le rêve...

Rires.

F.- Même si le rêve nous en fait voir de toutes les couleurs. Bon, le problème c'est que, quand on rêve, on dort, tandis que quand on peint, on est éveillé, sur nos deux pattes, et on est conscient de ce qui se passe.

On ne perd pas la boule. On est conscient qu'on mélange les couleurs, puis que l'eau est sale, puis que si on donne un coup de pinceau par là, on fait disparaître quelque chose, et que le tableau va prendre une autre direction. Bref, on est conscient qu'on prend des décisions.

Mais c'est quand même quand on peint qu'on arrive à soutenir cet état-là... qu'on n'atteindrait pas si on partait dans la lune, simplement, à regarder dehors. François Déry nous disait dans le cours de dessin que certaines pensées Chinoises affirment qu'on dessine pour voir plus et que quand on voit vraiment, on n'a plus besoin de dessiner...

Mais en attendant... on a du chemin à faire!

Ça prend un support... Il semble que ça prend un support. En tout cas pour moi. Au fond, c'est peut-être pour ça qu'on peint, ou qu'on fait de la sculpture, ou qu'on dessine. Il y a une interrelation entre la matière et l'état dans lequel ça nous met quand on la transforme... La matière, ça nourrit.

Je suis très consciente qu'on peut passer toute sa vie à peindre sans jamais connaître cet état-là... mais ça ne fera pas les mêmes tableaux...

Silence.

F.- Moi, je ne vois pas l'intérêt d'apprendre à peindre si ce n'est pas pour toucher cet espace intérieur. Si c'est juste pour faire quelque chose qui "ressemble à", qui soit habile, si c'est juste pour faire référence à un concept intellectuel qui ne serait pas "senti", si ça ne procure pas ce grand plaisir pendant qu'on le fait, moi, je ne vois pas l'intérêt. Mais c'est clair qu'il y a des personnes qui ne connaissent jamais cet espace-là...

M.- Tu penses? Des gens qui peignent? Oui?

F.- Tiens!

J.- Certainement!

F.- Parfois on regarde des tableaux et ce qui nous vient à l'esprit, c'est: "Ça a donc dû prendre du temps, ça a donc l'air d'avoir été laborieux!".

On peut reconnaître dans des oeuvres laborieuses un état de méditation comme quand on tricote. J'ai déjà fait des dessins comme ça quand j'étais adolescente, des gestes répétitifs, appliqués et qui calment. Mais ce n'est pas le même niveau de contact avec soi que quand, à un moment donné, on est dans un état où il y a des images qui nous viennent, on ne sait pas d'où... puis qu'on les laisse sortir, puis

qu'elles nous emmènent en voyage, puis c'est comme un roman où tu as hâte de voir la suite...

J.- C'est pas pareil parce que là, on ouvre une porte profonde, puis ça, c'est... Quand on fait ça, quand on ouvre cette porte-là, on part à l'aventure, puis cette aventure-là va transformer, va avoir des répercussions sur le reste de notre vie... Puis l'équilibre, ou l'état de bien-être ou de malaise dans lequel on vit, va se transformer, ça va transformer le reste...

C'est pour ça... ben ... que c'est une aventure.

L'autre, c'est un état de détente, de relaxation, de méditation parce que c'est un geste positif, mais ça ne transforme rien.

Silence.

F.- Il n'y a pas de prise de conscience de quelque chose de nouveau où il y a des émotions... Je ne sais pas si c'est la façon juste de le dire.

J.- En tout cas, il n'y a pas d'aventure.

F.- Oui.

Est-ce que cette aventure-là n'est pas un peu fascinante et donc épeurante? Est-ce qu'il n'y a pas quelque chose là qui fait partie..., est-ce qu'il n'y a pas une peur qui fait partie intégrante de cette expérience-là?

M.- Oui. Moi, je pense que oui.

J.- Je pense, par définition, de toute façon...

F.- Castaneda disait quelque part: "Le corps adore la peur".<sup>28</sup> Je pense que c'est de cette peur-là dont il parle. C'est excitant, puis c'est épeurant.

Es-tu d'accord avec ça, Jaber?

J.- Je ne sais pas si on adore ça... Je ne sais pas.

M.- Mais on y revient tout le temps, hein?

J.- Oui.

M.- C'est sûr que, quand on est dedans, on a hâte qu'elle s'en aille.

F.- Toi, Micheline, quand tu peins, est-ce que c'est au début du tableau ou à la fin que la peur te prend? C'est à quel moment?

M.- Ce n'est pas toujours pareil. Des fois, c'est avant de commencer, là tu sais, la peur de la toile blanche. Mais, s'il n'y a pas de peur au début, il y en a...

F.- Il y en a pendant?

M.- Ah oui, c'est ça... Il y a toujours quelque chose... plus ça va aller bien au début, plus la peur va être forte après...

Rires.

M.- Ah, oui!

J.- Ah, oui! Tout à fait.

M.- Oui, parce que des fois, tu pars là, "m,m,m" ça va bien, puis tout à coup, "ouf"!

---

<sup>28</sup> La citation exacte est: "Ainsi ton corps a besoin de la frayeur, il aime ça." Le voyage à Ixtlan, p. 170.

J.- "Est-ce que je vais pouvoir assumer?"

Rires.

M.- C'est ça, c'est ça.

F.- Moi, pendant longtemps, il y avait un personnage dans mes tableaux qui était ma peur. Et puis, quand je le voyais arriver... aïe!

Ça se passait comme ça: tout allait bien et à un moment donné, c'était plus fort que moi, il fallait qu'il y ait du bleu d'Outremer qui sorte avec du gris de Payne, puis du noir... Puis, je me disais: "Ah non!, ce n'est pas vrai! Pas encore!" Je savais que la forme que ça prenait, c'était quelqu'un qui ne me rassurait pas. Oui, en général, c'était plutôt quelqu'un. Parfois, ça restait plus abstrait, mais pour moi, ça avait la même signification.

Et une fois qu'il était installé, qu'il avait un coin, ça me rassurait: maintenant ma peur avait sa place dans le tableau, j'étais correcte (illustration 21, à droite).

Rires.

J.- Vois-tu?

F.- Puis, ça me tapait sur les nerfs de le voir toujours arriver! Puis là, je me disais: "Je me répète, je radote, je fais toujours la même chose".

J.- Ben, tu vois, ça, ça m'arrive. Par exemple..., bon, dernièrement, c'était l'aura ou l'architecture. Non, pas l'architecture, disons une aura. J'ai identifié pourquoi je la faisais, mais ça ne fait rien. Ça revenait tout le temps,

puis euh... à un moment donné, je me suis dit: "Ecoute là, ça suffit!" (cf illustrations 16 et 21).

Rires.

J.- "Il n'y a pas un personnage qui n'en a pas".

Rires.

J.- Sauf que, maintenant, ce que j'essaie de faire, c'est que, quand l'idée me vient de faire une aura, au lieu de dire: "Oh, non!" ou "Je ne veux pas la faire", là, je me dis, "OK, j'ai le goût de faire une aura, je vais essayer de faire autre chose"... J'essaie de voir...

Je pense que ça joue un peu le processus de transformation des rêves: tu prends un rêve que tu fais, ou qui revient tout le temps, ou qui te plaît plus ou moins, qui est moins rassurant, et tu te le racontes. Puis ensuite tu te le racontes, mais en le transformant. Tu le transformes comme tu aurais envie qu'il soit... Mon Dieu que c'est efficace cette affaire-là!

F.- Oui, c'est génial.

J.- Aïe, aïe, aïe! Ah oui, les "Sénois".

M.- Ah, oui?

J.- Depuis que je fais ça, moi, j'arrive à identifier exactement ce que je veux, puis ce que je ne veux pas. C'est précieux. Comme exercice de prise de conscience, c'est très bon. Ce qui m'étonne aussi, c'est qu'à un moment donné...

Bon, là, je viens de faire un rêve dernièrement qui me terrifiait et quand je me suis réveillé, j'y ai pensé et j'ai

fait l'exercice des "Sénois". C'était la première fois que je le faisais. Puis ce que j'ai trouvé étonnant, c'est le nombre de solutions qu'on peut trouver.

A un moment donné, au début, on a l'impression que ce rêve-là ne peut pas se dérouler autrement. Puis là, tout-à-coup, on se met devant, puis on commence à se dire qu'il y a d'autres possibilités. Puis là, l'histoire s'enchaîne, il y a toutes sortes de possibilités à cette histoire-là et à la fin de l'histoire.

C'est un peu la même chose, je pense, en peinture. Je pense que le fait de prendre une image qui nous obsède souvent, de la mettre devant nous... En tous cas, c'est comme ça que ça s'est passé pour moi... Euh, c'est comme, on décide de passer à autre chose aussi, on le règle en le faisant. Je me dis: "Je commence une aura" (cf diapositive 9). Je me demande: "Comment elle est?". Je la transforme, je lui rajoute des fioritures ou j'en enlève, ou je ne sais pas trop, mais... tsé... je la "matérialise" entre guillemets là.

F.- Oui, parce que là, je regarde le tableau qui est devant nous présentement: il n'a pas d'aura.

J.- Il n'y en a pas, c'est ça.

F.- Qu'est-ce qui est arrivé?

J.- Ben... j'ai décidé de faire des personnages... de voir ce que ça donnerait des personnages dont la tête serait liée

carrément, serait en contact avec le contexte... c'est ça, mais ils ont toujours des chapeaux!

Rires.

F.- Ça s'est transformé à chaque fois.

J.- Mais là, ce n'est pas pire parce que des chapeaux, il peut y en avoir une infinité. C'est beaucoup plus facile que... enfin pour moi, dans ma tête, là, c'était plus facile de faire une infinie variété de chapeaux que de faire une variété d'auras: une aura, c'est rond, tsé...

Rires.

F.- As-tu fait, déjà, une aura au diable?

J.- Je n'ai pas souvent peint de d... Je n'ai pas peint de diable, j'ai peint des monstres.

M.- Faire une aura au diable?

F.- Ça vient de me passer par la tête.

Silence.

J.- Non, tiens, j'ai fait des personnages, c'est drôle, il y en avait des bons et des... J'ai fait des personnages méchants et pas rigolos et...

F.- Il n'y avait pas d'aura?

J.- Il n'y avait pas d'aura.

F.- Donc, c'est une symbolique qui est claire pour toi.

J.- Oui. Ah oui! Je peux te dire exactement c'est quoi. Ça a commencé avec le fait de peindre des anges.

F.- Oui.

J.- Puis des anges que je peignais souvent. Ce que j'ai finalement réussi à comprendre de ce personnage-là, c'est que l'ange arrivait souvent dans le tableau où il se passait une histoire quelconque. Puis il y avait à côté un ange.

Quand l'ange arrivait, c'était plein de couleurs, c'était quelque chose qui était tout-à-fait, euh... Un ange, ça n'a pas d'histoire, ce n'est pas impliqué, ce n'est ni bon, ni méchant... euh, ce n'est pas passionné, ça n'a pas d'envie, c'est gentil, c'est correct...

Rires.

M.- Ça n'a pas de sexe.

J.- Ça n'a pas de sexe non plus, évidemment.

F.- Comme ça, il n'y a pas de problème.

J.- Exactement. Et non seulement, il n'a pas de problème, mais en plus, il a une aura et une aura en plus de le béatifier, ça lui coupe la tête du reste du monde.

F.- OK.

J.- Puis, il est comme enveloppé, il n'a pas de contact avec le reste et c'est là que...

Mais, par contre, il est coloré et il vient comme changer de ton. C'est lui qui vient tourner la page, il vient comme pour me dire: "Bon, ben là, c'est correct, tu as assez "tripé" là-dedans, va "triper" ailleurs!"

Rires.

Silence.

F.- C'est intéressant parce que si on faisait une entrevue de plein d'artistes sur leur peur de peindre, on aurait une mine d'or de renseignements sur leur processus, leur cheminement et leur symbolique. Ça nous stimulerait beaucoup et ça démystifierait passablement le processus de peindre.

M.- Oui.

F.- Bon. Moi, ce que je trouve génial là-dedans, c'est qu'on crée des oeuvres d'art tout en faisant un processus de transformation intérieure. En fait, c'est là que l'art est thérapeutique.

M.- C'est ça.

F.- Si on garde le contact avec soi!

M.- Oui.

J.- On ne peut pas faire autrement parce que... je pense que ce qui intéresse les gens, c'est l'aventure. Je reviens à la même affaire: l'aventure, parce que quand tu pars à l'aventure tu transformes ta vie.

M.- Oui.

J.- Si tu pars à l'aventure dans un tableau, ça ne peut pas être autrement que risqué. Tu ne peux pas faire autrement que de contacter des peurs. C'est évident. Tu ne peux pas faire juste un tableau qui soit "gentil", justement.

F.- En réchauffant tes recettes que tu connais bien, puis qui ne t'amènent rien de nouveau. Et tu finis par t'ennuyer à force de répéter les mêmes recettes.

J.- C'est ça... Tu es toujours obligé d'être à la limite de toi-même... Mais pas juste en faisant les tableaux, mais en... je pense que c'est en faisant n'importe quoi, de toute façon. Si on n'est pas rendu à la limite de nous-même, quelque part, on s'ennuie.

F.- C'est ça, c'est ça le paradoxe.

M.- Oui.

J.- Ah, oui, c'est un paradoxe. Ah, oui!

F.- La peur, c'est insupportable, puis en même temps, on ne peut pas s'en passer parce que si on réchauffe ce qu'on connaît bien, on s'ennuie... Nietzsche disait quelque part: "Le seul problème philosophique, c'est l'ennui".<sup>29</sup>

Silence.

F.- Bon, il y a peut-être beaucoup de peintres qui sont prêts à payer ce prix-là: l'ennui. Mais moi je parle de ce qui me passionne...

C'est peut-être comme ça qu'on devient un bon peintre: en risquant tout le temps, tu prends vite du métier.

J.- Oui.

F.- Moi, ça a été ma gageure dans mon atelier. Si j'envoie les gens dans leur peur quand elle se présente, ils apprennent vite au niveau technique.

J.- Ah oui!

---

<sup>29</sup> Je suis incapable de retrouver où Nietzsche a écrit cette phrase.

F.- En osant faire des dégâts, ben tu découvres: "Ah, c'est comme ça qu'on fait ça!". Tsé...

J.- Oui, parce qu'en art, de toute façon, il me semble que l'idée, c'est d'arriver à faire le plus de dégât possible, le plus de... une infinie possibilité de dégâts, d'exploiter ces possibles dégâts-là.

M.- C'est ça. C'est ça. Tant qu'on ne l'a pas fait, on ne peut pas savoir... Il faut, il faut le faire le dégât!

J.- C'est ça.

M.- Pour ne pas le refaire...

F.- Oui. Puis le dégât dont on parle, ce n'est pas garrocher n'importe quoi sans contact.

M.- Non, non.

F.- Pour se débarrasser.

J.- Non, parce que là... mais non! Tu ne pourrais pas... Tu ne pourrais pas arriver à une variation dans le dégât.

Rires.

F.- C'est vrai. Quelqu'un qui rêverait du dégât, pour faire le dégât jusqu'au bout là... pour ne pas s'ennuyer dans le dégât, il va être obligé d'arriver ... à varier les dégâts et donc il va finir par arriver à quelque chose de fort, à une harmonie qui va lui être propre.

J.- Oui.

F.- A condition d'aller jusqu'au bout du dégât... pour cette personne-là. C'est le jeu de la dialectique: quand tu

vas au bout de quelque chose, ça se transforme en son contraire...

## ANNEXE II

### DOCUMENTS VISUELS

Les huit premières illustrations sont des photos noir et blanc qui furent prises au moment de l'accrochage de l'exposition des travaux de mes étudiantes et de mes étudiants dans la cour intérieure du CEGEP de Maisonneuve le 5 mai 1986. Je donnais alors un cours dans le cadre des activités dites "socio-culturelles".

Chaque étudiant avait son propre panneau pour exposer ses travaux.

#### Illustration 1

Jaber Lutfi devant ses travaux.

#### Illustration 2

Shan Lee et Jaber devant les travaux de Jaber.

#### Illustration 3

Les étudiantes et les étudiants et moi devant les travaux de Jaber.

#### Illustration 4

Marie-Josée La Plaine devant ses dessins, tous réalisés "en aveugle": à gauche, quelqu'un du groupe posait et les autres le dessinaient. Pour les trois autres portraits de l'illustration, on jouait à se dessiner en face à face sans regarder sa feuille, ce qui permettait à tout le monde de

poser et de dessiner en même temps. A remarquer: le portrait en haut à droite: Marie-Josée dessinait Anne (cf illustration 6).

#### Illustration 5

France Quenneville devant ses dessins entièrement réalisés "en aveugle". A noter, le contexte qui structure la composition. France s'était spécialisée dans "l'aveugle", car elle affectionnait particulièrement cette manière de dessiner.

#### Illustration 6

Anne Normand devant ses dessins réalisés en aveugle. Anne était danseuse: noter le mouvement et le sens théâtral du personnage de gauche.

#### Illustration 7

Shan Lee devant ses dessins. Le dessin en haut à droite a été réalisé d'observation en regardant sa feuille. Noter le sens de l'espace négatif, la beauté de ces "blancs".

#### Illustration 8

Anne-Marie Lavigne devant ses dessins. Noter le dessin de droite où on reconnaît Anne.

#### Illustration 9

Jaber Lutfi peint au Symposium de Baie Saint-Paul en 1987. Il s'agissait d'une toile de quatre pieds de largeur par cinquante pieds de longueur peinte à l'acrylique.

Illustration 1



Illustration 2



Illustration 3



Illustration 4



Illustration 5



Illustration 6



Illustration 7



Illustration 2



Illustration 9



## DIAPOSITIVES

Illustration 10

Micheline Bourque  
Collage avec des revues  
7.5" x 9"  
1987.

Collage en imaginaire avec des couleurs en à plat.  
L'image doit être vue à l'horizontale.

Illustration 11

Francine Labelle  
Acrylique sur papier  
24" x 20"  
Octobre 1990.

Portrait d'une amie, Véronique Pied, réalisé à la tache  
directement, sans dessin préalable. Les formes bougent et  
s'ajustent en se superposant.

Illustration 12

Francine Labelle  
15" x 10"  
1982.

Collage en imaginaire. Chaque image : c de contexte  
pour la "forme d'à côté". J'aime bien cet exercice pour  
stimuler les débutants.

Illustration 13

Jaber Lutfi  
Collage  
18" x 12"  
1986.

Collage d'observation réalisé dans mon atelier au CEGEP  
de Maisonneuve. En se servant du dessin d'après modèle que  
l'on peut voir à moitié caché au centre de l'illustration 3,  
Jaber a construit cette image en couleur, directement à la

tache, sans dessin préalable (je veux dire qu'il n'y a pas d'esquisse dessous le collage).

Illustration 14

Micheline Bourque  
Acrylique sur papier  
26" x 34.5"  
1987.

Tableau en imaginaire.

Illustration 15

Micheline Bourque  
Acrylique sur papier  
16" x 23"  
1987

Tableau en imaginaire.

Illustration 16

Jaber Lutfi  
Le rapt du dard mystique  
Acrylique et collage sur toile  
48" x 72"  
1989.

Tableau en imaginaire.

Illustration 17

Francine Labelle  
"La leçon de piano"  
Acrylique sur papier  
26" x 12.5"  
1984.

Un de mes premiers monstres.

Illustration 18

Francine Labelle  
"Suis-je?"  
Acrylique sur papier  
20" x 15.5"  
1984.

Illustration 19

Francine Labelle  
"La spirale"  
Acrylique sur papier  
23" x 15.5"  
1984.

Mon second monstre.

Illustration 20

Francine Labelle  
"Le sacrifice"  
Acrylique sur papier  
22.5" x 17"  
1984

Un autre monstre.

Illustration 21

Francine Labelle  
Sans titre  
Acrylique sur papier  
42" x 28"

Un tableau de l'époque "tendresse québécoise". Le fond en haut à gauche est or.

Illustration 22

Francine Labelle  
"Et c'était la fête"  
Acrylique sur toile  
36" x 48"  
1990

Le bonheur de peindre. A noter les formes bleu sombre à droite qui personnalisait ma peur.

Illustration 23

Francine Labelle  
Sans titre  
36" x 48"  
1991

Illustration 24

Jaber Lutfi  
Le portrait de Marie-Josée  
Fusain sur papier  
36" x 24"  
1986.

Illustration 25

Jaber Lutfi  
"La ballade"  
Graphite sur papier  
12" x 18"  
1989.

Dessin en imaginaire.

## BIBLIOGRAPHIE

Andrews, Lynn V. Femme de pouvoir: la chamane. Traduit par Françoise et Guy Casaril. Paris: L'espace bleu, 1985.

Bach, George, R. et Goldberg, Herb. La nécessité de s'affirmer: L'agressivité créatrice. Traduit par Louise Drolet. Montréal: Le Jour, 1981.

Bataille, Georges. L'expérience intérieure. Paris: Gallimard, 1980.

Beaudot, Alain. Vers une pédagogie de la créativité. Paris: Editions Sociales Françaises, 1976.

Bonnard, André. La civilisation grecque d'Euripide à Alexandre. Vol.III. Collection 10-18. Paris: Union Générale d'éditions, 1959.

Bourque, Micheline. Montréal, Canada: Entretien, le 23 janvier 1990.

Bradbury, Ray. Zen in the Art of Writing. Santa Barbara, California: Joshua Odell Editions, Capra Press, 1990.

Castaneda, Carlos. Le voyage à Ixtlan. Traduit par Marcel Khan. Paris, Gallimard, 1974.

Castaneda, Carlos. Le second anneau de pouvoir. Traduit par Guy Casaril. Paris Gallimard, 1979.

Derrida, Jacques. De la grammatologie. Paris: Editions de Minuit, 1967.

Edwards, Betty. Drawing on the Right Side of the Brain: A Course in Enhancing Creativity and Artistic Confidence. Los Angeles: J.P. Tarcher, 1979.

Edwards, Betty. Drawing on the Artist Within. New-York: A Fireside Book, 1986.

Feldman, Edmund Burke. Thinking about Art. Englewood Cliffs, N.J.: Prentice Hall, 1985.

Feldman, Edmund Burke. Varieties of Visual Experience. 3rd ed. Englewood Cliffs, N.J.: Prentice Hall, New-York: H.N. Abrams, 1987.

Feldman, Edmund Burke. "A Sermon on Work, Language, and Values." Art Education 35 (July 1982) : 6-9.

Feldman, Edmund Burke. "Art in the Mainstream: Edeology and Hope." Art Education 36 (July 1983) : 5-9.

Franck, Frederick. The Zen of Seeing. New-York: Random House, 1973.

Gendlin, Eugene T. Focusing. New-York: Everest House, 1978; Bantam Books, 1981.

Hegel, Friedrich. La phénoménologie de l'esprit. Traduit par André Kaan, préf. Jean Hyppolite. Paris: Gallimard, 1940.

Hegel, Friedrich. Principes de la philosophie du droit. Traduit par André Kaan. Paris: coll. Idées, Gallimard, 1963.

Jung, Carl Gustav. Dialectique de Moi et de l'inconscient. Traductuun de Roland Cahen. Paris: Gallimard, collection Folio, 1964.

Kandinsky, Wassily. Concerning the Spiritual in Art. New-York: Wittenbom, 1947.

Kaplan-Williams, Strephon. The Jungian-Senoi Dreamwork Manual: a Step-by-Step Introduction to Working with Dreams. Novato, California: Journey Press, 1988.

Klein, Mélanie. Essais de psychanalyse: (1921-1945). Introduction de Ernest Jones; traduction de l'anglais par Nicolas Abraham et Maria Torok. Paris: Payot, 1989.

Koestler, Arthur. The Art of Creation. New-York: Macmillan, 1964.

Lalande, André. Vocabulaire technique et critique de la philosophie. Paris: Presses Unversitaires de France, 1960.

Lao-tzeu. La Voie et sa vertu: Tac -king. Traduit et présenté par François Houang et Pierre Leyris. Paris: Éditions du Seuil, 1979.

Lowenfeld, Victor. "Basic Aspects of Creative Thinking", in Creativity and Psychological Health. Syracuse, N.Y.: Syracuse University Press, 1961.

Lowenfeld, Viktor. Creative and Mental Growth. 2nd ed. New-York: Macmillan, 1952.

Lowenfeld, Viktor, and Brittain, W. Lambert. Creative and Mental Growth. 6th ed. New-York: Macmillan, 1975.

Lowenfeld, Viktor. The Nature of Creative Activity: experimental and comparative studies of visual and non-visual sources of drawing, painting and sculpture by means of the artistic products of weak sighted and blind subjects and of the art of different epochs and cultures. 2nd ed., New-York: Harcourt, Brace and Company, 1952.

Lutfi, Jaber. Montréal, Canada: Entretien le 23 janvier 1990.

Malraux, André. La métamorphose des dieux. Paris: NRF, La galerie de la Pléiade. 1957.

Mao Tse-Toung. De la contradiction. Pékin: Éditions en langues étrangères, 1967.

Nicolaides, Kimon. The Natural Way to Draw. Boston: Houghton Mifflin, 1941.

Nietzsche, Friedrich, Wilhelm. Ainsi parlait Zarathoustra: un livre qui est pour tous et qui n'est pour personne. Textes et variantes établis par Giorgio Colli et Mazzino Montinari. Traduit de l'allemand par Maurice de Gandillac. Paris: Gallimard, 1971.

Nietzsche, Friedrich, Wilhelm. L'Antéchrist. Traduit et présenté par Dominique Tassel. Paris: Union générale d'Éditions, 1967.

Stearn, Jess. The Power of Alpha-Thinking: Miracle of the Mind. Introduced by John Balog, M.D. New-York: William Morrow and Company, 1976; Signet, 1977.

Sutherland, Sharon. Hans Hoffman: a Painter's Teacher: an Historical Study in the Life and Pedagogy of one of America's Foremost Teachers of Painting. Thesis (M.A.), Department of Art and Art Therapy, Concordia University, 1989.

Voilquin, Jean. Les penseurs grecs avant Socrate: De Thalès de Milet à Prodicos. Paris: Garnier-Flammarion, 1964.

Von Franz, Marie-Louise. La femme dans les contes de fées. Avant-propos et traduction de Francine Saint René Taillandier. Paris: La fontaine de pierre, 1984.

Yüan-Kuang. Méthode Pratique de Divination Chinoise par le "Yi-King". Préface et notes explicatives de Tchou-Houa et Charles Canone. Paris: Guy Trédaniel, Éditions de la Maisnie, 1977.

Weaver, Rex. The Old Wise Woman: a Study of Active Imagination. New-York: Putnam, 1973.

UNABLE TO FILM MATERIAL ACCOMPANYING THIS THESIS ( I.E.  
DISKETTE(S), SLIDES, MICROFICHE, ETC...).

PLEASE CONTACT THE UNIVERSITY LIBRARY.

INCAPABLE DE MICROFILMER LE MATERIEL QUI ACCOMPAGNE CETTE THESE  
(EX. DISQUETTES, DIAPOSITIVES, MICROFICHE (S), ETC...).

VEUILLEZ CONTACTER LA BIBLIOTHEQUE DE L'UNIVERSITE.

NATIONAL LIBRARY OF CANADA  
CANADIAN THESES SERVICE

BIBLIOTHEQUE NATIONALE DU CANADA  
LE SERVICE DES THESES CANADIENNES