

**Quand  
le Corps  
raconte**



Préface de Pierre Blanc-Sahnoun  
Laure Maurin

# Quand le Corps raconte

La dimension corporelle  
dans les Pratiques Narratives



interéditions

**Couverture** : Studio Dunod - Elizabeth Riba

**NOUS NOUS ENGAGEONS EN FAVEUR DE L'ENVIRONNEMENT :**



Nos livres sont imprimés sur des papiers certifiés pour réduire notre impact sur l'environnement.



Le format de nos ouvrages est pensé afin d'optimiser l'utilisation du papier.



Depuis plus de 30 ans, nous imprimons 70 % de nos livres en France et 25 % en Europe et nous mettons tout en œuvre pour augmenter cet engagement auprès des imprimeurs français.



Nous limitons l'utilisation du plastique sur nos ouvrages (film sur les couvertures et les livres).

© interéditions, 2024

interéditions est une marque de Dunod Éditeur,  
11 rue Paul Bert, 92240 Malakoff

ISBN : 978-2-7296-2429-3

# Sommaire

---

SOMMAIRE .....	V
PRÉFACE .....	IX
INTRODUCTION .....	1

## *Partie I*

### SE RECONNECTER À SON CORPS

1. COMMENT LE CORPS S'EST INCARNÉ DANS MA VIE .....	9
2. POURQUOI QUESTIONNER LE CORPS ?.....	19
3. LE CORPS ET L'INCONSCIENT : INTERCONNEXION ET INTRICATION .....	31
4. COMMENT HABITER SON CORPS.....	39
5. INTERROGER LA RELATION QUE NOUS ENTRETENONS AVEC NOTRE CORPS .....	45
6. INTERVIEWER LE CORPS.....	55

## *Partie II*

### AVOIR UNE CONVERSATION AVEC SON CORPS

7. LILL.....	65
8. PHILIPPE .....	85
9. PABLO.....	95
10. NATHALIE .....	105
11. LOUISON .....	123
12. UN ATELIER « QUAND LE CORPS RACONTE » .....	143
13. LES DOCUMENTATIONS DU CORPS .....	161
<i>Conclusion</i> .....	169
<i>Bibliographie</i> .....	173
<i>Remerciements</i> .....	175
<i>Table des matières</i> .....	177



*« À ma Tribu de sang et de cœur »*





# Préface

---

C'ÉTAIT EN JUIN 2019, à Point Bay Marina, dans le Vermont. Je participais au « Narrative Camp » de Peggy Sax en tant que membre de la Faculté du centre Reauthoring Teaching et ami de longue date de cette communauté narrative américaine fondée par des vétérans des Pratiques Narratives autour des personnalités charismatiques de Michael White et David Epston. Laure Maurin était également invitée à présenter son travail sur les interviews du corps que, fortement encouragée par David Epston, elle avait développé depuis trois ou quatre ans en France. Nous étions les deux seuls Français dans cette mosaïque de thérapeutes internationaux d'au moins quarante nationalités différentes.

Laure intervenait au cours d'une matinée intitulée « narrative and the body » dans le cadre d'un séminaire sur les innovations dans les Pratiques Narratives. Je connaissais déjà son travail à travers la Fabrique Narrative, mais mon corps n'avait jamais été interviewé. Il faut dire que mon corps et moi, nous avons une relation assez compliquée... comme la plupart des gens, je suppose ! J'avais la mission de traduire en anglais son intervention pour les participants anglophones. Arriva le moment de la mise en pratique. Je me suis retrouvé à faire équipe avec une collègue du Massachusetts, SuEllen Hamkins, qui m'a proposé d'interviewer une partie de mon corps... et sans me laisser le temps de réfléchir, mes reins se sont portés volontaires. Je ne me souviens pas du détail de l'interview mais simplement de ceci : à un moment donné, je me suis retrouvé en larmes, en train de remercier en sanglotant ces deux « professionnels qui font un job pas très ragoûtant sans jamais protester malgré leur faiblesse

héritée de mon père » et qui « me sauvent la vie tous les jours sans en faire tout un flan ». Ce qui m'est resté, ce ne sont pas les mots, c'est la sensation de leur présence solide et bourrue au creux de mon dos, et la promesse que je leur ai faite de boire suffisamment d'eau pour qu'ils puissent continuer longtemps à accomplir leur tâche. C'est comme engrammé physiquement dans mon corps, un idéogramme de chair très différent des mots que mes doigts, petits soldats au service de mon mental, tapent diligemment sur le clavier. C'est ce jour-là que j'ai compris le travail de Laure, son projet de donner la parole à ce qui vit et palpite en deçà des mots et hurle parfois en silence depuis des années sans être entendu.

Ce témoignage, je l'ai entendu sous diverses formes des dizaines de fois lorsque Laure animait son atelier à Bordeaux, Paris ou Bruxelles. Les participants en ressortaient les yeux pleins d'étoiles, il s'était passé *quelque chose* entre eux et leur corps, quelque chose qu'ils avaient du mal à expliquer malgré les mots et les récits, quelque chose d'immédiat, d'évident, de performatif que le langage peinait à encapsuler. Au fil du temps, la méthode s'est perfectionnée, mais les yeux brillants des participants étaient toujours les mêmes. Des formats d'interviews plus complexes sont apparus, toujours façonnés avec rigueur par les idées narratives, mais enrichies, *adoucies*, pourrait-on dire, par le style particulier de Laure, ce premier degré et demi qu'elle pratique avec brio, cet espace des possibles qu'elle ouvre dès qu'elle pose une question, cette aura de sécurité qu'elle crée dans son sillage.

L'idée d'un livre traînait depuis longtemps, mais Laure est quelqu'un de la parole et de l'action, les longues stations assises devant l'ordinateur lui pèsent sur l'estomac et lui nouent le dos, l'idée de publier heurte sa philosophie d'artisane semi-clandestine. Et puis nous y voilà, la rencontre avec un éditeur intelligent et patient, l'envie de transmettre au-delà de ce « corps à corps » dont elle parle si souvent dans cet ouvrage. Voilà ces pages qui retracent une pratique inclassable, un syncrétisme de yoga, de narrative, d'hypnose ericksonnienne, avec une bonne dose d'humour et d'impertinence.

Pétri d'humanité, ce texte laisse la part belle aux exemples et aux histoires, essayant de saisir ces petits miracles qui adviennent lorsque le mental lâche la bride aux émotions, à l'intuition et à la sagesse infinie du corps. Il ne suffira sans doute pas à faire de chaque lecteur et de chaque

lectrice un interviewer chevronné des corps en mouvement. Mais sans aucun doute, il ouvrira un nouveau champ, une nouvelle façon de réfléchir à la relation au corps, de nouvelles possibilités pour réassocier et enrichir les histoires identitaires de nos clients.

À un moment où les Pratiques Narratives cherchent leur second souffle et sautent une génération, les « anciens » disparaissant de la scène, les imitateurs et les gardiens du temple sont légion mais les inventeurs sont tellement rares ! Or, qu'est-ce qui caractérise les Pratiques Narratives au-delà des époques, des cultures et des contextes ? « L'esprit d'aventure », répondaient ses fondateurs lorsqu'on leur posait cette question. Voilà en quoi ce travail s'inscrit résolument dans les pas de Michael White et David Epston. Il propose, il tâtonne, il expérimente, il cherche. Il est vivant. Il inspire, dans les deux sens du terme. C'est un grand privilège que d'en connaître l'auteure et de le préfacer.

Pierre Blanc-Sahnoun



# Introduction

---

J'AI LE SOUVENIR D'UN PETIT GARÇON de huit ans atteint d'autisme qui, dès qu'il arrivait dans la cour de l'hôpital de jour, venait poser ses deux mains sur ma poitrine. Il ne le faisait que le matin, jamais le reste de la journée. Son regard ne croisait jamais le mien. Et pourtant, je savais qu'il n'agissait pas ainsi avec les autres éducatrices. Il s'agissait de sa manière toute personnelle de me dire qu'il me reconnaissait, et qu'il me saluait. De la même façon dans la journée, lorsque j'étais assise sur un banc dans la cour, il venait s'asseoir sur mes genoux sans me regarder ni communiquer. Mes collègues infirmières m'expliquaient qu'il ne me voyait pas, que c'était comme s'il était venu s'asseoir sur le banc sans aucune intention particulière. Et pourtant, il y avait toute la place vide à côté, mais c'était sur mes genoux qu'il choisissait systématiquement de venir se poser. Jamais je ne pouvais le prendre dans mes bras, ni le toucher, il fallait juste que j'accueille ce petit corps qui, de dos, venait se mettre en contact avec le mien. C'était comme un langage de corps à corps. Peu à peu, j'en suis venue à vouloir décrypter ce langage et à traduire en mots ce récit de chair, cette chanson de gestes qui me parvenait depuis un lointain pays. Le résultat (provisoire) de cette quête est le livre que vous tenez entre les mains.

Je suis aujourd'hui thérapeute narrative, pratiquant depuis plus de dix ans cette méthode australienne d'accompagnement basée sur l'analyse des récits qui façonnent nos vies et nos identités. Avant cela, j'ai travaillé en tant qu'éducatrice spécialisée en institution auprès d'enfants porteurs

de handicaps physiques et mentaux, intervenant en ITEP, foyers d'accueil d'urgence et hôpitaux de jour. Je suis professeure de yoga depuis une vingtaine d'années, maman de trois enfants et grand-mère de quatre petits-enfants. Autant d'identités professionnelles, autant d'affluents qui convergent tous vers le grand fleuve du corps contraint, du corps souffrant, du corps résilient qui se fraie à tâtons un chemin hors du silence de l'impossibilité d'un langage.

Durant mes années d'études d'éducatrice, j'ai eu la chance et le bonheur d'avoir comme formateur Marc Guiraud. Il est le créateur de la « danse singulière » qui consiste à une mise en jeu du corps à travers la danse. J'avais pratiqué la danse classique et son langage très codifié durant plusieurs années dans ma jeunesse, j'ai découvert à travers la danse libre que mon corps pouvait exprimer des choses dont je n'avais pas conscience, et avoir sa propre voix. Cela a été précieux dans mon parcours personnel, et m'a encouragée sur cette voie d'exploration de l'expression corporelle.

C'est à travers le yoga, que j'ai découvert en 1993, que j'ai parcouru ce chemin.

J'ai tendance à dire que le yoga m'a sauvé la vie, en apaisant mon mental trop actif, et en m'aidant à prendre conscience de ma respiration et de mon corps. Quelques années auparavant, j'ai perdu un enfant de la mort subite du nourrisson, un traumatisme qui m'a entraînée sinon vers la folie, du moins vers la dépression. Je sais par expérience que le corps n'oublie pas, et qu'une simple odeur, une situation peut faire ressurgir le trauma. Par la discipline qu'exigent la pratique et l'enseignement du yoga, j'ai pu petit à petit relever la tête. Si je parle ici de cet évènement tragique, c'est pour dire que j'ai l'expérience des traces qu'un traumatisme peut laisser dans le corps, et comment l'analyse et la compréhension du trauma ne changent rien au ressenti de la blessure ou du moins à la cicatrice laissée dans la chair. C'est peut-être là que je trouve l'origine de ma démarche de vouloir interroger le corps.

## Une archéologie de l'espoir

Lors de ma rencontre avec les Pratiques Narratives, mon expérience du yoga et du langage du corps me conduisait parfois à élaborer mes questions aux clients de manière très personnelle et intuitive. Ces questions constituaient malheureusement la plupart du temps « des marches beaucoup trop hautes », selon l'expression consacrée des praticiens narratifs. C'est une formation à l'hypnose ericksonnienne avec le Dr Julien Betbèze, (psychiatre et psychothérapeute, pionnier des approches narratives en langue française qui a notamment retissé des liens entre l'Approche Narrative et l'hypnose ericksonnienne) qui m'aura permis de faire le lien entre ma pratique de l'Approche Narrative et les compétences que j'avais développées durant toutes mes années d'enseignement de yoga.

Mais l'histoire de ce livre a vraiment commencé lors d'une *master class* de David Epston à Paris en 2016. Suite à cette *master class*, un petit groupe de collègues s'est formé, s'étant baptisés eux-mêmes les « cartographes ». Avec l'aide de David, nous avons mis en place des conversations narratives qui nous permettaient d'imaginer comment nous pouvions faire évoluer les Pratiques Narratives chacun dans nos domaines de compétences. Après le départ de David, nous nous sommes réunis une seconde fois, afin de continuer à cartographier notre pratique. Catherine Mengelle (coach et formatrice bien connue, auteure de l'ouvrage de référence, *Grand Manuel de l'Approche Narrative*) m'avait interrogée à cette époque.

Sa première question que je n'oublierai jamais était : « Comment la narrative est-elle venue se tricoter avec le fil du yoga ? » Mes réponses à cette question étaient multiples : la volonté de laisser s'exprimer et d'être à l'écoute du langage du corps, faire le lien entre résistances physiques et résistances mentales, ouvrir des espaces et des portes dans la tête...

En travaillant avec les personnes porteuses de handicap, enfants et adultes, j'ai été confrontée à des corps en souffrance, parfois en très grande souffrance. J'ai dû m'adapter à la communication non verbale : par le corps, par le regard, par des supports (pictogrammes)... Je me suis attachée à ce que je pouvais lire du langage du corps. Cette lecture, je l'expérimentais en parallèle avec le yoga. Puis j'ai rencontré la narrative, qui a influencé ma manière d'enseigner et de pratiquer le yoga, tout comme le yoga avait influencé ma façon de faire de la narrative.