



Le Jeu du Sabre

Une recherche sur la relation

[Présentation](#)

[Vidéo](#)

[Cours - Stages](#)

[Accueil](#)

[Les thérapeutes](#)

[& pédagogues](#)

[La Fasciathérapie](#)

[Jeu du Sabre - Relation](#)

[Nos cours et stages](#)

[Quelques liens ...](#)

*Pour être tenu informé
par mail des nouveautés
(dates de stages, dates
d'initiations et autres),*



[version imprimable](#)

La recherche sur la relation que je propose consiste à observer certains critères que l'on retrouve dans toute relation entre deux personnes ou plus. C'est l'application de toute la méthodologie développée par le Pr Danis Bois dans la fasciathérapie et la somato-psychopédagogie à un secteur particulier de la relation.

Mouvement et relation :

Une particularité de ce travail est le cadre d'observation choisi : plutôt que d'étudier un comportement lors d'une conversation ou au cours d'un "jeu social" déterminé, on utilise le média du mouvement.

Un mouvement, en effet, peut être le lieu d'expression d'intentions différentes qui, chacune, lui donnent une valeur particulière. Un mouvement de recul, par exemple, peut être l'occasion de :

- se protéger, se couper d'un environnement vécu comme trop agressif
- goûter à son propre calme intérieur
- accueillir ce qui nous vient de l'extérieur
- aller rechercher en soi un élan pour une action donnée
- prendre en compte le résultat d'une action accomplie...

la liste n'est pas exhaustive

Un mouvement d'avancée peut, de même, se teinter de différentes significations... et ainsi de chaque orientation.

Il semble que reconnaître en soi cette richesse du langage corporel, découvrir une nouvelle capacité de nuance offre la possibilité d'affiner notre expression. Gagner en expressivité corporelle permet également d'améliorer l'adéquation entre le ressenti que nous souhaitons faire connaître et l'expression effectivement développée.

Gagner en précision dans notre intention lors de la phase d'expression développe parallèlement notre capacité à percevoir ce qui nous vient d'un interlocuteur. On écoute ainsi avec plus de finesse, et on pourra demander, à l'occasion, une plus grande précision afin d'éviter un malentendu possible ou un contresens.

Jeu du sabre et relation :

Afin de mettre les mouvements individuels en relation, nous utilisons des bokken (sabres en bois) qui sont maintenus au contact l'un de l'autre pendant tout l'exercice, de manière souple et détendue. Le point de contact des bokken sera bien sûr un lieu propice à la lecture de certains enjeux de ce face à face. Les deux sabres ne sont plus considérés comme des armes mais forment un espace vivant où la rencontre peut s'ajuster et évoluer. C'est véritablement une articulation entre les deux personnes, point qui fera l'objet de tous nos soins attentionnés...



L'attention en mouvement :

On évolue de cette manière à deux, dans un mouvement lent et relâché, guidés par des consignes précises selon les besoins pédagogiques du moment. La relation s'offre ainsi concrètement à voir par l'intermédiaire du mouvement des sabres qui amplifient et prolongent les détails des intentions gestuelles.

En observant notre gestuelle en situation de relation, dans ces conditions précises, c'est notre relationnel que l'on aperçoit. Avec ses zones de facilité et ses compétences, mais aussi ses restrictions, ses limitations.

L'état des lieux :

C'est souvent rassurant quand un vécu corporel vient donner corps de manière cohérente, concrète et significative à des informations psychologiques que nous avons déjà sur nous-même. C'est tantôt une confirmation, tantôt une précision ou un ajustement de nos croyances sur nous-même.

Une meilleure connaissance de notre mode de fonctionnement spontané se traduit toujours par un gain de fluidité, de présence et d'efficacité.

Notre recherche :

On pourra ensuite enrichir nos compétences relationnelles naturelles de nouvelles capacités de réaction, d'adaptation, de proposition, de créativité, etc. Cette recherche aura lieu sur le terrain devenu familier du mouvement à deux, le jeu du sabre...

