

Le théâtre thérapeutique de Sarah Serievic

Jouer la comédie peut-il être thérapeutique ? Oui, répond Sarah Serievic, comédienne et thérapeute, en prenant conscience que tous les personnages, tous les sentiments universels sont en nous. Découverte d'un travail initiatique

SE SOIGNER AUTREMENT : Comment êtes-vous venue au théâtre puis au théâtre thérapeutique ?

SARAH SERIEVIC : Très tôt dans mon enfance, j'ai eu à vivre des expériences difficiles liées à la violence et à la négation de ma personnalité. Un jour, je me suis réveillée avec une paralysie faciale. J'étais monstrueuse, la bouche de travers, l'oeil droit nettement plus haut que l'autre, la joue complètement remontée vers le haut. Ce visage là était l'expression de tout ce que je n'avais pas exprimé qui s'était imprégné en moi, l'expression de ma propre violence refoulée que j'avais retournée contre moi-même. Alors que j'avais été jugée irrécupérable par la médecine, la rage de vivre s'est imposée à moi et avec elle une force très puissante qui m'a poussée vers un premier défi : guérir ; puis vers un second défi : être reconnue dans le désir que je portais depuis toujours en moi : parler les mots que je n'avais pas pu dire, et monter sur scène pour être entendue. Guérie physiquement, je me suis présentée au concours du Conservatoire de Paris, un peu en dilettante, sans vraiment y croire moi-même... j'ai été reçue première sur 800 candidats, et le soir même j'étais engagée pour jouer dans un théâtre parisien.

SSA : Le théâtre vous a permis de vous ouvrir, mais pour vous comprendre ?

S.S. : Je parlais les mots des auteurs que j'interprétais, mais toujours pas les miens. Finalement, plus j'étais sous la lumière des projecteurs, plus j'étais dans l'ombre de moi-même. Je faisais du théâtre depuis dix

ans et j'endossais de fausses identités derrière un vide, car toutes les émotions essentielles de ma vie étaient toujours consciencieusement refoulées. Il m'a fallu dix ans d'analyse jungienne et de travail corporel pour ramener à la conscience ce qui m'empêchait d'exister : j'étais cachée derrière les personnages que j'incarnais. La profession d'acteur est périlleuse pour ceux dont la structure personnelle est fragile.

Ce travail jungien a été très important, et j'ai senti naître la lumière qui était en moi. Non plus celle des projecteurs, mais bien la mienne ! Puis j'ai rencontré et travaillé durant quatre ans avec le Professeur Anne Ancelin Schützenberger sur le psychodrame. J'ai appris à me mettre en scène moi-même et à travailler mes émotions par la parole, associée au mouvement du corps. La boucle se bouclait avec un sens profond : j'allais à mon tour retourner le projecteur sur les autres pour leur renvoyer l'image de leur profondeur. J'avais trouvé le sens de la vocation qui m'anime aujourd'hui.

SSA : Vous avez arrêté le théâtre et vous êtes alors devenue thérapeute.

S.S. : Je n'ai pas arrêté le théâtre, je l'ai prolongé en continuant mon parcours de vie : on m'a un jour proposé de travailler avec des enfants ; je les aidais à enlever les masques et les faux-semblants. Puis, le père d'un de ces enfants m'a demandé de penser au même travail avec... des conseillers financiers ! J'avais très peur, mais ce nouveau défi m'a vraiment motivé : j'ai accepté ce pari un peu fou. Voilà

quatre ans que cela dure.

SSA : Quel est précisément ce travail que vous proposez, surtout en entreprise et moins fréquemment avec des particuliers ?

S.S. : Par l'éducation, notre milieu social ou à l'école, on nous impose très tôt des masques : dire bonjour à la dame, sourire à ceux qui nous déplaisent, cacher nos souffrances ou nos blessures, ne pas rire trop fort pour ne pas déranger, sourire pour la photo... mourir à notre dynamisme intérieur. Je propose de vivre le contraire. Plus de masque, de costume, de rôle, et une parole libre dans un espace de liberté. J'amène à retrouver l'enfant intérieur que nous portons tous en nous et qui, par le jeu, dialogue avec papa, maman, l'autorité... pour lui dire tout ce qu'il a sur le coeur. Quand une petite fille parle à sa poupée et dit : "ça, c'est maman", elle vit un acte symbolique qui lui permet ensuite

de passer à autre chose. Ainsi, quand maman sera devant elle, la petite fille pourra dire son sentiment clairement, sans défouler ni refouler. Mes stages proposent de retrouver l'état d'enfant, l'élan authentique, par la mise en scène de situations de frustration. Ainsi, on peut démonter l'image, puis la reconstruire et la réinventer avec d'autres comportements, d'autres mots, d'autres gestes... ou, pourquoi pas, les mêmes, mais dans un ordre différent. Il n'y a pas de lieu dans la vie qui propose cette démarche.

Cette distanciation permet à chacun de devenir l'avocat de lui-même, de prendre conscience de ses propres réponses, celles qu'il porte en lui, pour sa propre évolution. Avec une situation bloquée, on peut aller jusqu'à la caricature, faire ressortir un détail qui entrave la communication, puis on peut l'extrapoler jusqu'au rire. Dans ce cadre là, la démesure est thérapeutique.

SSA : Cette approche n'est-elle pas un peu trop intellectuelle ?

S.S. : Non, durant une séance, nous nous adressons à la totalité de ce qui compose l'humain. L'énergie remuée et dynamisée descend dans la conscience corporelle, le mouvement s'incarne dans toute la personne pour aller vers une fonction de réparation unificatrice. On ne change pas le passé, mais on peut changer l'incidence qu'il a sur le présent, en passant par la répétition symbolique. Au cours du processus de ce jeu, apparaît un sens sur ce qui semblait ne pas en avoir : "Trouver une réponse nouvelle à une situation ancienne", résumait Moreno, l'instigateur du psychodrame. De ce point de vue, le théâtre thérapeutique est la forme suprême du théâtre, c'est un art tout autant qu'une science. Par cette reconversion du passé, on donne du sens au présent qui, alors, devient sacré. Pour moi, seul le présent est

sacré. Dans ce domaine, nous sommes tous les apprentis sur un chemin initiatique. Personne n'est achevé, nous sommes tous perfectibles : j'y vois là la plus haute expression de la liberté humaine.

Rencontre avec Ronald MARY

Renseignements : Sara Serievic

Tél. : 01 47 47 60 32

E mail : sarah-serievic@9online.com

CONFÉRENCE-ATELIER
DE SARAH SÉRIÉVIC



Photo X