

Nouveauté 2015
parution du nouveau livre de

Marie-Odile Brêthes
L'Art-Thérapie Évolutive®

MARIE-ODILE BRÊTHES
**L'ART-THÉRAPIE
ÉVOLUTIVE®**



Collection
Art-Thérapie Évolutive

Editions Oriane

Dimensions : 15,5 x 22 cm
Nombre de pages : 300
Support : Livre Broché
Editeur : Editions Oriane
Prix : 22 €

SOMMAIRE

- P2 L'auteur
- P3 Le livre
- P6 Événements
- P7 Contacts

L'auteur

Marie-Odile Brêthes, art-thérapeute, symboliste et écrivain, accompagne et forme des personnes en art-thérapie évolutive®, pratique qu'elle a créée depuis plus de 15 ans. Elle enseigne au sein de l'Ecole Plénitude qu'elle a fondée en 2007.

Le livre *L'art-thérapie évolutive*® est le fruit de cette approche thérapeutique novatrice. Elle accompagne également des personnes atteintes de maladies chroniques dans le cadre de la «Fabrique créative de santé» née de l'Unité Transversale d'Education Thérapeutique (UTET) du CHU de Nantes.



Interview

Interview réalisé le 19 mars 2015

Marie-Odile, pourquoi avoir choisi d'appeler votre méthode art-thérapie évolutive® ?

L'art-thérapie est la capacité à déposer ses émotions, ses pulsions, sur la toile, dans la sculpture. Le mot évolutif c'est à la fois une philosophie qu'on croit en l'évolution de la personne, et que l'être cherche un sens à sa vie et aux épreuves. Evolutif c'est aussi faire évoluer l'expression artistique. Nous allons analyser et découvrir le message qui se trouve à l'intérieur du dessin, du modelage ou de la peinture. Nous allons y répondre en faisant d'autres dessins (par le jeu de découpages, collages, etc.) jusqu'à accueillir la qualité émergente.

Comment avez-vous fait pour aboutir à cette méthode?

En 1995, je suis partie de mon expérience personnelle en faisant moi-même des dessins pour évacuer des émotions. L'arrivée de mon premier enfant a réveillé chez moi beaucoup d'émotions, je me suis mise à dessiner et à analyser mes propres dessins. J'ai développé ce travail d'abord en écrivant *Le Dessin Guérisseur* (2000) qui est devenu ensuite l'art-thérapie évolutive®. En parallèle, j'ai créé une Ecole pour transmettre ce travail et insuffler dans le milieu de l'art-thérapie l'importance de l'analyse des oeuvres.

Vous vous rattachez au courant de psychologie transpersonnelle, pouvez-vous nous en dire plus?

Nous nous appuyons sur l'importance des qualités et de l'existence du Centre de Conscience qui se nomme le SOI. Ce sont les deux fondamentaux du Transpersonnel. Transpersonnel voulant dire au-delà du personnel, il ouvre à l'autre, au monde, à l'Amour Inconditionnel.

L'école Plénitude

L'Ecole Plénitude enseigne une forme d'art-thérapie novatrice, libre de tous courants, reliant art, psychologie transpersonnelle, symbolique et spiritualité. Le but est de former de futurs art-thérapeutes évolutifs, de développer la connaissance symbolique à travers l'analyse des œuvres, et d'accompagner les personnes dans leur processus de transformation.

Le livre

Descriptif

L'art-thérapie évolutive[®] propose des soins à la personne pour les niveaux physique, émotionnel et mental avec pour finalité de mener à la rencontre du Soi. Ce niveau spirituel et transpersonnel, a été grandement exploré par des penseurs humanistes tels que Carl Gustav Jung, Abraham Maslow et Roberto Assagioli. Marie-Odile Brêthes se propose de faire pratiquer cette nouvelle psychologie humaniste, par le biais du dessin guérisseur, véritable soin à la personne et outil thérapeutique.

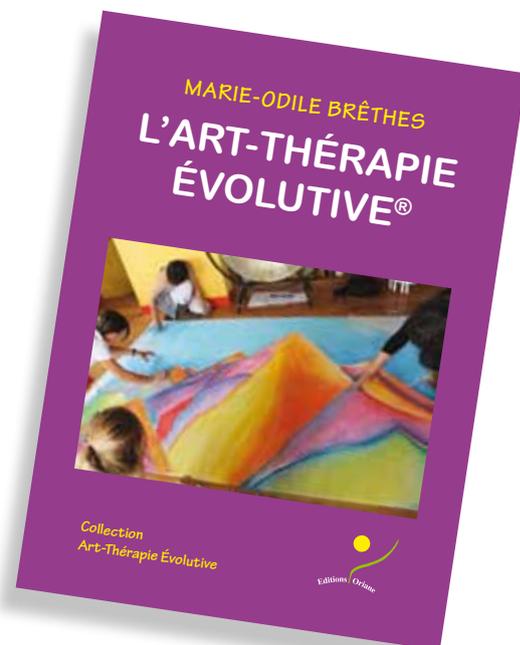
La dimension évolutive de cette nouvelle forme d'art-thérapie réside dans le fait qu'elle conduit l'être à se dévoiler et à reconnaître sa capacité à évoluer.

Ses spécificités méthodologiques :

- lecture analytique de l'expression artistique (dessins, peinture, écriture, modelage, danse, chant improvisé, etc),
- transformation des oeuvres réalisées dans le but de vitaliser les qualités et les dons de la personne.

Ses cadres de références théoriques et pratiques :

- l'analyse symbolique et archétypale,
- les principes de Psychologie Humaniste et Jungienne.



SOMMAIRE DU LIVRE

Introduction

Chapitre 1 : Qu'est-ce que l'Art-Thérapie Evolutive[®]?

Chapitre 2 : Les principes de psychologie humaniste sur lesquels s'appuie la pratique de l'art-thérapie évolutive

Chapitre 3 : Les symboles et leurs rôles en art-thérapie évolutive

Chapitre 4 : Se libérer de l'emprise des mémoires et des croyances du passé souffrant

Chapitre 5 : Découpages et collages: faire évoluer le dessin

Chapitre 6 : Les qualités rencontrées en art-thérapie évolutive

Chapitre 7 : Les épreuves et les résistances aux qualités

Chapitre 8 : Le dessin du corps et le portrait

Chapitre 9 : La transmutation des émotions

Chapitre 10 : Du mental limitatif au mental créateur

Chapitre 11 : Le Soi

Conclusion

Bibliographie

Discographie et Bibliographie



Extraits

créer est le travail proposé par l'art-thérapie évolutive. Le dessin dévoile progressivement ce que le conscient tente de cacher.

R. et le désir d'accomplissement



Dessin 1 (2009)



dessin 2



dessin 3

R. était une jeune fille sage de 21 ans. Elle avait beaucoup d'eczéma depuis qu'elle était petite. Elle est venue à la formation car elle désirait devenir art-thérapeute. Son premier dessin a fait surgir une sub-personnalité de sirène, émergeant de l'eau, le visage bleu (dessin 1). Je lui ai proposé de « charnelliser » le portrait et de

194

la faire sortir de l'eau pour la déposer sur terre. R. a découpé le visage de la sirène et ainsi l'a extraite de l'eau (dessin 2). Cette eau symbolisait le monde émotionnel dans lequel elle étouffait. R. disait qu'il s'agissait d'une sirène mais l'analyse proposait d'y voir aussi une femme dans l'eau, comme happée par un affect trop envahissant. La couleur marine qui l'enfermait symbolise souvent l'uniforme, le devoir d'être dans la norme, les éducations trop classiques qui empêchent la personne d'exprimer son originalité. Cette analogie fait référence aux uniformes scolaires que portaient, dans les pensionnats, les générations précédentes. R. a recollé le visage sur une grande feuille et a rempli de chair (dessin 3) le visage si bleu qu'il paraissait avoir perdu toute vitalité. Puis elle a dessiné le buste couleur bleu marine (dessin 4).



Dessin 4

195

La jeune femme qui émergeait dans ce dessin paraissait sûre d'elle mais encore enfoncée dans une coque marine. Ce dessin indiquait qu'il était temps pour elle de grandir et de se positionner en adulte tout en faisant sauter la gangue.

Il arrive souvent que, dans les premiers dessins, la personne révèle le but de l'inconscient, comme dans cet exemple, où, tout de suite, la femme sûre d'elle et au regard profond est apparue. Il aura fallu cependant une année d'exploration par de nombreux dessins pour que R. affirme sa créativité et ses désirs profonds.

En même temps qu'elle dessinait la sirène, R. a représenté un enfant descendant d'un monde de lumière évanescence. Ce dessin indiquait qu'enfant elle avait eu tendance à se réfugier dans le monde des rêves. En faisant descendre son « Enfant Intérieur⁶² » (dessin 5), elle commençait à s'affirmer à elle-même qu'il était temps de s'incarner, d'agir concrètement, de s'engager pour toucher terre.



Dessin 5 (2009)



et dessin 6

⁶² Quand l'auteur parle de « L'Enfant Intérieur », il parle de la mémoire d'enfance encore non guérie qui s'active parfois de façon inconsciente.

196

Le week-end suivant, elle redessina encore l'ondine (dessin 6), mais cette fois-ci entière comme pour bien la voir. La sirène est un des symboles de l'emprise de l'émotionnel sur la personnalité. Elle vit dans l'élément eau, élément symbole des émotions, des désirs et du monde des rêves. R. étant une très jeune fille, venait à la formation avant tout pour se trouver et déposer de nombreuses émotions indicibles. Elle possédait une grande force et était très fascinée par le monde pulsionnel.



Dessin 7

Elle se lança dans une série de dessins pour rencontrer le monde de ses pulsions, l'apprivoiser et le transmuter. R. faisait des études d'illustratrice et ses professeurs lui donnaient comme travaux à réaliser des sujets sombres: des zombies, des vampires, des personnages torturés, des ambiances éveillant des peurs. Dans la formation, j'insistai sur la puissance des images et sur les valeurs de l'Âme. La femme tête de loup pouvait représenter les pulsions et fascinations pour le monde de la souffrance. Mais l'énergie de son Soi cherchait à se déployer et à devenir le guide.

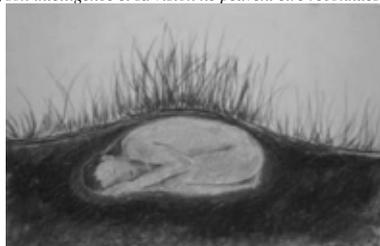
R. enclencha un processus évolutif qui se déroula en une succession de dessins, un peu à la façon d'une bande dessinée. Dans le dessin 7, la femme arborait une tête de loup bleu comme le visage bleu de la sirène. Ce dessin m'évoquait un jugement profondément

197



Extraits

inconscient sur la sensualité de la femme. Qu'elle ait une face animale ou bien une queue de sirène, la partie humaine et sexuelle de la femme restait cachée et animalisée. Elle informait d'un intérêt très fort aux pulsions de vie. Sans visage, la femme n'est qu'un corps, son intelligence et sa vision ne peuvent être reconnues.



Dessin 8

Suite à ce dessin, R. représenta en fœtus une jeune femme repliée (dessin 8) qui symbolisait son potentiel féminin créateur. Cette féminité pure se tenait sous la terre, cachée derrière des herbes hérissées qui informaient d'une grande peur à révéler ses qualités féminines. Ces tiges évoquaient aussi un dos de hérisson. Comme si R. se hérissait quand on reconnaissait ses qualités. Le fait de dessiner ses deux énergies opposées (dessin 7 et dessin 8), a éveillé chez R. le désir de rencontrer ce féminin. Les dessins suivants le montrèrent.

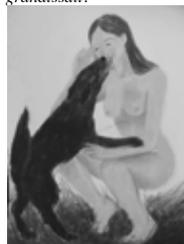


Dessin 9

et dessin 10

198

Sortie de son trou, la jeune femme regardait l'animal (bleu) qui de loup s'était changé en jeune agneau apeuré. Elle le colora alors en marron (la couleur bleu sur la peau ou le poil évoque la désincarnation). Le marron, couleur du poil, réveilla tout de suite l'aspect vivant de l'animal. En faisant ces dessins elle apprivoisait doucement les instincts tout en accueillant son humanité. La femme avait de nouveau un visage. Et son visage et son apparence mûrissaient à chaque nouveau dessin. Le personnage s'épanouissait et grandissait.



Dessin 11



et dessin 12

L'agneau est devenu un chien-loup. L'animal embrasse sur la bouche la jeune fille devenue femme. Parfois l'animal, ressemblant à un chien (symbole psychopompe, parfois comme sur le dessin 12 à un loup aux yeux brillants, semble la guider à travers les profondeurs de l'inconscient jusqu'à la plage.

Le fait que le loup se transforme en agneau dans le dessin 9, puis dans le dessin 11 ressemble à un chien affectueux et dans le dessin 12 a des yeux brillants de loup sauvage, traduit bien l'ambiguïté que R. entretenait avec ses désirs et ses instincts: tantôt attirants, tantôt dangereux. L'agneau évoque symboliquement la soumission et le sacrifice, le loup, sa polarité opposée, représente l'aspect pulsionnel et instinctif mais dangereux. En transformant sur ses dessins, l'agneau en loup, puis en chien loup, R. s'est réconciliée avec ses désirs, en cherchant à les équilibrer.

199



Dessin 13



dessin 14

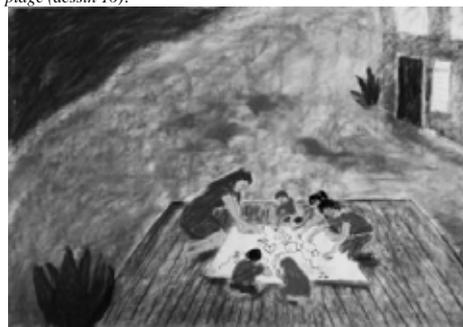
Elle a pu ensuite s'affirmer dans le dessin du portrait (dessin 13). Le personnage, qui la représente enfin dans le dessin 14, regarde la mer avec nostalgie, attirée par les vastes horizons et les voyages. Pendant tout ce travail art-thérapeutique, R. a accédé à la représentation authentique d'elle-même, simplement, libérée des masques. Elle est née à elle-même. Au début, elle s'est dessinée nue, puis ensuite s'est habillée pour se présenter au monde. Dans le dessin 14, R. s'est dessinée rassemblant son courage et sa volonté pour affirmer ses désirs.



Dessin 15 (2010)

200

Sur le dessin 15, le personnage très incarné se tient sur des nuages et des formes floues qui pourraient symboliser des restes de peurs qui flottent autour d'elle. Pour ceux qui ont un regard aiguisé, vous pouvez voir que ce brouillard prend la forme de profil d'une tête de loup ou de dragon. Le mot MOI lui fait un œil. Le personnage marche sur le bout de la gueule du loup. Il ferme alors la gueule à sa peur. Elle avance, inébranlable, vers ses objectifs. Lors du dernier stage, R. insista dans ses dessins sur la qualité de la volonté (thème du stage) pour affirmer ses désirs. Quelques temps après, elle choisit de partir vivre en Australie. C'est là-bas qu'elle a rencontré un ami et où elle concrétise ses rêves. Elle pratique en tant qu'art-thérapeute et continue ses études en art-thérapie. Au travers de ce processus art-thérapeutique, R. a sorti d'abord la sirène, vivant dans l'eau de ses rêves non réalisés, pour ensuite progressivement se réconcilier avec ses désirs, les accueillir et les formuler pour enfin les accomplir. Dans son dernier dessin, elle s'est représentée en train d'animer un atelier d'art-thérapie sur une plage (dessin 16).



Dessin 16

Dans le dessin 16, la vibration du loup a laissé la place à un brouillard à forme de tête de nounours, juste au-dessus de l'adulte

201

Événements

Livres à paraître

- *Les bases symboliques de l'art-thérapie évolutive*, éditions Oriane
- (*Le Dessin Guérisseur*, revu et grandement réécrit) éditions Oriane.
- *De l'art de la souffrance à l'art du Sublime*, éditions Oriane.
- *Se libérer du Patriarcat*, écrit avec Catherine Vallée, éditions Oriane

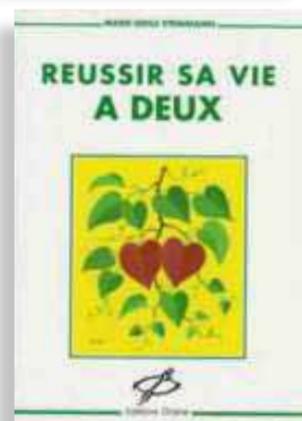
Livres parus

DE L'AUTEUR :

- *Le Dessin Guérisseur*, éditions Oriane, 2000.
- *Réussir sa vie à deux*, éditions Alain Brêthes, 1993.
- *Pour une harmonie du couple au quotidien*, éditions Alain Brêthes, 1994.

PARTICIPATION DE L'AUTEUR :

- *Humeurs et Pratiques d'art-thérapie*, Collectif dirigé par J.L. Sudres, G. Roux et M. Laharie, collection L'Harmattan, 2003.



Contacts

Auteur

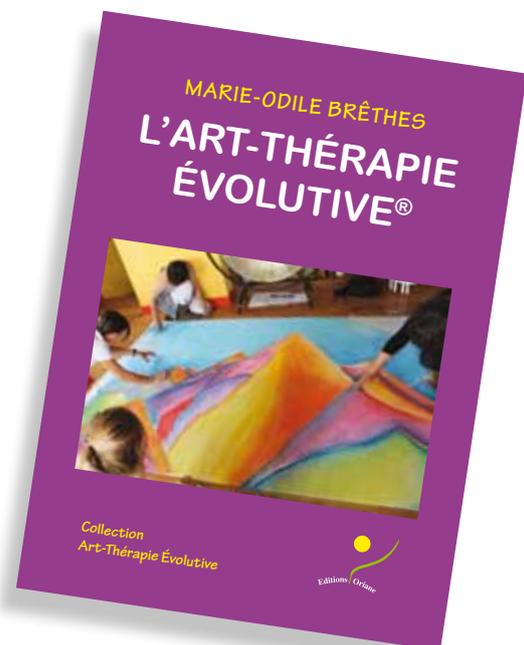
Marie-Odile Brêthes

06 79 39 22 79 ou 02 40 77 34 20

Mail : marieodile.brethes@gmail.com

Blog : <http://marieodilebrethes.eclablog.com>

Site école Plénitude : www.ecoleplenitude.org



Editeur

Editions Oriane

Alain Brêthes

02 40 77 34 20

Mail : alain.brethes@gmail.com

173, Bois Chapelet

44430 Le Loroux-Bottereau

