Document généré le 13 juil. 2025 09:09

esse arts + opinions

Manuel de contre-posturologie

Michel F. Côté et Catherine Lavoie-Marcus

Numéro 85, automne 2015

URI : https://id.erudit.org/iderudit/78609ac

Aller au sommaire du numéro

Éditeur(s)

Les éditions esse

ISSN

0831-859X (imprimé)
1929-3577 (numérique)

Découvrir la revue

Citer ce document

Côté, M. & Lavoie-Marcus, C. (2015). Manuel de contre-posturologie. *esse arts + opinions*, (85), 92–93.

Tous droits réservés © Michel F. Côté, Catherine Lavoie-Marcus, 2015

Ce document est protégé par la loi sur le droit d'auteur. L'utilisation des services d'Érudit (y compris la reproduction) est assujettie à sa politique d'utilisation que vous pouvez consulter en ligne.

https://apropos.erudit.org/fr/usagers/politique-dutilisation/

Cet article est diffusé et préservé par Érudit.

Érudit est un consortium interuniversitaire sans but lucratif composé de l'Université de Montréal, l'Université Laval et l'Université du Québec à Montréal. Il a pour mission la promotion et la valorisation de la recherche.

https://www.erudit.org/fr/

Schizes en compagnie d'un corps ou l'autre

Manuel de contre-posturologie

Michel F. Côté
et Catherine Lavoie-Marcus

La question posturale barbote dans les limbes de la philosophie. Elle repose sourdement entre l'idée et l'acte. Les philosophes sont engloutis par ces interrogations délicates : L'écart entre la pensée et le geste doit-il être métaphysiquement maintenu ou aboli ? Est-il possible de les confondre ou d'assurer un passage de l'un à l'autre, et si oui, comment, et surtout, pourquoi ? L'existence posturale, située quelque part entre le firmament des idées et l'agir politique, est dès lors laissée à l'usage des yogis et des physiothérapeutes. Ils ont une emprise incontestable sur son sort : ils la saturent de normes (justesse, alignement, efficacité), mais éludent son pouvoir symbolique. Pourtant, les attitudes particulières qu'adopte le corps humain en certaines circonstances produisent invariablement des schèmes sémantiques fascinants à décoder.

De tout son long, le corps en dit long. Funambulons plus loin, et disons que la posture du sujet témoigne toujours de sa position et inversement. Vous les avez déjà croisés :

— l'efflanqué, courbé sous le poids des dictats ;
— le prédateur, princier et vastement enflé ; satisfait de lui-même ;
— le rigoriste, prêt à se fendre en deux ;
— le béat, agenouillé et heureux en Dieu ; tranquille devant le désastre ;
— et ainsi de suite…

Bien que le spectre postural des corps soit potentiellement infini, il est souvent archétypal. Pourquoi la complexité des idées et des actes ne trouverait-elle pas son pendant postural ? Nous proposons ici l'amorce d'un manuel de contre-posturologie. Rien d'exhaustif, tout à imaginer. Le corps bien déséduqué pourra alors se défaire de l'alternative qui le maintient entre puissance et insignifiance, ou entre souplesse et statufication. L'œil aiguisé, quant à lui, pourra se réjouir ou s'affliger d'une posture, trouver du panache à l'informe, ou de la nullité au virtuose, c'est selon.

~ ~ ~

LE RÊVE DU PAPILLON PEINTRE

Position
Vous vous êtes endormi et rêviez que vous étiez un homme politique, un homme bien intentionné, à la carrière tonique et prospère. À votre réveil, vous êtes désorienté : il y a erreur, vous êtes plutôt un politicien qui rêvait qu'il était un artiste, un artiste bien intentionné, à la carrière inventive et prospère. Vous vous arrêtez et réfléchissez. Entre ces deux choses, il doit bien exister une différence. Qui êtes-vous ?

Posture suggérée
Assis à l'indienne, dénudez votre flanc droit, pincez-le trois fois.

Fréquence d'exécution
Au moindre doute.

LA MARMOTTE SUR L'AUTOROUTE GISANT

Position
Gésir peut être une posture d'envergure. La ruine, l'animal écrasé, l'épave, la cour à scrap, les mauvaises herbes, le mutisme et la grève ne sont pas des négativités de la pensée destinées à exciter les dialecticiens, ce sont des négativités sensibles qui restreignent la vitalité exorbitée que l'on reconnait sans différence chez les agents d'immeubles, les boissons énergisantes, les groupes pro-vie, les OGM, et les Toys"R"Us.

Posture suggérée
Telle une ordure gisant au milieu de l'autoroute du progrès, étendez-vous sur le sol dans une posture accidentée, suez-y et puez-y.

Fréquence d'exécution
Au besoin, et profitez-en.

SAPIENCE SANS PAROLES DES ÊTRES INANIMÉS

Position
Aux yeux des mammifères, le monde minéral est infiniment étrange, il dépasse l'entendement. Les pierres n'ont pas l'usage de l'ouïe, mais elles sont pourtant à l'écoute. Il suffit de parler à un caillou quelques minutes pour y discerner une intensité d'attention sans égale dans le monde animal.

Posture suggérée
Assis sur le sol, jambes et bras croisés, vous êtes immobile devant une pierre de grosseur moyenne. Vous regardez celle-ci intensément. Vous écoutez avec vos yeux. Vous êtes en dialogue. La pierre vous indiquera le moment où cet entretien devra se terminer.

Fréquence d'exécution
À l'heure précise de chaque solstice, le reste de votre vie.

MOUSTIQUE DU FOURRÉ

Position
Attitude cryptée qu'empruntent sans distinction les banquiers et les affamés, les uns appelant les autres. Selon certains maitres Shendou, ce paradoxe postural explique l'état pitoyable de notre monde.

Posture suggérée
Grand singe en colère, vous montrez les dents exagérément et bougez les membres en tous sens jusqu'à l'épuisement. Vous pouvez aussi cesser cette agitation à la mort du moustique, si vous parvenez à le tuer. Pour accompagner cette posture dérogatoire – puisqu'elle implique de vifs mouvements –, nous recommandons l'écoute de *Broken Face* ou *« You Fuckin' Die…! »* des Pixies.

Fréquence d'exécution
Lorsqu'il est question de la dette.

L'ÉTOILE SANS RELAI

Position
L'univers est en expansion, les corps célestes s'éloignent irrémédiablement les uns des autres. Qu'en est-il de l'esprit humain ? Alors qu'elle se croit unifiée, la pensée est livrée à la dispersion inéluctable de la chair.

Posture suggérée
De bon matin, avant la lecture du journal, écarquillez-vous jusqu'à vous dissoudre.

Fréquence d'exécution
Le dernier matin.

REGARDER LA LUNE EN ARRIÈRE PRÉVIENT LES SEPT MALADIES

Position
Les êtres foncièrement tournés vers l'avant

– futuristes et autres machinistes du progrès numérisé croyant pouvoir dominer le sentimentalisme – manquent la moitié du spectacle. Imaginez les charnières d'une porte qui rouillent lorsqu'elle n'est plus en mouvement ; refusant de se retourner, ces futuribles bandés vers l'avenir ont tout autant verrouillé leur existence.

Posture suggérée
Regardez derrière vous régulièrement, en balayant votre regard par-dessus chacune de vos épaules, alternativement. Vous verrez : ce pauvre écrin de laine grignoté au ras de votre épiderme par les professionnels de l'avenir finira par repousser doucement.

Fréquence d'exécution
Lors de démangeaisons.

REGARDER LA PINÈDE FAIT DISPARAITRE LE SAPIN

Position
Vous cherchez désespérément une posture fédératrice qui guiderait autoritairement la raison d'être de votre entrainement postural schizophrénique, qui assurerait un dialogue entre toutes les postures et qui vaudrait pour plus que leur somme.

Posture suggérée
Abolissez immédiatement cette tendance à la domination : rentrez-vous un doigt dans l'anus.

Fréquence d'exécution
Une fois, tout de suite.

FACE AU CYPRIN DORÉ, L'ESPRIT EST INDIFFÉRENT

Position
Il ne faut pas quitter le mouvement pour rechercher la tranquillité. Au contraire, il faut rechercher la tranquillité au sein du mouvement. Mouvement et tranquillité n'ont jamais été séparés.

Posture suggérée
Dans une position confortable, en étirant le cou suffisamment, collez-vous le nez au bocal et observez le va-et-vient flou du cyprin doré (poisson rouge). Gardez cette position aussi longtemps que nécessaire, sans vous liquéfier.

Fréquence d'exécution
Les nuits d'insomnie.

ACTIONNER LA DÉCOUPEUSE MURALE ÉLECTRIQUE

Position
Le mécénat sauvage circonvient l'art, il est une maçonnerie épatante. Il tente de convaincre que l'art ne peut se tenir debout tout seul – ou grâce à l'effort collectif – et colmate les orifices par lesquels il respirait.

Posture suggérée
Serrez les poings puis actionnez la découpeuse en un jet vertical, dans une ligne droite partant de la zone frontale jusqu'à la zone pelvienne, le tout suivant une expiration abrupte. Le mur doit s'effondrer sans délai.

Fréquence d'exécution
Lors d'un discours à la chambre de commerce sur l'avenir du financement en art.

SUR LA FEUILLE HUMIDE DU GINGEMBRE MATURE, UNE LUCIOLE DUBITATIVE

Position
Nous savons tous que ce monde est aussi éphémère que la rosée. Est-il utile d'agir en d'incessantes circonvolutions redondantes ? Tranchez directement à la racine, faites bon usage de votre mental et cherchez refuge dans votre nature originelle. À défaut de quoi, vous ne trouverez refuge nulle part.

Posture suggérée
Debout dans la rue, tenez-vous très droit sans bouger. Imaginez-vous ceci : un pied après l'autre, lentement, avec assurance, vous avancez. Vous n'arrêtez sous aucun prétexte, et vous hurlez le sentiment d'injustice qui vous accable. Cette posture peut aussi se pratiquer collectivement, par milliers.

Fréquence d'exécution
Le plus souvent possible.

GRATTER LE POIL LE LONG DE LA LONGUEUR

Position
Faites la part des choses, faute de quoi les choses se souderont dramatiquement. Voyez comment ont été ramassés en pâte puis écrasés en abaisse, lors d'un moment d'inattention, l'art, l'innovation et le retour sur investissement.

Posture suggérée
Joignez les deux mains par l'entrelacement des pouces, écartez bien les doigts et recourbez-les aux métatarses, de façon à créer un râteau. Ramenez vers vous tout ce qui en vaut la peine et laissez le reste de côté. Faites-le sans distinction pour les mots, les êtres, les choses et les idées.

Fréquence d'exécution
Au retour d'un moment d'inattention.

TIGE MOLLE DU SAMOURAÏ RAIDI

Position
Inspirée par les propos sur l'art d'un notable qui préside le CA d'un Conseil des arts près de chez vous. Voici, en résumé : « Nous avons besoin de rêver. » Noble chose que de nous en informer, mais à quoi devrions-nous rêver exactement ? Et si nous avions plutôt besoin d'une dose massive de réel, tel quel et cruel ?

Posture suggérée
Tout est vide, rayonnant et lumineux par soi-même, inutile d'en rajouter. Pendant quelques minutes, raidissez tout ce que vous pouvez, mais prenez soin de conserver une infime zone molle, une tige secrète et rébarbative, infiniment réelle. Concentrez-vous sur celle-ci.

Fréquence d'exécution
En tout temps.

REFUSER LE CHEVAL DONNÉ APRÈS AVOIR REGARDÉ LA BRIDE

Position
Si les lanières de la bride sont fissurées, vous risquez une chute fatale. Si les mors se chevauchent dans la bouche de l'animal, vous le blesserez en tirant sur les lanières. Si on vous a donné un cheval avec une bride très bien adaptée, peut-être veut-on gager sur votre victoire dans une course qui ne fera que vous épuiser. Dans tous les cas qui précèdent, refusez le cheval donné.

Posture suggérée
Étendez les bras et ramenez les doigts vers vous afin de dresser vos paumes à la verticale. Restez dans cette position tant et aussi longtemps que quelqu'un est susceptible de vous donner un cheval.

Fréquence d'exécution
Chaque fois qu'un mécène s'apprête à vous subventionner.

LE MÂT QUI NE BRANLE PAS

Position
Vous savez que poser une question signifie déjà désobéir.

Posture suggérée
Gardez l'index bien levé.

Fréquence d'exécution
Tous les jours, au lever.

~ ~ ~

Appel d'air pulmonaire
Ces postures ne remplacent en rien l'agir politique. Elles ne sont pas déjà des actes, tout comme une façon de bouger n'est pas déjà un mouvement, et une façon de parler n'est en rien un discours. Prendre position permet tout au plus de se désolidariser intérieurement du sordide, de marquer d'un tranchant immanent le continuum, mais cela ne règle le sort de personne sauf le sien – peut-être, et momentanément.

Petite biographie

Incomplets, les auteurs pensent et agissent à tour de rôle. Devant l'orage, ils sont l'un pour l'autre, alternativement, un paratonnerre, une veste de sauvetage. Les meilleurs jours, ils font presque corps.