

Rapport de recherche

Titre : Rendre Sensible - Quels potentiels la méthode Feldenkrais recèle-t-elle pour le travail de l'acteur.ice ? Pour une pratique scénique issue du Feldenkrais

Auteurs : RAHIR Julie-Kazuko et GEFFROY SCHLITTLER Christian

Date : 2023

Institution : La Manufacture – Haute école des arts de la scène / HES-SO

1. Rappel des objectifs fixés dans la demande

Le projet de recherche *Rendre sensible*¹ s'est fixé comme objectif principal l'élaboration d'une pratique scénique issue de la Méthode Feldenkrais² permettant aux acteur.ices une approche sensible et consciente de la scène. Il s'est inscrit dans la continuité de celui mené en 2020 (*Théâtre et Feldenkrais*³) qui avait pour objectif d'identifier et nommer les outils de la méthode Feldenkrais pertinents pour le travail de l'acteur.ice. Pour ce faire, nous, Christian Geffroy Schlittler (CGS), comédien, metteur en scène et pédagogue et Julie-Kazuko Rahir (JKR), comédienne, pédagogue et praticienne Feldenkrais, avons posé comme objectifs :

- explorer dans la pratique scénique les outils du Feldenkrais que nous avons identifiés,
- élaborer et tester des leçons pour acteur.ices,
- formaliser un manuel pour l'acteur.ice.

2. Objectifs atteints

Les outils identifiés, nommés et sur lesquels nous avons travaillé sont : la réversibilité, le délai, la distribution proportionnelle du mouvement, le voyage attentionnel, le moindre effort, transformer toute consigne en mouvement, l'*acture*, l'amplitude de l'action, le mouvement intentionnel, orientation/manipulation/temporalité, les contraintes, le confort, le jeu, l'erreur, la pause, les questions, faire moins c'est faire plus, la lenteur, percevoir par projection, la différenciation.

Nous les avons définis de manière générique comme *des impulsions créatrices de mouvements permettant à l'acteur.ice de s'engager dans une recherche dynamique*. Nous les avons identifiés car ils apportent *des solutions de jeu* lors de situations de blocage, et permettent d'investir

¹ <https://www.manufacture.ch/fr/5231/Rendre-Sensible-Quels-potentiels-la-methode-Feldenkrais-recele-t-elle-pour-le-travail-de-l-acteur-ice>

² La méthode Feldenkrais a été inventée par Moshe Feldenkrais dans les années 50 et fait partie de la Somatique définie par le philosophe américain Thomas Hanna comme étant « l'art et la science des processus d'interaction entre la conscience, le fonctionnement biologique et l'environnement ». Thomas Hanna, « The Field of Somatics », *Somatics*, vol. 1, 1976, pp. 30-34.

³ <https://www.manufacture.ch/fr/4409/Theatre-et-Feldenkrais>

sincèrement les formes proposées par la mise en scène. Ils permettent par ailleurs de *générer des ressources* infinies de matière créative sans dépendance de l'avis d'un œil extérieur. Plus largement, ils nous ont donné des clés pour *penser le mouvement de l'acteur.ice sur scène*, abordé ici dans son sens large, c'est-à-dire, défini aussi bien par les pratiques somatiques que par les théories neuroscientifiques *comme étant à la fois une action physique mais aussi un « geste mental »* (Lachaux⁴). Ainsi, les *mouvements de l'acteur.ice* qui nous ont intéressés concernent aussi bien ce que nous avons l'habitude d'appeler (depuis le travail effectué en Russie par Stanislavski au début du 20^{ème} siècle) les « actions physiques » de l'acteur.ice⁵, mais aussi d'autres types de mouvements, tels que les mouvements de l'attention, de la pensée, de l'émotion, ou encore tout ce qui concerne le processus de mise en mouvement qu'induit le surgissement d'une idée, d'un acte créatif.

2.1. Exploration des outils

C'est à partir de ces outils qu'il s'est agi de définir et d'élaborer une pratique scénique. C'est-à-dire qu'il fallait les penser et les configurer dans le temps et l'espace de l'expérience scénique ; en cartographier les interactions ; en saisir les déroulements ; autrement dit en saisir leurs potentiels en lien avec des enjeux scéniques. Nous avons l'intuition que la formalisation d'une pratique de scène ne devait pas se structurer exclusivement par le biais de la pratique scénique, mais aussi par une série d'explorations en dehors de son champ immédiat. Ainsi, nous avons répartis les outils en quatre grands modules exploratoires (surgissement, perception, immédiation, variation), chacun éclairant une particularité qui compose un *mouvement* et correspondant à un public spécifique avec lequel expérimenter.

- C'est dans le cadre d'une résidence avec des adolescents en décrochage scolaire⁶ - avec des participants qui n'ont pas d'appétences créatives a priori - que nous avons aiguisé la question des conditions et des outils qui permettent le déclenchement d'un mouvement créatif. Les outils pertinents à ce cadre exploratoire du *surgissement* sont essentiellement liés à la recherche de contraintes créatives et à l'émancipation des habitudes par *le renouvellement du cadre, le bon usage du confort et de la pause, le droit à l'erreur, la réversibilité possible de l'implication, l'adoption d'un point de vue subjectif*.

- C'est dans le cadre d'une exploration avec des praticien.nes Feldenkrais ainsi qu'une chercheuse en neurosciences⁷ - avec des participant.es qui sont de véritables « érudits » de la perception (Ginot⁸) - que nous avons étudié les outils qui permettent d'améliorer la *perception* d'un mouvement. Avec des outils comme *Faire moins c'est faire plus, la lenteur, l'action imaginée, le voyage attentionnel, percevoir par projection*, nous avons constaté que

⁴ Jean-Philippe Lachaux, *Le Cerveau Funambule*, Paris, Odile Jacob, 2015, p. 31. Nous avons préféré privilégier le mot « mouvement » plutôt qu'« action ». Ce dernier faisant trop référence à l'action motrice dans le jargon des acteurs.ices.

⁵ Voir Marie-Christine Autant-Mathieu, *La ligne des actions physiques*, Montpellier, L'Entretemps, 2007.

⁶ Résidence de trois semaines à la Maison de Quartier des Pâquis, Genève, avec une vingtaine d'adolescents, une cheffe cuisinière et quatre éducateur.ices et enseignant.es du Parcours Individualisé (FO 18, DIP), novembre-décembre 2021.

⁷ Une dizaine de praticien.nes de l'Association Feldenkrais Genève (AFG) et Pauline Hilt, chercheuse en neurosciences, à La Manufacture, mai 2022.

⁸ Isabelle Ginot, « Douceurs somatiques », *Repères, Cahiers de Danse*, Val-de-Marne, La Briqueterie, n°32, p. 22.

l'entraînement du sens proprioceptif améliore le potentiel d'action mais aussi d'interaction avec l'environnement (Ribot-Siscar⁹), capacités essentielles au métier d'acteur.ice.

- C'est avec une équipe mixte d'architectes, d'acteur.ices et de danseur.euses professionnel.les¹⁰ que nous avons exploré les outils de *l'immédiation* que sont *l'acture, la différenciation, la réversibilité, le délai et le voyage attentionnel*. Le regard des architectes qui mettait en avant le caractère fonctionnaliste et intentionnel du bâti institutionnel à vocation publique qu'est un théâtre a rendu plus saisissable la qualité du plateau scénique comme espace spécifique soumis à un dispositif de regard, toujours dynamique et jamais stabilisé. Ainsi, en nous plaçant du point de vue de l'acteur.ice sur un plateau, nous avons étudié ici comment la perception de cet espace spécifique influence son comportement et offre des ressources immédiates de partition « au présent ».

- Enfin, c'est avec des praticiens de la scène¹¹ que nous avons explorés les outils rassemblés autour de la *variation* que sont *la réversibilité, le délai, l'amplitude, l'orientation/la manipulation/la temporalité, le moindre effort, le voyage attentionnel, le mouvement intentionnel, la différenciation*. L'objectif fixé n'était pas de faire de l'acteur.ice un.e virtuose de la variation, mais plutôt qu'iel s'entraîne à ce qu'Alain Berthoz a défini comme étant une capacité précieuse de « vicariance » : celle de remplacer une stratégie par une autre pour démultiplier la « capacité de créer » de nouvelles formes et de nouveaux sens, et améliorer les interactions¹². Ces outils permettent à l'acteur.ice d'alimenter le jeu scénique dès qu'iel observe un mouvement qui s'épuise, s'automatise ou se fige en lui proposant une variation d'espace, de temps, d'amplitude, d'effort ou encore d'orientation de ses actions.

2.2. Élaboration de leçons

Ces outils que nous avons explorés constituent les matériaux de bases, « les atomes crochus » de nos leçons¹³. Ainsi, la trentaine de leçons pour l'acteur.ice, (que nous avons renommées ensuite des explorations) de différentes formes (guidées par la parole ou par l'écrit, gammes, études¹⁴) se sont formalisées en fonction de trois objectifs principaux : 1. que l'acteur.ice prenne conscience de ses habitudes de mouvements, 2. qu'iel trouve le champ d'actions possibles à travers chaque contrainte, et 3. qu'iel s'entraîne à élargir ses choix au moment présent du jeu.

⁹ Edith Ribot-Siscar, chercheuse INSERM, LNC. Voir *Notre véritable sixième sens*, documentaire de Vincent Amouroux, ARTE France, Mona Lisa Productions, Fauns, CMN, 2019.

¹⁰ Uli Amos, Olivier Krumm, Daniel Zamarbide (architectes), Laura Gaillard, Barbara Schlittler (danseuses), Thomas Diebold, David Gobet (acteurs), Margaux Lemignan (actrice et assistante de recherche), Théâtre Saint-Gervais, Genève, novembre-décembre 2022.

¹¹ Avec une quinzaine d'acteur.ices au Théâtre Océan Nord, Bruxelles (août 2021 et janvier 2022) ; avec Odette Guimond à l'École Autopoïesis, Montréal (mars 2022) ; avec les étudiant.es en musique de Bachelor et Master de la Haute école de Musique de Genève (HEM) (mai 2022).

¹² Alain Berthoz, *La Vicariance. Le cerveau créateur de monde*, Paris, Odile Jacob, 2013, pp. 8 et 33.

¹³ Nous avons choisi le terme de « leçon » pour son étymologie qui désigne une série d'enseignements tirés d'un événement.

¹⁴ Voir § 3.2. L'importance des cadres.

2.3. Formalisation d'un manuel pour l'acteur.ice

Nous nous sommes inspirés de la nature de nos leçons pour formaliser le manuel. L'objectif a consisté à chercher, au sein de notre écriture, un mouvement. Nous avons choisi une forme épistolaire adressée à deux acteur.ices génériques. Le manuel est néanmoins destiné aux acteur.ices, mais aussi danseur.euses ou performer.euses. Sa fabrication fera l'objet d'une demande de subvention spécifique.

3. Description de la démarche et synthèse des résultats

Grâce au nombre important de résidences, rencontres, ateliers, stages pendant ces deux années de recherche, nous avons pu adopter une démarche essentiellement pratique et empirique – c'est-à-dire focalisée sur l'expérimentation sans présupposer du résultat -, qui nous a permis progressivement d'aboutir à de premières formulations qui, testées, reformulées, puis validées, ont été fixées en une véritable pratique.

3.1. Retours des expériences

Nous avons pleinement profité des différentes expériences scéniques passées et actuelles des acteur.ices, professionnel.les ou en formation, dans les ateliers menés en Belgique et en Suisse. Que nous explorions nos outils avec¹⁵ ou sans texte imposé, en solo ou à plusieurs, dans un rapport public frontal ou qui floute cette distinction, la collaboration active des acteur.ices a été essentielle. Ainsi, une des premières explorations a consisté à convoquer le souvenir d'un moment de blocage dans la création d'un spectacle pour voir ensemble si le recours à nos outils aurait permis de sortir de l'impasse. Chaque atelier de la première année a donné lieu à un relevé d'expérience à partir d'un questionnaire ouvert et à visée qualitative¹⁶. L'archivage s'est fait via nos journaux de bords, des enregistrements mp3 et vidéos¹⁷. Un autre type de retour d'expérience s'est mis en place dans la seconde année, qui consiste pour l'acteur.ice à décrire en direct l'exploration qu'il est en train de faire. Ce recours à la parole, qui affecte l'exploration elle-même, s'est peu à peu formalisé dans notre pratique d'atelier.

¹⁵ Textes du répertoire contemporain : Lars Noren, Anton Tchekhov, Edouard Albee, Bernard-Marie Koltes.

¹⁶ Questionnaire élaboré lors de la première phase de recherche Théâtre et Feldenkrais destinés aux acteur.ices et musicien.nes (HEM), accessible en ligne : _

https://www.manufacture.ch/download/docs/qj3hzvpx.pdf/Annexe%203_Questionnaire%20aux%20acteurs%20Th%C3%A9%C3%A2tre%20et%20Feldenkrais.pdf, mais aussi un questionnaire élaboré in situ, à la suite des explorations, cherchant à préciser un outil. Par exemple les différentes qualités du voyage attentionnel : était-il plutôt restreint ou panoramique ? dense ou léger ? est-ce que le mouvement de l'attention avait plutôt tendance à sauter ou à glisser ?

¹⁷ Un film a été réalisé : *Confidences d'actrices dans une réserve à costume*, réalisé par JKR et Aline Suter, septembre 2023. Il sera disponible sur la page du projet sur le site internet de La Manufacture.

3.2. L'importance des cadres

Avec le module du *surgissement*, le cadre de travail s'est imposé comme un élément constitutif de notre démarche. S'il semblait évident qu'avec une vingtaine d'adolescents en décrochage scolaire, nous devions créer un environnement qui prenne soin du processus d'éveil et de création collective, nous avons réalisé que cette attention particulière au cadre de travail (notamment en terme de scénographie de l'espace) profite également aux acteur.ices professionnel.les ou en formation lors de nos ateliers.

Le module *perception* a permis d'analyser les éléments constitutifs du cadre exploratoire dans une leçon Feldenkrais (appelée PCM ou *Prise de conscience par le mouvement*¹⁸) et de transposer ces caractéristiques dans nos leçons scéniques. Les consignes sont données par couches successives, chacune étant consacrée à un objet sur lequel il s'agit de porter son attention. Cette pratique par strates permet à l'acteur.ice de s'engager dans une recherche pratique et d'acquérir une connaissance fine des outils. Dans nos séances ainsi que dans nos leçons-lettres, nous nous bornons à définir un *cadre*, à donner des *consignes*, et à poser des *questions* qui n'induisent pas nécessairement de réponses immédiates.

La notion de cadre induit aussi une certaine manière de concevoir le déroulement d'une journée. Depuis les premières explorations à Bruxelles (août 21) retravaillées et reformulées puis testées avec la promotion 2022 des Teintureries (décembre 21), jusqu'au retour avec l'équipe Bruxelloise (janvier 22) et avec des acteur.ices et danseur.euses professionnel.les de la FC* (Mars 2022), le déroulement de nos séances journalières s'est stabilisé, protocolé. Après l'exploration d'une PCM héritée du Feldenkrais qui introduit du point de vue somatique l'outil qui sera travaillé durant la journée, succèdent les *gammes* durant lesquels les acteur.ices explorent les différentes variations que permet l'outil (d'orientation, d'amplitudes, de rythme, de points de vue distal/proximal) dans un même espace et au même moment, chacun.e pour soi et sans rapport public. Ici, nous guidons en direct à la fois le mouvement physique et le mouvement attentionnel de l'acteur.ice. Nous terminons la journée avec l'*étude*, qui engage un rapport public et est composée d'un dispositif épuré et d'une seule contrainte. Le dispositif est un certain rapport scène-salle et entre partenaires (par exemple les acteur.ices doivent rester tout du long sur deux chaises face à face, de profil au public). La contrainte porte sur un mouvement intentionnel à faire varier de trois manières possibles définies au préalable¹⁹. L'acteur.ice devra observer de manière autonome ce qu'il se passe quand il joue avec ces trois possibilités - ce que cela implique par exemple dans son texte, sa voix, sa posture, son rapport à l'autre, la dramaturgie de la scène – et puis choisir lui-même ce qu'il veut augmenter, amenuiser, changer, afin de sculpter et composer lui-même sa partition.

¹⁸ Cours de groupe durant lesquels la praticienne Feldenkrais guide par la parole des séquences de mouvements tout en conduisant l'attention de l'élève non seulement sur ses sensations liées au mouvement mais aussi sur les échos de celui-ci bien au-delà de la zone active.

¹⁹ Exemple d'études : 3 types de regards, 3 types de délais, 3 types de voix.

3.3. Le Système scénique

Au fur et à mesure des découvertes, nous avons mis en place ce que nous avons décidé d'appeler « un système »²⁰ puisqu'il est composé d'outils spécifiques, d'une terminologie, d'une méthodologie, voire d'une éthique de travail. Bien qu'inspiré du Feldenkrais, les spécialistes somatiques ne reconnaîtront peut-être ni la parenté ni certains mots de notre vocabulaire. Grâce aux retours des acteur.ices mais aussi à nos propres expériences d'acteur.ice, nous pouvons dire que notre système est flexible et extensible.

Ses caractéristiques sont :

- a) Notre *intention* est d'entraîner l'acteur.ice à composer en direct et de manière autonome au sein de n'importe quelle esthétique et partition actorale. Cet entraînement au réajustement constant et conscient de l'acteur.ice lui permet de ne pas être restreint.e par ses habitudes de travail et de mouvements et que puisse surgir des événements inattendus, provoquant ainsi la « sérendipité », le fait de découvrir par hasard ce qu'il ne cherchait pas²¹.
- b) Les *contraintes* de jeu sont élaborées selon le principe des « barrages routiers » décrits par le psychologue espagnol Juan Pascual-Leone²², dont la fonction est d'obliger le cerveau à utiliser de nouveaux itinéraires en « barrant » les circuits fréquemment utilisés à l'origine de nos habitudes et entraînant ainsi une réorganisation plastique rapide.
- c) Le travail de l'acteur.ice s'élabore à partir d'un *mouvement intentionnel* défini collectivement et en amont. C'est un mouvement conscient que l'acteur.ice initie volontairement, voire même avec un peu de force²³, dont la fonction est de provoquer des répercussions qu'il s'agira ensuite d'observer grâce à l'outil du *voyage attentionnel*. A l'instar des fondations d'une maison, c'est à partir de ce geste que l'acteur.ice pourra bâtir sa partition et c'est encore vers lui qu'il pourra revenir à chaque fois qu'il s'apercevra d'un épuisement créatif.
- d) Le *voyage attentionnel* de l'acteur.ice est ce mouvement volontaire et soutenu de l'attention qui a pour fonction de repérer tout d'abord les échos du *mouvement intentionnel* pour que l'acteur.ice puisse ensuite choisir ce qui l'intéresse de ce qu'il perçoit et d'en faire de la matière à jouer. Si pour le neuroscientifique américain Merzenich l'attention qu'on porte durant une tâche permet un apprentissage pérenne et des changements plastiques à long terme²⁴, nous avons expérimenté que l'entraînement de l'acteur.ice au voyage attentionnel est la clé de voûte de sa créativité : elle permet de constater ce qu'il n'aurait pas prévu et donc d'avoir en sa possession une nouvelle matière pour fabriquer sa partition, opérer des choix conscients qu'ils soient dramaturgiques ou esthétiques. La terminologie des caractéristiques du mouvement

²⁰ Ce mot faisant référence à celui de Stanislavski décrit par Autant-Mathieu comme étant « ni essai théorique, ni livre de recettes, [mais] un ensemble de procédés pratiques, une grammaire de l'acteur » in Marie-Christine Autant-Mathieu, *op.cit.*, p. 351.

²¹ Sylvie Catellin, *Sérendipité. Du conte au concept*, Paris, éditions du Seuil, 2014, p. 7.

²² Juan Pascual-Leone cité par Norman Dodge, *Les étonnants pouvoirs de transformation du cerveau*, Paris, Belfond, 2008, p. 358.

²³ Marion Levesque, actrice, Laboratoire Variation, Théâtre Océan Nord, Bruxelles, août 2021, Journal de bord de JKR.

²⁴ Cité par Norman Doidge, *op.cit.*, p 142.

attentionnel a été inspirée par celle de la chercheuse française en neuro-phénoménologie Claire Petitmengin quand elle décrit ces mécanismes durant une expérience vécue²⁵.

- e) Le voyage attentionnel nous a permis de développer un autre fondement du système. Les trois *points de vue* (*l'habitation/l'espace habité/l'habitat*) correspondent chacun à des espaces de travail spécifiques que l'acteur.ice peut investir quand il le juge nécessaire. Chaque point de vue est comme au cinéma un cadrage subjectif particulier que l'acteur.ice peut adopter pour observer sous un nouvel angle ce qu'il est en train de faire. Chaque cadrage révélant d'autres éléments qui affectent sa perception, son ressenti du mouvement, la qualité de celui-ci, l'histoire qu'il se raconte sur le mouvement, et peut même en changer le déroulement dramaturgique. *L'habitation* est le point de vue le plus restreint. C'est l'espace personnel de l'acteur.ice variable en dimensions (Cousin²⁶) depuis l'espace sous la peau jusqu'à l'espace sphérique délimité par les mouvements de ses bras et de ses jambes. Ici l'acteur.ice cherche à observer et travailler à partir de ce qu'iel perçoit comme échos des mouvements sur lui-même. *L'espace habité* est le point de vue le plus large que l'acteur.ice peut adopter. C'est l'espace collectif qui varie en fonction des choix qu'opère l'acteur.ice : cela peut être l'espace habité par ses partenaires, celui qui est dessiné par les murs et qui l'entoure, le rapport qu'il tisse avec le sol, cela peut être aussi l'espace scénique qui englobe les spectateur.ices, voir le bâtiment du théâtre, le quartier, la ville, le pays, etc. *L'Habitat* est l'espace partagé par au moins deux *habitations* : l'acteur.ice et un de ses partenaires, mais cela peut être aussi l'acteur.ice et une personne du public, par exemple. Ici l'acteur.ice cherche à observer et travailler à partir des échos qu'iel perçoit de ses mouvements sur l'autre. Prenons un exemple simple : un.e acteur.ice qui devra marcher dans l'espace ne le fera pas de la même façon s'iel prend le point de vue de sa colonne qui gesticule (*habitation*) ou s'il porte son attention sur ses déplacements en fonction de ceux de son ou sa partenaire de jeu (*habitat*) ou encore s'iel s'intéresse aux rapports de proxémie qu'iel entretient avec les murs durant son parcours (*espace habité*). A chaque point de vue que l'acteur.ice adoptera, iel pourra constater que ce « référentiel spatial » (Berthoz²⁷) affecte sa partition à différents endroits et ainsi il pourra choisir d'utiliser ou non cette nouvelle matière de travail qui en émane.
- f) *Scénographie de l'espace de travail* : nous avons remarqué qu'un espace de travail efficient (créatif, ludique) intègre par sa configuration différentes manières de se mettre au travail. Nous ne séparons plus de manière binaire le travail et les pauses, la concentration tendue et l'attention relâchée, il s'agit d'explorer de nombreuses nuances entre ces deux pôles, dont celle par exemple de la « pause créative » (de Bono)²⁸. Nous avons structuré l'espace de travail en plusieurs sous-espaces permettant chacun un point de vue singulier sur le travail en-train-de-se-faire et la possibilité de varier les différentes qualités de pauses, de concentration, de regards portés sur le travail, de postures d'écoute.

²⁵ Claire Petitmengin, *L'expérience intuitive*, Paris, L'Harmattan, 2001.

²⁶ Jean Cousin, *L'espace vivant*, Paris, éditions du Moniteur, 1980, p. 28.

²⁷ Alain Berthoz, *op. cit.*, pp. 89-90. Selon Berthoz, quelqu'un capable de « manipuler » les référentiels spatiaux possède une grande « richesse du répertoire de référentiels potentiels » et permet ainsi la vicariance fonctionnelle. Dans ce même livre, il fait référence à la chorégraphe et praticienne feldenkrais israélienne Noa Eshkol qui développe aussi sa pratique autour de trois référentiels.

²⁸ Edward de Bono, *Boîte à outils de la créativité*, Paris, Eyrolles, 2013, pp. 132-137.

4. Mesures de valorisation réalisées / prévues

Articles

- RAHIR Julie-Kazuko, « “Tools” for the practice of acting », *Feldenkrais Research Journal* (International Feldenkrais Federation), volume 7, 2023, 15 pages
> en ligne <https://feldenkraisresearchjournal.org/index.php/journal/issue/view/7>
- RAHIR Julie-Kazuko, Porta L (traduction), « Herramientas para la Actuación », *Feldenkrais Research Journal*, 7, 2023. > en ligne : <https://feldenkraisresearchjournal.org/index.php/journal/article/view/142>
- RAHIR Julie-Kazuko, OIDA Yoshi, « [La méthode Feldenkrais et le travail théâtral de Yoshi Oida](#) », *Percées : L'Extension recherche&création*, octobre 2022
> en ligne : <https://percees.uqam.ca/fr/recit-de-pratique-article/la-methode-feldenkrais-et-le-travail-theatral-de-yoshi-oida>
- RAHIR Julie-Kazuko, « La Méthode Feldenkrais et la pratique théâtrale : la pratique d'Odette Guimond », *Corpus 12, Bulletin de l'Association Feldenkrais France*, n°72, juillet 2022, pp. 67-71.
- RAHIR Julie-Kazuko, « Des outils somatiques pour la pratique de l'actrice », *Journal de la recherche*, n°3, janvier 2022, pp. 14-17.
> en ligne : <https://www.manufacture.ch/download/docs/6kntzey7.pdf/RAHIR%20Julie-Kazuko%20Des%20outils%20somatiques%20pour%20la%20pratique%20de%20l'actrice%20JDR3%20pp%2014-17.pdf>

Communication

- 29 septembre 2023, « F comme Feldenkrais et Théâtre » intervention de JKR, *L'abécédaire*, Festival International Magdalena, Montpellier.

Applications pédagogiques

- La Manufacture, « Points de vue de l'acteur.ice : Prise de conscience par le mouvement et pratique scénique », Bachelor Théâtre (Promo N), 2022, 2023, 2024 et Master Théâtre, 2021, 2022, 2023.
- L'Appartement, formation préprofessionnelle pour acteur.ices, cours réguliers à mi-temps, Lausanne (CGS), 2021.
- Classe préprofessionnelle d'Art Dramatique, Conservatoire de musique de Genève, 2021, 2022, 2023 : « Variations autour de la pratique actorale », 1^{ère} année (JKR).
- Ecole de théâtre des Teintureries, « Autonomie et connaissance sensible », Promo 2022, 2021 (CGS et JKR).

Formation continue

- Atelier pour professionnels, « Théâtre et Feldenkrais : Pour une pratique scénique issue du Feldenkrais », la FC* (Formation Continue pour un chantier permanent du théâtre et des arts de la scène), la Comédie de Genève, 2022 (JKR, CGS). > Lien vers l'atelier : <https://lafc.ch/archives/>
- Atelier pour professionnels, « Rendre sensible », Théâtre Océan Nord, Bruxelles, juin 2024.

Autres

- *Confidences d'actrices dans une réserve à costume*, court-métrage réalisé par Aline Suter et Julie-Kazuko Rahir à partir des réponses filmées des acteur.ices, présenté en avant-première au Festival Magdalena de Montpellier, 2023. Disponible en ligne : <https://www.manufacture.ch/fr/5231/Rendre-Sensible-Quels-potentiels-la-methode-Feldenkrais-recele-t-elle-pour-le-travail-de-l-acteur-ice>

- *La Cantatrice chauve*, court-métrage réalisé par Aline Suter, Christian Geffroy Schlittler, Julie-Kazuko Rahir et les adolescents en décrochage scolaire (FO18), ciné club Pâkino, La Traverse, présentation publique le 15 décembre 2021.
- Application des outils durant nos expériences d'acteur.ices : *Le Prince de Hombourg*, mis en scène Robert Cantarella, 2023 (CGS)/ *Les Merveilles*, mis en scène et écrit par Robert Bouvier, Théâtre du Passage, Neuchâtel, 2021 et 2022 (JKR)/ *La 7G* de Sébastien Grosset, joué et mis en scène par CGS, Théâtre de l'Arsefic, Lausanne, 2022 et Théâtre du Grütli, 2023.

5. Perspectives

- Applications pédagogiques (Manufacture, Conservatoire pré-professionnel d'art dramatique de Genève) ou de formation continue (La FC*, collaboration avec des compagnies romandes, *Studio des Actrices* de Paris)
- Développements artistiques :
 - « Allons enfants... », écrit et mis en scène par CGS, avec JKR, Aline Bonvin et David Gobet, Théâtre Saint-Gervais, Genève, juin 2024.
 - « La Demande », d'après A. Tchekhov, mis en scène par JKR avec les élèves de première année de l'école préprofessionnelle d'Art Dramatique du Conservatoire de musique de Genève (CMG).
- Publication du manuel aux éditions B42 (2025)
- Poursuite de la recherche dans le cadre d'un projet de doctorat Artsearch (JKR).
- Mise sur pied d'un Laboratoire de recherche en lien avec l'école Autopoïesis de Montréal et le Théâtre Océan Nord de Bruxelles (2024-2025).