

ORIGAMI ET MEDIATION THERAPEUTIQUE

« *Tout d'abord l'éducation des sens, puis celle de l'intellect* ». Friedrich Fröbel (1782-1852)

HISTORIQUE

1) Une invention chinoise

L'invention du papier est généralement située vers l'an 105 de notre ère, date à laquelle sa fabrication aurait été officiellement présentée à la Cour de l'empereur de Chine.

Des fouilles archéologiques révèlent cependant qu'il était déjà utilisé dès le 2ème siècle avant J.-C. Pendant près de 500 ans, les Chinois vont jalousement garder secrètes les techniques de fabrication de la pâte à papier.

Rare et donc cher, le papier faisait office d'offrandes aux dieux. Réservé aux cérémonies, il était soumis à des règles de pliage rigoureuses et restait inaccessible au « grand public ». Aujourd'hui encore, des bandes de papier coupées et pliées ornent les autels des sanctuaires lors des fêtes.

2) Et le pliage se fit art au Japon

C'est en fait un prêtre bouddhiste, venu de Chine, qui en aurait introduit au Japon les méthodes de fabrication à la fin du 5ème siècle. Là encore, le papier est utilisé lors de cérémonies religieuses (Shinto).

L'art du pliage se perfectionne et y acquiert ses lettres de noblesse. Raison pour laquelle le terme japonais ORIGAMI (du verbe oru: « plier » et kami : « papier », mais aussi « dieu ») est à présent utilisé dans le monde entier.

A noter que jusqu'en 1880, on utilisait le terme orikata (« formes pliées »).

La transmission de cet art s'est d'abord faite oralement (seuls les modèles simples nous sont parvenus) jusqu'en 1797 où le premier modèle a été mis sur papier : « Comment plier un millier de grues » (Senbazuru Oriката).

Peu à peu, l'origami devient un passe-temps, un divertissement pour lequel l'engouement se confirme au cours des siècles.

3) La touche du monde musulman

Les secrets de la fabrication du papier sont parvenus au monde arabe au 8ème siècle. Secrets que les Arabes vont importer avec eux en Espagne au 12ème siècle.

Parce que l'Islam interdit la représentation d'êtres vivants, les musulmans vont quant eux développer l'aspect mathématique et géométrique du pliage de papier. Des domaines où ils excellaient, souvenez-vous de vos cours...

Après le départ des Arabes, les Espagnols perfectionnent cet art. Ce qui explique la popularité de l'origami en Espagne et en Argentine.

4) L'origami moderne

Il faut toutefois attendre la fin de la seconde Guerre Mondiale pour voir cet art réellement gagner l'Occident. Jusque là, l'origami était surtout considéré comme une activité plus éducative que ludique ou artistique. Le pédagogue allemand Friedrich Fröbel (1782-1852), qui a contribué à sa diffusion en Europe, en vantait la créativité, la rigueur et la précision du geste. Friedrich Fröbel, créateur des premiers jardins d'enfants, formula les grandes lignes d'une pédagogie accordant une place centrale à la spontanéité et au jeu, compris comme fondements de la conscience en formation. « La main droite figure la maman, la main gauche le papa, et le papier d'origami est leur enfant. Il faut le traiter avec une infinie tendresse ». Ces mots sont d'Akira Yoshizawa, véritable légende vivante au Japon.

L'origami moderne doit beaucoup à ce grand maître, aujourd'hui âgé de 93 ans. En plus du nombre considérable de modèles qu'il a créés de toute pièce, il est (avec l'Américain Sam Randlett) à l'origine du système de lignes et de flèches utilisé universellement pour décrire les modèles actuels.

L'ORIGAMI COMME ACTIVITE THERAPEUTIQUE

Pédagogues, instituteurs, mathématiciens... tous reconnaissent la « magie » et les vertus de l'origami. Activité qui ne demande pas une condition physique particulière, qui est généralement peu onéreuse et qui développe l'imagination et l'habileté, l'origami a le mérite d'être accessible au plus grand nombre.

Quoi de plus beau que de faire alors naître un monde de ses mains ...

1) La compréhension du matériau

Le papier est un matériau courant qui sert à priori à écrire. Sa texture est double, douce au toucher, mais tranchante sur les bords. Cette double texture est accompagnée d'une particularité spatiale. La feuille de papier est à « deux dimensions ». L'épaisseur d'une feuille est nulle et une feuille ayant une épaisseur réelle n'aurait aucune utilité, ni en écriture (livres), et surtout pas en origami. La feuille délimite un cadre d'espace que l'on ne peut dépasser. La technique consiste en un pliage, un repli symbolique sur soi, d'où va émerger une nouvelle forme, ouverture vers les autres par un partage (plaisir de montrer son œuvre). Le choix d'un papier a son importance car il devra accepter et garder les pliures ou d'autres techniques plus avancées (technique du papier mouillé par ex.). La couleur a également son importance et relève d'une réflexion créatrice.

2) La rigueur

L'origami favorise l'écoute et le suivi de directives. Un suivi fidèle des directives conduit à un résultat prévisible, un côté « immuable », rassurant pour les patients psychotiques. Il accroît la confiance en soi par la création et la réalisation. Il est intéressant de voir que les « modèles » de base appris resserviront indéfiniment à d'autres réalisations dont la finalisation sera différente.

3) La précision du geste

Le pliage est une activité intellectuelle précise qui demande une même coordination précise du geste. C'est la répétition du geste qui permet d'arriver à une parfaite harmonie geste/esprit, à l'instar des arts martiaux. Cette précision demandée ne me semble à priori pas handicapée par un ralentissement psychomoteur (sauf si celui-ci est très important).

4) Communication

L'origami s'est aussi révélé utile dans le secteur de la santé mentale pour accroître la concentration et les habiletés en communications interpersonnelles. Lorsque l'origami est utilisé dans un groupe, les gens s'entraident pour comprendre les directives et réaliser le pliage dans le but d'atteindre un objectif commun.

5) Développement de la créativité

Je reviens dans cette partie sur la notion de deux dimensions. Le pliage va permettre de donner une autre dimension (le volume) dans un cadre temporel de temps (d'après Einstein, la quatrième dimension). C'est sur ce travail symbolique dimensionnel qu'agit, à mon sens ce médiateur thérapeutique. Par l'utilisation des formes, on exprime des émotions, on crée un dialogue entre l'artiste ou l'artisan et son œuvre, émotions que le sujet exprime dans et par l'objet. Ce peut être un pas vers une guérison intérieure ou tout simplement un pas nouveau pour poursuivre son développement personnel.

CONCLUSION

L'Origami est une véritable activité symbolique pouvant agir comme médiateur. C'est au plan de la compréhension des formes et de l'espace, ainsi que de la mémoire visuelle, que les personnes atteintes d'un handicap mental éprouvent les plus grandes difficultés. En utilisant différentes formes, couleurs et types de mouvements, l'origami touche à toutes ces difficultés et constitue une activité complète et adaptable aux besoins de chaque patient.