Université Fernando Pessoa

THÈSE de DOCTORAT

En vue de l'obtention du grade de docteur en Sciences Sociales,

Spécialité Psychopédagogie

Présentée par JEAN HUMPICH

L'émouvoir comme support de la sensibilité

Contribution théorique et phénoménologique à la compréhension de la dimension de l'émotion et de l'affectivité dans le paradigme du Sensible

Sous la direction du Professeur Marie-Christine Josso

et la co-direction du Professeur Eve Berger

Porto 2015

Jean Humpich

L'émouvoir comme support de la sensibilité

Contribution théorique et phénoménologique à la compréhension de la dimension de l'émotion et de l'affectivité dans le paradigme du Sensible

Université Fernando Pessoa, Porto

Porto, 2015

© 2015

Jean Humpich

ALL RIGHTS RESERVED

ABSTRACT

My research is about the emotional dimension and affectivity experienced in perceptual pedagogy as theorized within the paradigm of Somatic awareness.[1] Today, emotions and affectivity are increasingly valued as research topics in human and social sciences, however semantic concerns persist when it comes to naming these experiences.

One the central features in the practice of perceptual pedagogy is the intimate relationship with one's self within the singularity of one's own body; an intimacy touched (Maine de Biran) because contacted literally and figuratively, and touching because the one who is contacting is moved by it. This thesis aims at establishing links between the emotional dimension and affectivity as discussed in different areas of research and in people's lived experiences. In this study, I hope to find a language adjusted to affectivity in a plural reality.

My research is based on extensive theoretical exploration within the fields of classical and contemporary research interested in emotion and affectivity on the one hand, and within the field of phenomenology on the other. It also relies on the empirical-theoretical corpus specific to perceptual psychopedagogy. These three corpuses allow me to establish a kind of map of a comprehensive territory of emotion and affectivity, from which, through resonances, I can go back and forth between my personal experiences, other studies carried out in the CERAP laboratories and my meetings with authors. Through intuitive inspirations, a hundred or so personal graphic illustrations were a way of passage to integrating the complexity of my research topic. Along the way of my explorations and interactions, I chronicled the evolution of my comprehension of my research topic, particularly in resonance with the phenomenological approach of emotion and affectivity.

The dialogical dynamic at work is an involved posture which I named the posture of a moved-researcher-practitioner because of the manner in which I invite myself to be moved when in contact with my data, whichever form it takes. "The moved man", this eloquent expression presents itself as a gateway to a reality at the heart of my research. Through a succession of resonances, four phenomenological narratives enrich

[1] "sensory awareness", "sensory perception" or"somatic perception"

the discussion on the possible links between the Sensory awareness, the affective nature of the experience it carries and a phenomenological understanding of the emotional dimension and affectivity. In favor of questioning the tight weave between the "sensitive man" and "the moved man", the qualitative research presented here leads to a reflexion on the "moved" as it supports the "sensitive".

RESUME

Ma recherche concerne la dimension émotionnelle et l'affectivité telle qu'elle se donne à vivre en pédagogie perceptive et se trouve théorisée dans le paradigme du Sensible lui étant lié. Aujourd'hui l'émotion et l'affectivité constituent des objets de recherche de plus en plus valorisés en sciences humaines et sociales, cependant les enjeux sémantiques perdurent quand il s'agit de nommer l'expérience en question.

La pédagogie perceptive propose une pratique dont une des caractéristiques insignes est le rapport singulier au corps dans une intimité relationnelle du sujet à lui-même ; intimité touchée (Maine de Biran) parce que concernée au sens propre et figuré, touchante car elle émeut celui qui la contacte. Cette thèse vise à établir les liens entre la dimension émotionnelle et de l'affectivité telle qu'en parlent différents champs de recherche et l'expérience concrète vécue par les personnes. Dans cette étude, je souhaite trouver un langage ajusté à une réalité émotionnelle et affective plurielle.

Ma recherche se fonde dans une vaste enquête exploratoire théorique au sein des champs de la recherche classique et contemporaine qui s'intéressent à l'émotion et à l'affectivité d'une part, au sein du champ de la phénoménologie d'autre part. Elle s'appuie également sur le corpus empirico-théorique spécifique de la psychopédagogie perceptive. Ces trois corpus me permettent d'établir une sorte de cartographie du territoire compréhensif de l'émotion et de l'affectivité à partir duquel, sous forme de résonances, je fais des allers-retours entre mes vécus personnels, ceux issus des recherches déjà effectuées au sein du laboratoire du CERAP et ma rencontre avec des auteurs. En suivant un élan intuitif, une centaine d'illustrations graphiques personnelles a constitué une voie de passage intégrative de la complexité de mon objet de recherche. Chemin faisant de mon exploration et de mes interactions, je rends compte de l'évolution de ma compréhension et en particulier, en entrant en résonance avec l'approche phénoménologique de l'émotion et de l'affectivité.

La dynamique dialogique à l'œuvre est une posture impliquée que j'ai nommée posture d'un praticien-chercheur ému en raison de la manière avec laquelle je m'invite à m'émouvoir au contact des données quelles qu'en soient les formes. « Homme ému », cette expression éloquente se présente comme la voie d'accès à une réalité de terrain au cœur de ma recherche. Par résonances successives, quatre récits phénoménologiques enrichissent la discussion sur les liens possibles entre l'expérience du Sensible,

l'expérience de nature affective qu'elle porte et un mode de compréhension phénoménologique de la dimension émotionnelle et de l'affectivité. À la faveur d'un questionnement sur le tissage serré entre l'homme Sensible et l'homme ému, la recherche qualitative présentée ici débouche sur une réflexion autour de l'émouvoir comme un support de la sensibilité.

RESUMO

A minha investigação concerne a dimensão emocional e a afectividade, tal como ela é dada a viver em pedagogia perceptiva e se encontra teorizada no paradigma do Sensível, que lhe é inerente. Atualmente a emoção e afetividade são objetos de investigação cada vez mais valorizados em ciências humanas e sociais, porém as questões semânticas persistem quando se trata de nomear a experiência em questão.

A pedagogia perceptiva propõe uma prática cuja insígnia é a relação singular com o corpo numa intimidade relacional do sujeito a si mesmo; intimidade afectada (Maine de Biran) tanto no sentido próprio como no sentido figurado, e intimidade afectante porque emociona aquele que a contacta. Esta tese visa assim estabelecer ligações entre as dimensões emocional e afectiva, das quais falam diferentes os campos de pesquisa e a experiência prática vivida pelas pessoas. Neste estudo, gostaria de encontrar uma linguagem ajustada a uma realidade afectiva plural.

A minha tese fundamenta-se numa extensa pesquisa exploratória teórica nos domínios da investigação clássica e contemporânea que se interessem à emoção e à afectividade por um lado, e aos domínios da fenomenologia por outro lado. Ela também conta com o corpus empírico-teórico específico da psicopedagogia perceptiva. Estes três corpus permitem-me estabelecer uma espécie de cartografia do território compreensivo da emoção e da afetividade a partir da qual, sob a forma de ressonâncias, fiz 'idas e vindas' entre as minhas experiências pessoais, as das investigações já realizadas no laboratório do CERAP e meu encontro com os autores. Seguindo um impulso intuitivo, uma centena de ilustrações gráficas pessoais constituiu uma forma de passagem integrativa da complexidade do meu objeto de pesquisa. Ao longo do caminho da minha exploração e das minhas interações, relato a evolução acerca da minha compreensão do objeto da investigação, especialmente ao entrar em ressonância com a abordagem fenomenológica da emoção e afectividade.

A dinâmica dialógica em obra é uma postura implicada que eu nomeei a postura de pesquisador-praticante-emocionado devido à maneira como me convido a mim mesmo para me emocionar ao contacto com os dados sejam quais forem as formas que eles tenham. "O Homem Emocionado", esta expressão eloquente apresenta-se como a porta de entrada para a realidade do terreno no âmago da minha pesquisa. Através de

ressonâncias sucessivas, quatro narrativas fenomenológicas enriquecem a discussão sobre as possíveis ligações entre a experiência do Sensível, a experiência afectiva que ela usa e um modo de compreensão fenomenológica da dimensão emocional e da afectividade. Aproveitando-se de um questionamento bem tecido entre o Homem Sensível e o Homem Emocionado, a pesquisa qualitativa aqui apresentada conduz a uma reflexão sobre o emocionar-se enquanto suporte da sensibilidade.

DEDICACE

A toi,
Denise,
ma mère,
j'aurais aimé te partager mes découvertes…

Les grands courants de l'émouvoir
défient le temps et l'espace !

REMERCIEMENTS

Cette thèse sur la dimension émotionnelle et de l'affectivité s'inscrit dans la continuité d'un parcours personnel et professionnel. Elle en constitue une étape et un aboutissement heureux. Avec une joie profonde et légère, je tiens à acter mon désir d'adresser mes remerciements, ma gratitude et ma reconnaissance à certaines personnes, envers certains lieux géographiques et rencontres fortuites sans lesquelles cette recherche n'aurait pas vu le jour ni abouti dans la forme qui est la sienne aujourd'hui.

En congruence avec le processus et l'aboutissement de cette thèse, mes premiers remerciements se dirigent vers cette présence invisible à tonalité humaine porteuse d'une sensibilité affective émouvante. Je veux te parler à toi, instance invisible, auto-affection de la Vie-même, force aimante qui m'habite, présente dans mes moments ultimes et les plus anodins de ce parcours. J'ai fait de mon rapport à toi le référent interne actif tout au long de cette thèse et le complice fidèle de ma vie entière. Sens-toi aimée !

J'ai une profonde et fidèle reconnaissance envers le Professeur Danis Bois, initiateur de la pédagogie perceptive et de la psychopédagogie perceptive et ce, à plusieurs titres. Dans l'ordre, il y a ce fait inaliénable que ma rencontre avec ce partenaire invisible matiéré présent au quotidien de ma vie personnelle et professionnelle depuis vingt-sept ans est le fruit de son travail et d'une œuvre qui lui revient. Puis, j'ai à le remercier pour son immense générosité de m'avoir offert son enseignement dans tous les sens du terme. Enfin, c'est grâce à son acharnement continu pour permettre à une pratique manuelle et gestuelle de rejoindre le rang de l'université que j'ai pu reprendre des études à quarante ans et me former à la recherche jusqu'à pouvoir prétendre au grade de docteur en sciences sociales avec la spécialité en psychopédagogie perceptive. Ces quinze années qui se soldent par cette thèse m'ont transformé, incarné, solidifié, augmenté. Que cette recherche puisse être une matière de reconnaissance de ce lien si particulier entre homme Sensible et homme ému.

Je remercie l'ensemble des professeurs, Eve Berger, Didier Austry, Marc Humpich, Karine Grenier et mes collègues doctorants. Leur soutien a participé à ce que l'aventure soit une expérience unique pour moi. J'ai une mention spéciale à accorder à

mon amie et ma sœur d'âme de ce parcours, Doris Cencig. Sans tes mains et ton cœur toujours fidèles au rendez-vous pour maintenir ce matériau vivant dans son allure joyeuse et optimale, je n'y serais pas arrivé. Et une chaleureuse pensée pour Dino !

J'adresse à Marie-Christine Josso ma profonde gratitude pour l'expérience qui m'a été donnée de vivre à l'occasion de la direction de cette thèse. Ce que j'ai rencontré ne peut se dire ici, c'est énorme ; en terme de repères d'accompagnement scientifique et humain, de sollicitude et de bienveillance, je garde de ce parcours une trace indélébile.

Le professeure Eve Berger : un nom et une référence dans la communauté du Sensible ! Eve, cette thèse s'inscrit dans les trente années de notre histoire. Ta manière de co-diriger cette recherche et de m'accompagner m'a impressionnée par son efficacité, sa rythmicité et un génie toujours au rendez-vous sur le fond de tendresse et d'amitié qui est la nôtre.

Je me suis senti choyé par vous deux et vos présences complémentaires pour ce projet abouti. Vous m'avez guidé dans mon parcours doctoral et soutenu dans un moment très difficile d'une manière visionnaire, et je le découvre aujourd'hui. Merci !

Je remercie infiniment les participants à ma recherche, Pierre, Diane, Alice et Thiébaud. Je remercie avec la même gratitude les participants dont je n'ai pas pu rendre la présence objective dans ma recherche mais qui y ont contribué d'une façon qu'ils ne soupçonnent peut-être pas : Nadine, Fanny, Yvon, Alfred, Fabrice, Harry, Olivia, Mathieu, Francine, Julien, George, Maurice et Zoé, Philippe.

Je remercie Sophie de la Brosse dans sa fonction de graphiste pour cette thèse. Sa présence, sa compétence et son art personnel ont été un apport inattendu et considérable dans la production de ma recherche et la compréhension de mon objet de recherche. Sophie, ma compagne de vie, merci pour ta disponibilité offerte, ta joie de vivre, ton engagement intérieur, ta tendresse et ton amour. Ils ont enveloppé mes deux années d'écriture jusqu'à ces mots qui closent ce manuscrit. Ta présence m'augmente et c'est le plus beau des liens qu'un homme ému puisse se souhaiter.

Je remercie chaleureusement le Professeur Luis Gomez de m'avoir accueilli dans son cours en Maîtrise des études en pratiques psychosociales à l'UQAR. La formation d'écriture performative offerte avec génie et une grande générosité m'a lancé dans mon processus d'écriture, et au-delà.

Je remercie la générosité de Catarina Santos pour son soutien et pour la traduction de mon résumé en portugais, et celle de Louise Rosenberg pour la traduction en anglais.

Je remercie Paule pour la mise en page de ce manuscrit et son travail minutieux.

J'ai une immense gratitude pour le professeure Jeanne-Marie Rugira qui m'a permis de poursuivre et d'enrichir mon doctorat dans le cadre d'un stage dans le département de psychosociologie et travail social à l'Université du Québec à Rimouski dont elle avait la direction. L'apport expérientiel de cette démarche soutenue par le directeur du CERAP, le professeur Danis Bois et par le Recteur de l'université Fernando Pessoa, Mr Trégo, que je remercie vivement, est considérable. Cette thèse est aussi le fruit de ces quatre années québécoises de rencontres fécondes sur le plan de la recherche-action-formation, de ma croissance humaine et socio-professionnelle. Elle est aussi l'occasion d'une réorientation de vie, d'un changement de résidence et d'une immigration. Jeanne, ta présence, ta force à te tenir dans le lieu de tous les possibles depuis une profonde et vivante humanité, ton soutien, notre complicité et amitié ont permis de m'ouvrir à des horizons improbables. Les projets auxquels je participe au sein de l'équipe programme de l'UQAR donnent un sens à mon existence actuelle et future. Que ma contribution puisse te restituer en partie ma reconnaissance à vie.

Je remercie Bernard Honoré pour son écoute et le partage de ses résonances sur le projet de cette thèse. Nos rencontres ont été grandement appréciées. Ta présence a été et reste un repère lumineux dans mon activité de chercheur et dans ma pensée sur le sens de l'existence et de l'accompagnement.

Je remercie Arouna Lipchitz pour ses remarques et encouragements au début de mon parcours. Ton audace et ta pertinence, comme ce regard de la voie de l'amoureux sur l'homme ému sont ancrés en moi : ils apparaissent quand c'est nécessaire. Merci infiniment.

Un grand merci envers les personnes qui ont lu et corrigé des parties de mon manuscrit et m'ont offert leur résonance. Votre travail a été précieux dans le résultat final. Merci à Françoise, André, Marie, Patrice, Anne, Sophie, Serge, Jacques, Didier, Elsa, Marc, Catarina.

Je pense à mes thérapeutes et ami(e)s qui m'ont accompagné intensivement pour récupérer de ma paralysie faciale. Votre élan, vos qualités personnelles et professionnelles m'ont permis d'éviter la dépression, de traverser un tunnel et de contribuer à donner un sens vivant à cette épreuve. Je porte dans mon cœur vos heures soignantes ; Agnès, Sylvie, Elise, Jacques, Sophie, Béatrice et Brigitte, Merci !!

Un grand merci à Daniel Grosjean : ma rencontre avec toi a insufflé ma nouvelle vie.

Le lecteur le constate, cette aventure doctorale est plurielle. Je veux remercier tous ceux et celles qui ont contribué directement ou indirectement à ce que mon projet naisse, se déroule et aboutisse. Chacun de vous avez participé à qui je suis devenu, à réaliser ce rêve d'aboutir une recherche de cette ampleur, sur un thème où l'émotion, l'affectivité ou l'amour ne sont pas restées des mots et des concepts. Ils se sont faits chair avec et grâce à vous !

Je remercie les 'abeilles' bienveillantes de point d'appui : Catarina, Gaétane, et Viviane !

Je remercie Anne et Hélène pour leur soutien dans mon processus et dans les démarches administratives.

A mon clan :

A toi, mon père, à toi, mère ! Je vous dois d'être là. Merci infiniment pour ton soutien et ta joie de vivre, père !

A toi Chloé, à toi Gaïa – A toi Gaïa, à toi Chloé ! Ce travail m'a aidé à mieux vous comprendre…et à communiquer autrement avec vous. Votre tendresse me nourrit et vos parcours de jeunes femmes (émues à votre façon) me réjouissent.

A vous : Francine, Marc, Luc, Jacques… j'aime la forme de nos liens qui se tissent au fur et à mesure, se renouvellent encore après ce bel été de transition pour moi.

A vous Jean-Claude, Agnès et Léa, Mathieu et Céline !

Tous, vous me manquez souvent…

A mes amis et mes hôtes généreux lors de mes déplacements intercontinentaux :

A Nessia, Pascal, Françoise, Evelyne, Agnès, Luc, Marc,…Eve et Daniel.

A mes amis grecs :

A Elsa, merci de m'avoir encouragé à débuter ce doctorat, d'avoir été présente et soutenante à beaucoup de niveaux, merci pour ton soutien éclairant dans mon exploration étymologique grecque sur l'émotion et l'affectivité. Ta présence à la fin de mon parcours est un vrai cadeau de vie.

A Shadki, la qualité de ta présence, ton amour et ton accueil ont accompagné ces six années, et m'ont permis de finir ma thèse sur notre île d'Egine dans des conditions de rêve. Notre lien fait chair le concept de cette thèse.

A Mariella et Vassilis, et les enfants… votre présence soutenante m'a touché à vie.

A Aris du Soléro, notre amitié et mes pauses dans ton lieu ont été si importantes.

A Fabienne C., pour ta générosité et ta finesse d'esprit.

A Végonia, pour ton inaliénable enthousiasme, il m'a toujours porté.

A ma communauté rimouskoise et québécoise :

A Serge pour ta présence, ta sagesse et ton regard toujours bienveillant… à nos rencontres de 7h30 !

A André, ta présence a été un roc auquel j'ai pu m'accrocher durant ma tempête existentielle, ton regard et ton expérience m'ont inspiré et encouragé à mieux affirmer ma singularité dans cette recherche. Merci d'être là !

A Huguette pour la simplicité, la finesse et la tendresse de ta présence.

A Jacques, mon cher ami et compagnon de route. Ta présence est un phare…

A mon amie Sylvie Hogue, présence soutenante, soignante et visionnaire qui m'accompagne depuis mes premiers pas rimouskois. Merci !

A mon ami, collègue-doctorant à l'Ufp, collègue de l'UQAR, directeur du module de psychosociologie, le Professeur Jean-Philippe Gauthier. C'est inspirant de marcher à tes côtés.

A toute l'équipe programme du département de psychosociologie de l'UQAR, votre présence participe à mon futur, nourrit mon passé et réjouit mon présent : Diane, Pascal, Mire-Ô, Danièle, Luis, Jeanne-Marie, Mathieu, Marja, Pascale, Monyse, Vincent, Clency, Karen, Agnès, Dany, Jean-Philippe, Marie, Sophie, Vinciane.

Au bout de mes remerciements se dévoile ma carte relationnelle, celle d'un praticien-chercheur ému très, … Très chanceux !

TABLE DES MATIERES

ABSTRACT ..... **IV**

RESUME ..... **VI**

RESUMO ..... **VIII**

DEDICACE ..... **X**

REMERCIEMENTS ..... **XI**

TABLE DES MATIERES ..... **XVII**

LISTE DES TABLEAUX ..... **XXXIV**

LISTE DES RESONANCES GRAPHIQUES ..... **XXXV**

LISTE DES ABREVIATIONS ET DES SYMBOLES ..... **XXXVIII**

INTRODUCTION **1**

PREMIÈRE PARTIE METTRE EN PLACE DE LA RECHERCHE : PREMIERES PROBLEMATISATIONS **7**

INTRODUCTION DE LA PREMIERE PARTIE **8**

CHAPITRE 1 : CONTEXTE ET PERTINENCE DE LA RECHERCHE **11**

1. S'ouvrir au questionnement scientifique **11**

2. Pertinence personnelle : un axe transversal de mon existence **13**

2.1 La passion du rapport au corps 13
2.2 Me sentir vivre 14
2.3 Re-connaissance 15
2.4 Émergence d'une dimension émotionnelle et renversement de mon rapport à l'affectivité 17
2.5 Le « devoir de conscience » : le choix de l'engagement 19

3. Pertinence professionnelle : l'émotion et l'affectivité, une place à valoriser dans mon métier d'accompagnateur du changement **20**

3.1 Rapport à la dimension affective dans l'accompagnement du « grandir » 20
3.2 Au cœur d'une transition professionnelle 23
3.3 L'appui de la diversité expérientielle 25

4. Pertinence sociale : l'émotion et l'affectivité, enjeux au plan culturel, social et citoyen **26**

4.1 Les misères de l'affectivité 26
4.2 Les mystères de l'affectivité dans l'affrontement à l'inattendu 28
4.3 La diversité ethnique, culturelle et professionnelle 30

5. Pertinence scientifique : la place de l'affectivité et des émotions dans l'accompagnement de la personne 30
5.1 L'actualité des recherches sur la dimension émotionnelle et l'affectivité : un axe de recherche en plein essor 31
5.2 Une attitude d'explorateur : l'option pour l'investigation théorique de la dimension des émotions et de l'affectivité 33
5.3 L'actualité de la recherche sur le champ des émotions et de l'affectivité en psychopédagogie perceptive : un manque à combler 37

6. Pertinence révélée à travers mon parcours de thèse au singulier-pluriel 40
6.1 Confrontations à l'émotion du Sensible à travers mes vécus relationnels....43
6.1.1 Le sens et l'émoi chez le praticien-chercheur du Sensible....44
6.1.2 Une rencontre d'âmes : ouverture culturelle des émotions et de l'affectivité 46
6.1.3 Désirs et représentations d'une éthique du vivre-ensemble à partir du Sensible : une utopie?....47
6.1.4 Premier contact avec le champ des pratiques psychosociales rimouskoises : touché par l'humain, ému par un engagement dans l'accompagnement de la personne et par un art de la reliance en période de crise. 51
6.1.5 La place de l'émotion dans la présence à soi et en relation : rester en contact ! 53
6.1.6 L'audace des premiers pas 58
6.1.7 Une herméneutique et une maïeutique de l'écart : un aspect de la problématique....60
6.1.8 Processus de métissage et déplacements identitaires 64
6.2 Le surgissement de ma paralysie faciale : un aboutissement radicalement heuristique....65
6.2.1 Choisir le « Non » à l'endroit où j'ai toujours dit « Oui » 65
6.2.2 Être complice de l'amour qui choisit : garder les bras ouverts 69
6.2.3 22 avril 2013 : démasqué à moi-même, une naissance au monde ! 73
6.2.4 Un point d'appui dans et pour mon processus doctoral 82
6.2.5 L'autorisation noétique de l'homme ému : révélation, validation, actualisation....84

CHAPITRE 2 : LA DIMENSION EMOTIONNELLE ET AFFECTIVE AU CONTACT DU SENSIBLE....87

PREMIERE APPROCHE, PREMIERES QUESTIONS....87

1. Le paradigme du sensible : de quoi s'agit-il?....88
1.1 Petite histoire : les six étapes à l'origine du paradigme du Sensible 89
1.1.1 La fasciathérapie à l'origine d'un processus d'émergence de pratiques 92
1.1.2 A l'arrivée : la psychopédagogie perceptive 95
1.2 Genèse d'une identité épistémologique : des praticiens et des professionnels du corps Sensible se forment à la recherche....97
1.3 Une manière de voir le monde et de concevoir l'humain : éloge de la sensibilité au vivant 103

2. L'univers des vécus du sensible....104
2.1 L'accompagnement en pédagogie perceptive....104

2.2 À la source du sensible : la perception du mouvement interne 107
2.2.1 Le mouvement interne : un principe actif 107
2.2.2 Les conditions extra-quotidiennes d'expérience corporelle.....108
2.2.3 Le Sensible : une subjectivité corporeisée émanant du mouvement interne...111
2.3 Les phénomènes du Sensible : manifestations et effets du mouvement interne 111
2..3.1 La conscience du sujet percevant 111
2.3.2 Les effets du mouvement interne avant la perception du mouvement interne.....112
2.3.3 La perception du mouvement interne lui-même.....113
2.4 Effets du rapport au mouvement interne 114
2.4.1 Altération des processus attentionnel et intentionnel 114
2.4.2 Altération de la perception ordinaire.....116
2.4.3 Altération de la construction du sens 117
2.4.4 Altération de l'évaluation, de la prise de décision et de la mise en action.....117
2.5 La spirale processuelle du rapport au sensible : une rumeur affective ? 119
2.5.1 La présence dans le paradigme du Sensible 120
2.5.2 Du sentir au sentiment d'existence.....120
2.6 Le modèle de la modifiabilité perceptivo-cognitive (MMPC) 122
2.7 Petite synthèse sur l'univers du Sensible.....125

3. Première formulation de la problématique et de ma question de recherche 126
3.1 Un projet de recherche constitué à différents carrefours 126
3.2 Formulation de ma question de recherche 128
3.3 Clarification de la visée de ma recherche 129

4. Objectifs de recherche.....130
4.1 Dégager de nouveaux compréhensifs à propos du champ théorique de l'émotion et du champ de l'affectivité.....130
4.2 Caractériser la dimension émotionnelle et affective de l'expérience du Sensible.....131
4.3 Rendre compte de la valeur donnée aux dimensions émotionnelles et à l'affectivité dans l'expérience du Sensible 131
4.4 Mieux comprendre les effets de la prise en compte des dimensions émotionnelles et affectives sur le Vivre avec et le Vivre ensemble 131

CHAPITRE 3 : POSTURE EPISTEMOLOGIQUE ET METHODOLOGIE DE RECHERCHE.....133

Introduction 133

1. Posture épistémologique.....136
1.1 Une recherche au sein du CERAP 136
1.2 Une approche qualitative : un paradigme compréhensif et interprétatif.....138
1.3 La posture du praticien-chercheur : la place du terrain 139
1.4 Le praticien-chercheur du Sensible : s'accorder à un terrain singulier.....142
1.4.1 Le rapport au Sensible : le corps partenaire 143
1.4.2 La neutralité active : une distance de proximité.....145
1.4.3 La réciprocité actuante : une modalité intersubjective de la chair 147
1.5 Le praticien-chercheur ému : les nuances de l'affectivité 149

1.6 Posture épistémologique et méthodologique pour une recherche exploratoire sur la dimension émotionnelle et l'affectivité en pédagogie perceptive 152
1.6.1 « Lire aux éclats » : une attitude particulière dans cette recherche ? 153
1.6.2 L'écriture impliquée : fabriquer des mots qui nous permettent de les entendre 157
1.6.3 L'interaction avec mon expérience propre 159
1.6.4 Interaction avec les personnes interviewées 160
1.7 Posture en altérité et cartographie de ma posture épistémologique 161

2. méthodologie d'approche de l'objet de recherche 164
Introduction 164
2.1 Corpus théorique 165
2.1.1 Champ classique et contemporain 165
2.1.2 Corpus théorique phénoménologique 166
2.1.3 Corpus de la psychopédagogie perceptive : empirico-théorique 169
2.2 Un corpus empirique à travers une enquête au sein d'un public pluriel : dans la peau de l'homme ému 169
2.3 Des entretiens de recherche sur l'homme ému 170
2.3.1 Une discussion à l'origine de mon questionnaire sur l'homme ému 170
2.3.2 Guide d'entretien et entretien préparatoire 171
2.3.3 Deux entretiens préparatoires 173
2.3.4 Prendre soin de contexte et introduction de l'entretien de recherche 173
2.3.5 Critères d'inclusion au départ de ma recherche 174
2.3.6 Écoute et retranscription des entretiens de recherche 176
2.4 L'apport des entretiens dans la familiarisation avec mon objet de recherche et dans mon rapport au corpus théorique 177
2.4.1 Un auto entretien de recherche : faire l'expérience de répondre à mes questions 178
2.4.2 Une valeur ajoutée dans mon rapport au corpus théorique et à ma recherche 179
2.5 Changement de cap 181
2.5.1 Rappel du projet de deux groupes témoins 181
2.5.2 Reconnaître et assumer l'évolution de ma recherche, consentir au changement de cap, une déchirure… 182
2.5.3 Les entretiens non retenus, momentanément mis en point d'appui 183
2.6 Les personnes ressources dans la production de cette recherche 184
2.6.1 Danis Bois et l'équipe d'encadrement de l'école doctorale 184
2.6.2 Le groupe de la promotion deux mille neuf 185
2.6.3 Marie-Christine Josso et Eve Berger : direction et co-direction 186
2.6.4 Stage doctoral à l'UQAR : Jeanne-Marie Rugira et l'école de Rimouski 190
2.6.5 Des personnalités agissantes à des étapes charnières 193
2.7 Mon parcours biographique de doctorant 198
2.7.1 Un cours de formation à l'écriture performative avec le professeur Luis Gomez 198
2.7.2 Des échanges fructueux avec André Paré : style d'écriture, altérité dans la recherche 200
2.7.3 Mes échanges avec Pierre Paillé : une ouverture de conscience sur ma démarche qualitative 201
2.8 Les espaces-temps d'écriture de la thèse 201
2.9 Le corpus empirique : un ensemble de mises à l'épreuve au sens honorien 203

2.9.1 19 entretiens exploratoires (16 + 3) 203
2.9.2 Exploration des travaux du CERAP 203
2.9.3 La dimension du prendre soin de moi 203
2.9.4 Gestion du temps 204
2.9.5 Gestion des distances géographiques et des rythmes de vie 204
2.9.6 Moments de validation de la pertinence de certains aspects de ma thèse 205
2.9.7 Gestion d'une rupture et adaptation à un nouveau paradigme socio-culturel 206
2.10 Une constellation d'expériences (2009-2015) : L'œil intime comme l'outil herméneutique du chercheur 206

DEUXIÈME PARTIE : APPROCHER L'OBJET DE RECHERCHE A PARTIR DES MODELES CLASSIQUES ET CONTEMPORAINS DE L'EMOTION 209

Introduction générale de la deuxième partie 210

CHAPITRE 1 : LA DIMENSION DE L'AFFECTIVITE ET LA RECHERCHE SUR L'EMOTION 214

1. Un inclassable objet de recherche : le rejet de la science 214
1.1 La « fausse » fragilité du concept : phénomène multidimensionnel et multifactoriels 216
1.2. Conséquences sur les champs sémantique, lexical et conceptuel : contrainte ou richesse par rapport à la formulation de ma question de recherche? 219
1.2.2 Dépassement possible de la contrainte sémantique 222
1.2.2.1 Dispositifs de recherche et créativité 222
1.2.2.2 La diversité : vers une nécessaire interdisciplinarité 224

2. Mise en place de repères sémantiques 225
2.1. Émotion et affectivité : horizon étymologique 227
2.1.1 Émotion 227
2.1.2 Affectivité 228
2.2 Des catégories sémantiques : la constitution d'un vocabulaire spécifique 229
2.2.1 Une terminologie relative au « sentir », au « penser » et à « l'agir » 229
2.2.2 Un contexte épistémologique chaotique 230
2.2.3 L'univers lexical et grammatical du champ des émotions et de l'affectivité 231

CHAPITRE 2 : UNE HISTOIRE : TRAJETOIRE ETHIQUE, SOCIO-POLITIQUE ET CULTURELLE 242

1. Quelles motivations pour aborder l'histoire de la recherche sur les émotions? 242

2. Platon, l'inventeur de l'âme : la vérité comme contre-passion 243

3. Les réponses modernes sur la question des émotions 246
3.1 Darwin et l'expression des émotions 246
3.2 Place aux changements physiologiques et leurs influences sur la conscience 247
3.3 Après Platon, John Watson : l'histoire se répète 249
3.4 La voie de la physiologie et théorie centrale 249

3.5 L'exploration et la reconnaissance du cerveau viscéral.....250
3.6 Intérêt pour les traitements de l'information dans le processus de l'émotion ...251
3.7 Ouverture à une compréhension psychosociale des émotions.....253
3.8 Approche catégorielle des émotions.....255

4. Intérêts nouveaux pour les émotions sociales et les conduites affectives....256
4.1 Intelligence émotionnelle et la vie sociale : changement des représentations 258

CHAPITRE 3 : VERS UN CONSENSUS ET 'COUPS DE CŒUR' DANS LA CONCEPTUALISATION CLASSIQUE ET CONTEMPORAINE DES EMOTIONS 264

1. consensus sur l'émotion.....264

2. Le co-mouvement entre le sujet et l'objet.....265

3. Le vécu subjectif 266

4. L'émotion se joue sur le théâtre corporel.....267

5. Le jugement sensoriel et perceptivo-cognitif.....267

6. L'évaluation et le commentaire de la réalité vécue.....268

7. Une force de mobilisation en situation sociale 268

8. La personne affectée est-elle un acteur social? 269

9. « Coups de cœur » sur les modèles classiques et contemporains de la recherche sur les émotions 271
9.1 L'inscription corporelle des émotions : William James et Antonio Damasio ...272
9.2 L'empathie : un concept 'nomade' indissociable de celui de l'émotion?.....275
9.3 A propos de l'inscription sociale des émotions et de l'affectivité.....279

10. Premier bilan, première discussion.....281
10.1 Les valeurs du langage.....281
10.1.1 Une impression ou une réalité? 281
10.1.2 Confirmation d'un élément problématique de ma recherche ? 282
10.1.3 La problématique des marqueurs subjectifs et affectifs du langage (oral et écrit) du praticien-chercheur en psychopédagogie perceptive 282
10.1.4 Une présence affective : du langage du corps au corps du langage 285
10.1.5 Une pré-enquête lexicale sur la terminologie à connotation émotionnelle 287
10.1.6 Quels codes linguistiques pour l'expérience émotive ? 291
10.2 L'histoire affective de la recherche sur les émotions 294
10.3 Le corps et le mouvement : quelle place et quelle identité? 295
10.4 Interroger l'expérience subjective du sujet.....297
10.5 Le sujet émotionné, affecté : peut-on en rester là? 298
10.6 Envisager une expérience intra affective de la personne? 299
10.7 Quatre éléments de la complexité et de l'incomplétude des recherches classiques et contemporaines sur la dimension émotionnelle et le champ de l'affectivité.....300
10.8 Les limites conscientes de mon exploration 301

TROISIÈME PARTIE : L'APPORT SPECIFIQUE DE LA PHENOMENOLOGIE POUR APPROCHER L'OBJET DE RECHERCHE 304

Objectifs et manière d'aborder ce corpus théorique.....305
Pourquoi la phénoménologie : du corps qui se meut au corps qui s'émeut.....306
Intérêts pour ma recherche 308
Paradigme du Sensible et approche phénoménologique 309

CHAPITRE 1 : MAIS QU'EST-CE QUE L'EXPERIENCE?.....312

1. Point de départ : quelques pistes et des options.....312
1.1 Notion multi-référentielle : pourquoi m'intéresser à l'expérience ? 312
1.2 Le piège du subjectivisme dans le concept phénoménologique de l'expérience.....314

2. La phénoménologie : une théorie de l'expérience et sa praxis exploratoire 318
2.1 L'époché et la dimension affective dans le devenir-conscient 318
2.2 Un soupçon au sujet de l'expérience ?.....322
2.3 L'expérience en première personne.....324

3. Un regard humanisant sur l'expérience humaine : Bernard Honoré.....326
3.1 Une notion polysémique : une étymologie éloquente.....327
3.2 La constitution de l'expérience.....329
3.2.1 L'expérience : un enracinement dans la vie émotionnelle et affective ?.....330
3.2.2 Corps et expérience : un lien fondamental !.....333
3.2.3 L'expérience de l'autre : l'interexpérience comme épreuve de la présence d'autrui 335
3.3 Le caractère de l'expérience : le sentiment d'existence 338
3.4 La vie comme expérience d'elle-même, comme donation 342
3.5 La spiritualité de l'expérience : oser nommer pour mieux comprendre !.....345
3.5.1 Nommer mes états d'âmes, un questionnement éthique ?.....345
3.5.2 Quelles conditions pour convoquer l'expérience spirituelle ? 348
3.5.3 L'affectivité et l'expérience spirituelle 351
3.5.4 Le rapport au divin : l'expérience d'un attachement ontologique ?.....353
3.5.5 L'expérience mystique : inhérente à l'activité d'être homme.....356
3.6 Résonances 360

4. Une socio-phénoménologie : le statut particulier de l'expérience chez Ronald Laing :.....363
4.1 L'aventure scientifique et le statut de l'expérience 363
4.1.1 Les lois du vécu : inaccessible sans un sujet les saisissants.....365
4.1.2 La phénoménologie sociale : une épistémologie de l'expérience du lien ? 366

5. La dynamique de l'expérience vécue comme vie sociale chez W. Dilthey.....370
5.1 La vie sociale : une expérience.....370
5.2 Les temporalités constitutives de l'expérience vécue.....372

6. Ferdinand Alquié : une expérience philosophique du vivre, la conscience affective.....374
6.1 De la conscience affective à l'expérience : un principe irréductible.....375
6.2 La saisie affective : sensibilité ou une appréhension particulière ?.....377
6.2.1 Le dialogue affectif 379
6.2.2 L'amour : sortir le moi de sa solitude et la raison de l'objectivité ?.....381
6.3 L'angoisse.....385
6.4 La conscience affective : ignorance et refus de l'objectivité ?.....387

6.4.1 Refus ou ignorance du temps et de l'espace....388
6.4.2 L'éternel présent de la conscience affective : passé-présent-futur....388
6.4.3 La conscience affective : un savoir véritable ?....390
6.4.4 Les caractères propres du savoir affectif....391
6.5 Résonances....394

7. Des expériences qui ont du corps ? : d'Abraham Maslow à Claire Petimengin....396
7.1 L'expérience paroxystique de Maslow....398
7.2 L'expérience optimale chez Mihaly Csikszentmihalyi....399
7.3 L'expérience intuitive chez Claire Petimengin....400

8. Pour une démocratie de l'expérience chez John Dewey....403
8.1 La continuité est la qualité de toute expérience éducative....403
8.2 Le principe d'interaction....403
8.3 L'expérience : un flux de sens....404
8.4 Le corps a un rôle dans l'expérience....404
8.5 L'expérience : un vaste horizon de dialogue où l'émotion prend sa place....405
8.6 L'expérience esthétique : une autre compréhension de l'expérience....406
8.7 L'expérience naît dans l'équilibre entre l'agir et son éprouvé....407

9. Points saillants et liens avec le champ de l'affectivité....409
9.1 Proche du vivre : l'expérience....409
9.2 L'entrée de la subjectivité : l'arrimage au vécu....411
9.3 Étreinte de la vie par l'affectivité....413
9.4 L'inter affectivité : une terre pour l'interexpérience ?....414
9.5 La question de l'Autre : un dépassement affectif ?....415
9.6 L'expérience dans le monde de la vie : une relation vitale....416
9.7 La conscience affective : l'expérience d'un mode d'être....417
9.7.1 Deux sentiments de la conscience affective : l'angoisse, l'amour (et le désir)....418
9.7.2 Un savoir affectif : l'expérience du vivre hors du temps et de l'espace....418
9.8 L'expérience : l'équilibre entre l'agir et l'éprouver....419
9.9 L'expérience et l'affectivité : peu de place au corps et au mouvement ?....421

CHAPITRE 2 : LE CORPS, L'ACTION, LE MOUVEMENT ET LE SENTIR COMME PARADIGME DU VIVRE....423

1. l'intégration du corps comme activité chez J-F. Billeter....423
1.1 Les régimes de l'activité....423
1.2 Le corps : essence de l'activité entière, nécessaire et spontanée....425
1.3 Une physique élémentaire de la subjectivité....426
1.4 Un paradigme du vivre : l'art de se laisser porter par les courants....427

2. Le vivre ancré dans le mouvement chez R. Barbaras....430
2.1 L'ordre dynamique du mouvement....431
2.2 Corps et mouvement : pénétration active au sein du monde....432
2.3 Transformation radicale du concept de corps et de mouvement....433
2.4 Quelle place et quel statut pour l'affectivité ?....439

3 Du sentiment intérieur du « je peux » au sentiment personnel de l'existence chez de Biran....440
3.1 Le sentiment spécifique de l'effort comme composante affective de la sensibilité....440

3.2. Le sentiment impersonnel de l'existence 443
3.3 Le sentiment personnel de l'existence 446
3.4 Le chiasme des sentiments : une affectivité primaire? 447
3.5 Première résonances : une affectivité charnelle 449
3.5.1 Le touchant-touché 449
3.5.2 La vie affective : une praxis sensorielle? 449
3.5.3 Tentative de synthèse 450
3.5.4 La connaissance de soi et la vérité aperceptive : place de l'affectivité charnelle 451

CHAPITRE 3 : L'AFFECTIVITE ET LES VALEURS CHEZ MAX SCHELER 453

1. La compréhension affective à comprendre dans deux directions 455
1.1 Le partage immédiat de la souffrance de quelqu'un 457
1.2 Le fait de prendre part à la joie ou à la souffrance de quelqu'un 458
1.3 La contagion affective : la sympathie proprement dite? 458
1.4 La fusion affective : le cas extrême de la contagion affective 459

2. Les fusions affectives véritables : le « centre vital » ou la « conscience vitale » 463
2.1 L'illusion ou l'hallucination affective : propos sur la tradition et l'appropriation de l'expérience d'autrui 464
2.2 Fonction affective et états affectifs : un écart à comprendre 466

3. Les sensations affectives et les sentiments spirituels 467

4. L'amour : le mouvement vers une valeur supérieure 469
4.1 L'amour moral : l'amour de personne à personne 471
4.2 Vers une phénoménologie de l'amour : de l'amour individuel vivant à l'amour de « l'humanité » 472
4.3 L'amour sexuel, la fonction la plus centrale de l'amour vital 474

5. Premières résonances : la levée de confusions sur l'expérience affective 475
5.1 Approche multifactorielle de l'affectivité 475
5.2 La distinction entre état et fonction affective 476
5.3 Oser un pas dans les sentiers du vivre intime, sensuel et sexuel 476
5.3.1 Isomorphisme 476
5.3.2 Les espaces intimes du chercheur 477
5.4 Une herméneutique morale en lien avec l'affectivité et l'altérité? 479
5.4.1 Une pratique incarnée et charnelle de la morale ? 479
5.4.2 Un espace de création d'une moralité ? 480
5.4.3 Un impact sur la dynamique des liens et le rapport à l'attachement 481

CHAPITRE 4 : L'APPROCHE PHENOMENOLOGIQUE DU CŒUR ET AU CŒUR DE L'ATTENTION CHEZ NATALIE DEPRAZ 485

1. Une phénoménologie du cœur 485

2. Mais comment accéder à l'émotion dans sa singularité phénoménale? 488

3. L'accès à l'émotion par l'expérience subjective de celui qui est ému 489
3.1 L'intentionnalité : Gefühl, Stimmung et Trieb 491
3.2 Distinction entre émotion et affection 493

3.4 Le cœur : entre corps égoïsé et chair pulsionnelle 495
3.4.1 Inventer un vocabulaire 496
3.4.2 L'émotionnel cardial 497
3.5 La psychopédagogie perceptive : une phénoménologie pratique du cœur ? 499
3.5.1 Des kinesthèses propres à l'expérience du Sensible ? 499
3.5.2 Théorie et pratique : une expérience vécue en continuité 501

4. Affects et attention : éloge de la délicatesse humaine 502

5. L'éveil affectif et la vigilance : un geste à découvrir 506
5.1 Une alliance féconde 511
5.2 Des allures affectives ? 511
5.3 De la cécité attentionnelle à la cécité affective 512
5.4 La clarté sensorielle : du plaisir au déplaisir 515

6. L'éveil attentionnel : une affection tendue vers le futur 516

7. L'émotion au cœur du processus d'ouverture à la vigilance 518
7.1 L'intrication de l'émotionnel au cœur de la dynamique de l'attention 519
7.2 L'antinomie attention/affection 520
7.3 De « l'ambi-valence » à la co-modulation 521
7.4 Point d'appui sur l'activité de remarquer : l'émergence de la sensibilité? 523
7.4.1 Émotion : entre attention et sensibilité ? 523
7.4.2 Remarquer : un acte fondateur dans la pédagogie perceptive ? 525
7.4.3 Une analogie féconde pour définir l'étoffe de la sensibilité 526

8. L'empathie comme accès au chemin du monde de (la) vie 527
8.1 L'attention partagée 527
8.2 Les degrés de l'empathie 529
8.2.1 La tendresse inhérente au cœur : un chemin pour une attention bienveillante 531
8.2.2 L'exemple du Tonglen 532
8.3 L'empathie : un engagement éthique profondément émotionnel? 535

9. Premières résonances : les mérites de l'attention 537
9.1 Une révélation touchante 537
9.2 L'empathie sous le mode du Sensible : quelques spécificités par contraste 538
9.3 De nouvelles balises pour aborder la dimension émotionnelle du Sensible 540

CHAPITRE 5 : LA CULTURE DU SENTIMENT, L'AUTO-AFFECTION CHEZ MICHEL HENRY 541

1. L'ivresse du vivre : une valeur affective absolue 542
1.1 S'éprouver soi-même en chaque point de son être 543
1.2 Le savoir de la vie : expression tautologique ! 545
1.3 La solitude de la science : une pratique 'orpheline' de l'*humanitas?* 546

2. L'essence de l'affectivité 548
2.1 L'invisibilité pathétique 548
2.2 La connaissance du corps : bouleversement des valeurs 550
2.3 Entre le corps et la personne : la révélation de la chair ? 551
2.4 Un autre (nouveau?) principe de sensibilité 553

3. L'auto-affection 554
3.1 La réalité phénoménologique de la Vie 554

3.2 Le corps subjectif : le corps qui donne le monde 555
3.3 La corporéité originaire : auto-révélation de la subjectivité absolue.....556
3.4 L'Être se donne à sentir : la simple joie d'Exister.....557

4. Ce qui fait l'humanité de l'Homme : un sensualisme henrien?.....558

5. L'Affectivité de la Vie : un conatus à la source de toute culture?.....562

6. L'affectivité : contre la fuite de soi ! 562

7. L'hypothèse énergétique de la construction de la culture.....564

8. L'homme : la possibilité de la venue en soi de la vie 566

9. Quelques analogies entre la pensée henrienne et la philosophie du Sensible 569
9.1 Corps-sujet et rapport à soi 569
9.2 La saisie de la vie.....569
9.2.1 Aspects pratiques à l'issue de mon exploration 570
9.2.2 Du souci de l'homme au souci de la Vie.....570
9.2.3 L'auto-affection, l'être, l'Être et l'attachement à la Vie : une autre figure de lien ? 571
9.2.4 De véritables apports conceptuels pour enrichir l'édifice théorique du paradigme du Sensible ?.....576
9.5 Comment accéder à ce « savoir-être » relatif à la manifestation de la Vie ?.....577

CHAPITRE 6 : LA CRISE DU SENS ET 'L'AFFECTIVITE CITOYENNE' CHEZ JAN PATOCKA? 579

1. 'L'homme spirituel' comme 'gardien de la cité'.....579

2. Le mouvement de l'existence : une expérience du corps avant tout !.....580

3. L'être au monde : des correspondances dynamiques.....584

4. La disposition affective : une dimension du vécu subjectivement corporel à soi-même et dans le monde 586

5. La tonalité affective : la dynamique la plus originaire.....588

6. La dynamique de l'être : une affectivité toujours dirigée vers la socialité.....590

7. L'attachement à la présence de l'autre : la réciprocité en tant qu'attente de possibilités 591

8. Face au séisme de l'existence : se laisser affecter par le négatif.....593

9. Premières résonances 595
9.1 L'affecté comme posture civique 595
9.2 Le sujet Sensible proche de l'homme spirituel patockien ?.....595

CHAPITRE 7 : QU'EST-CE QUE S'EMOUVOIR CHEZ SARTRE? 597

1. Les 'pouvoirs' herméneutiques de l'émotion 597

2. L'émotion : une intuition et une synthèse magique.....599

3. L'émotion : une intelligence involontaire? 601

4. L'exemple de l'amour : Une affectivité constituée 602

5. Une conduite à part entière : les gestes de l'émotion 603

6. La passivité de la conscience émue : en contradiction avec l''*ergos'* affectif? 604

7. Les difficultés de la conception sartrienne 606

8. Premières résonances : l'émotion transforme le monde 609
8.1 La notion de conduite émotionnelle 609
8.2 Le projet affectif 610
8.3 Transformation des personnes et du monde 611
8.4 Le corps agissant.....611

CHAPITRE 8 : L'ESPACE-DEMEURE OU NOUS HABITONS, LES EMOTIONS CHEZ MAURICE MERLEAU-PONTY 613

1. Il nous faut apprendre à voir : le rôle des émotions 613

2. Le corps et la spatialité des émotions.....615

3. L'émotion : une tonalité de l'habiter dans l'existence 618

4. Premières résonances : le rapport à l'espace des émotions 620
4.1 L'appui de la poétique 620
4.2 Espace-demeure de l'émotion.....621
4.2.1 Un exemple : une méditation sur le mode du Sensible 621

CHAPITRE 9 : L'ETRE-LA EN TANT QU'AFFECTIVITE VECUE, LA *STIMMUNG* CHEZ HEIDEGGER 623

1. L'être-là en tant qu'affectivité : ontologie affective de l'existence.....623

2. La résonance : une double altération.....624
2.1 Les tonalités affectives : une « herméneutique » du vivre dans l'existence.....625
2.2 L'affectivité : une pluralité qualitative interne 626
2.3 L'éprouvé qualitatif de l'existence vécue.....627

3. Les quasi-équivalences entre l'affectivité et la *« Stimmung »* : le « penser » est-il affectif?.....628

4. Le rapport premier au corps dans la pensée de M. Heidegger : ontologiquement angoissant ! 631
4.1 Une tonalité sombre pour moi 632
4.1.1 Un dynamisme affectif fondamental : l'affectivité, un acte à part entière… 633

5. Premières résonances : mon attirance vers la vie vivante.....634
5.1 Les conditions existentielles de l'affectivité.....634
5.2 L'expérience sur le terrain et rupture épistémologique 634
5.2.1 La relative autonomie affective interne de la subjectivité : la présence affective à soi sur le mode du Sensible 635
5.2.2 Rapport entre affection et pensée 637
5.3 L'a priori de la vie subjective éprouvée : un territoire à redéfinir?.....637
5.3.1 Les limites du territoire de la vie éprouvée : des régions de l'affectivité 638
5.3.2 Une cœnesthésie affective ? 639

6. Retour sur la problématique et la question de recherche 639
6.1 Remise en contexte 639

6.2 Synthèse de mon exploration 640
6.2.1 Sentiment général : une expérience intense et galvanisante ! 640
6.2.2 Eclatement de certaines images du monde de la dimension émotionnelle....641
6.2.3 « Auto-débriefing », résonances en deux temps : placer des balises de ma compréhension du phénomène 642
6.2.4 Le recours aux résonances graphiques : une bouée de sauvetage et un 'GPS' intelligent ! 643
6.3 L'expérience : une voie unique pour comprendre la dimension émotionnelle et l'affectivité ? 644
6.3.1 L'expérience affective 645
6.3.2 L'expérience affective et expérience spirituelle : manifester le précieux de la musicalité intérieure....646
6.3.3 Un bémol : un corps présent, mais si peu décrit en réalité 648
6.3.4 L'expérience et l'éprouvé : la place de l'affectivité 649
6.3.5 Les apports de la compréhension de l'expérience : plus loin que mon objet de recherche....649
6.4 Le retour au corps, mais un corps comme manifestation des régimes de l'activité 650
6.4.1 Une visée pratique pour saisir la diversité des modes de présence à soi, à l'autre, au monde 651
6.4.2 Corps et affectivité : une physique élémentaire de la subjectivité commune ? 651
6.5 La fonction 'épiphanique' du mouvement....652
6.6 La vérité aperceptive : la place de l'affectivité charnelle 652
6.7 L'apport de nouvelles catégories phénoménologiques de la dimension émotionnelle 653
6.8 La phénoménologie du cœur : une voie innovante à plusieurs entrées 654
6.8.1 Nuances phénoménales et régimes émotionnels 654
6.8.2 L'attention : une réception affective (à la première personne) à la situation du monde 655
6.9 Le cas de l'empathie : confirmation d'une inter-affectivité comme inter-attentionnalité à la base de l'intersubjectivité dans l'univers inter-expérientiel du monde-de-la-vie 656
6.10 La vie : le point de départ de toute affectivité 658
6.10.1 Une culture du sentiment de la Vie 659
6.10.2 Le rapport à la subjectivité affective : l'invisible comme figure d'attachement 659
6.10.3 A contre-courant de la solitude héroïque 660
6.10.4 Une phénoménologie de la Vie : sur les traces du Sensible....661
6.10.5 Une corpspropriété, l'âme et le corps subjectif....662
6.10.6 L'empathie henryenne par contraste à l'intropathie chez Ricoeur....662
6.11 La place de l'affectivité dans une phénoménologie asubjective....663
6.11.1 Se laisser toucher par l'horizon : une pensée de l'advenir 664
6.11.2 La réciprocité et la présence comme attente de possibilités....665
6.12 Le monde magique : l'émotion créé avec la complicité du corps ! 665
6.12.1 L'émotion fournit à l'objet qu'elle atteint une structure affective : elle est réalisation 666
6.12.2 De la nécessité de l'empirie....666
6.12.3 La dimension émotionnelle sur le mode du Sensible : une chute dans le magique ? 666

7. L'état des lieux à la fin de mon enquête : une forêt de sens….....667
7.1 Résonances graphiques : les arbres de la dimension émotionnelle et de l'affectivité.....669
7.2 La phénoménologie : un bon paradigme pour comprendre et décrire la personne ému ? 682

QUATRIÈME PARTIE : LA DIMENSION EMOTIONNELLE ET LE CHAMP DE L'AFFECTIVITE DANS LE PARADIGME DU SENSIBLE 683

Objectifs et manière d'aborder ce corpus théorique.....684

CHAPITRE 1 : DE LA PERCEPTION DES SENSATIONS A UNE AFFECTIVITE VECUE.....687

1. Les recherches existantes : La parole à l'expérience telle qu'elle se vit 687
1.1 Un autre régime d'activité au service de cette étude 687
1.2 Petit inventaire des recherches consultées : plus que des prémices ! 687

2. Un sentiment particulier : le sentiment d'exister et le sentiment de soi 688

3. L'Empathie sur le mode du Sensible : la réciprocité actuante.....690

4. Naissance de l'émotion du Sensible : la conscience émue du ressentir? 694
4.1 Une sensation touchante : ouverture à une auto-affection.....695
4.2 Un « bas régime » affectif ouvrant sur une « vivance émotionnelle » 697
4.3 De l'émotion du Sensible à l'auto-affection du Sensible.....699
4.4 Un sentiment se donnant sur un mode pré-réflexif, voire, pré-affectif 700
4.5 Un sentiment à forte valeur existentielle 700
4.6 La donnée émouvante du sens 701
4.7 Le sentiment de respect, de sécurité et de confiance 702
4.8 Une subjectivité corporeisée à l'origine d'une foi perceptivo-affective.....704

5. Évolution de la conscience des rapports à l'affectivité : Esquisse topographique en cinq phases affectives.....707
5.1 Une ligne de démarcation progressivement altérée entre la dimension réflexive et la dimension sensorielle (schéma de base) 707
5.2 La phase alexithymique (schéma 1) 708
5.3 La phase intellectuelle réflexive « sèche » (schéma 2).....708
5.4 La phase murmurante (schéma 3).....709
5.5 La phase émotionnelle physiologique (schéma 4).....709
5.6 La phase émue (schéma 5).....710
5.7 Schémas : évolution de la conscience dans les rapports l'affectivité humaine.....712

6. Retour sur la problématique à la lumière du paradigme du sensible.....713
6.1 Une méta affectivité : est-il possible d'aller plus loin? 713
6.2 La « dimension affective du vivre » sur le mode du Sensible : l'homme ému 714
6.3 Le régime de l'activité et l'affectivité sur le mode du Sensible 716
6.4 Une recherche sur l'ému menée par un homme, ému… 717
6.5 L'émergence du concept de l'homme ému : une spécificité expérientielle à portée existentielle et universelle?.....718

CHAPITRE 2 : DANS LA PEAU DE L'HOMME EMU : L'EXPERIENCE D'EXPERTS EN PSYCHOPEDAGOGIE PERCEPTIVE 721

1. Objectifs et manière d'aborder ce chapitre 721

1. Une expérience qui se partage au 'je' 722
2.1 Le récit phénoménologique de Pierre 722
2.1.1 Résonances au récit phénoménologique de Pierre 727
2.1.2 Premiers liens spontanés avec mon parcours exploratoire théorique 728
2.2 Le récit phénoménologique de Diane 729
2.2.1 Résonances au récit phénoménologique de Diane 732
2.2.2 Premiers liens spontanés avec mon parcours exploratoire théorique 733
2.3 Le récit phénoménologique d'Alice 735
2.3.1 Résonances au récit phénoménologique d'Alice 737
2.3.2 Premiers liens spontanés avec mon parcours exploratoire théorique 739
2.4 Le récit phénoménologique de Thiébaud 740
2.4.1 Résonances du récit phénoménologique de Thiébaud 744
2.4.2 Premiers liens spontanés avec mon parcours exploratoire théorique 745

3. La valeur ajoutée de ce corpus dans l'état actuel des recherches effectuées 746
3.1 Un sentiment de concrétude de mon objet de recherche 746
3.1.1 Valider l'existence de l'homme ému et de la femme émue tels qu'ils apparaissent dans l'expérience 747

4. Préciser les traits de l'homme ému sur le mode du Sensible 748
4.1 La présence à soi : le sentiment de soi 748
4.1.1 La présence au corps : la base de l'expérience de l'homme ému 748
4.1.2 Une somesthésie et une cénesthésie à la base de la dimension émotionnelle 748
4.2 L'auto-affection : de la participation affective à la conversion émotionnelle 749
4.3 Un autrui ému et émouvant en soi : auto-affection et 'résurrection' du Sujet par l'émoi de la Vie 749
4.4 L'inter expérience émouvante : l'empathie sur le mode du Sensible, l'extimité et la 'présence-caresse' 750
4.5 Un bas régime de l'activité : la vitalité affective du Sensible 751
4.6 Le rapport à l'implication : une double sensibilité, voire, une triple sensibilité 751
4.7 Une valeur existentielle et identitaire : conversion affective certificative 751
4.8 Chiasme expérientielle émouvant de quatre éléments caractéristiques de l'homme : pensée, perception, action, émotion 752
4.9 La conversion affective à la Vie et ses manifestations dans la chair : une figure d'attachement 752
4.10 Une foi perceptivo-affective 753

5. Synthèse de cette dernière partie : l'émergence d'une équation foudroyante 754
5.1 Situer la nature du tissage existant entre l'homme ému et l'homme Sensible 754
5.2 L'homme ému est à l'émouvoir ce que l'homme Sensible est à la sensibilité : un choc heuristique ! 755

CONCLUSION GENERALE 759

Regards rétrospectifs et prospectifs depuis l'œil intime d'un chercheur de l'émouvoir 759

1. Résultats en termes de vécus expérientiels 760
1.1 Les faits d'expériences marquants 760
1.1.1 Évolution de mon rapport à la problématique de recherche.....760
1.1.2 La densité évolutive de la question de recherche 761
1.1.3 Cette étude : une entité formatrice, soignante et transformatrice.....762
1.1.4 Une recherche menée par un chercheur de l'émouvoir…une valeur ajoutée de la présence et du savoir affectif sur le mode du Sensible ?.....766
1.1.5 Le cours de cette recherche 766
1.1.6 L'audace de l'explorateur et la vulnérabilité consentie de l'ému 766
1.1.7 L'originalité de cette recherche : mes résonances graphiques 767
1.1.8 Faire exister davantage la part émue du chercheur du Sensible et de tout chercheur : un terrain d'accueil 768
1.1.9 La posture du praticien-chercheur ému : un résultat de recherche ? 768
1.2 L'émouvoir et la sensibilité du Sensible : une dialectique de l'intensité et de l'augmentation 770
1.3 Les prises de conscience signifiantes par contraste 772
1.3.1 La vastitude de l'objet de recherche.....772
1.3.2 La complexité de l'objet de recherche 772
1.3.3 La force de l'authenticité du corps Sensible: une source intuitive et charnelle dans ma recherche exploratoire 773
1.3.4 La fécondité de la vulnérabilité consentie : caresser sa vie.....775
1.4 Les faits de connaissance inattendus 776
1.4.1 La place de la notion d'expérience et de sa réalité concrète dans une recherche sur l'affectivité.....776
1.4.2 Différents niveaux de l'affectivité.....776
1.4.3 L'affectivité humaine sur le mode du Sensible : un pont joyeux pour rejoindre l'univers, le tout, l'absolu, l'Être de la Vie ? 777
1.4.4 La multitude des voies d'entrée.....778
1.4.5 La véracité de l'homme ému sur le mode du Sensible.....778

2. Croisements dialogiques avec les résultats de l'exploration théorique.....779
2.1 Rapports au corps et niveaux d'affectivité 779
2.1.1 Passage du corps objectif au corps subjectif : de l'émotion pensée à l'émotion vécue 779
2.1.2 Passage du corps subjectif au corps Sensible : l'émoi du corps et de la Vie 779
2.1.3 Passage au nuances phénoménales du corps ému et émouvant.....780
2.1.4 La corporalité de l'homme ému sur le mode du Sensible 780
2.2 La mise en relief des régimes de l'affectivité 781
2.2.1 L'exploration du champ classique et contemporain.....781
2.2.2 L'exploration du champ phénoménologique.....782
2.2.3 L'exploration du champ de la psychopédagogie perceptive 782
2.2.4 Les régimes de l'activité ou de l'affectivité : quoi désigner ?.....782
2.3 Des mots, des expressions : les tentatives du dire 783
2.3.1 Passer de la rigidité sémantique à la fécondité du langage 783
2.3.2 La force représentative du langage.....783
2.3.4 L'émergence du langage de l'homme ému sur le mode du Sensible 784
2.4 La sortie de la confusion entre la fonction et l'état 785
2.4.1 Distinctions inédites 785
2.4.2 L'homme ému sur le mode du Sensible : une expérience de l'entrelacement entre la fonction et l'état du régime affectif 785

2.4.3 Une fonction à portée socio professionnelle et citoyenne 787
2.5 L'auto-affection du Sensible : une figure d'attachement subjective sécurisante 787
2.5.1 L'expérience d'une base de sécurité 787
2.5.2 La fidélité du sentir corporéisé du Sensible : une marque de confiance en la Vie vécue 788
2.6 Passage de la dualité à la dyade 790
2.6.1 L'émouvoir comme un support de la sensibilité : devenir un praticien-chercheur de l'émouvoir 790
2.6.2 L'homme ému est un état et a une fonction : un support 'extimisant' de l'affectivité de l'homme Sensible 793
2.7 Une valeur ajoutée à la spirale processuelle du Sensible 796
2.8 Une valeur ajoutée au modèle de la modifiabilité perceptivo-cognitive et comportementale 797
2.9 L'arbre de l'affectivité sur le mode du Sensible 798

3. Retour sur mes objectifs de recherche 801

4. De Quelques limites de ma recherche 804

5. perspectives 805

BIBLIOGRAPHIE 807

Annexe I 3

1. Les quatre entretiens de recherche choisis 3
1.1 Entretien avec Pierre 3
1.2 Entretien avec Diane 30
1.4 Entretien avec Thiébaud 74

Annexe II 88

LISTE DES TABLEAUX

Récapitulatif de la présence de mots relatifs à la dimension émotionnelle et de l'affectivité au sein du paradigme du Sensible depuis 2002 39
Repérage de termes à connotation affective dans sept thèses de doctorat effectuées sur la pédagogie perceptive 289
Interexpériences et tonalités affectives de la présence 338
Repérage de caractéristiques de trois natures d'expérience 402

LISTE DES RESONANCES GRAPHIQUES

Une dynamique de création à l'œuvre pour un nouveau paradigme - L'étude de l'expérience du corps Sensible 91
De la fasciathérapie à la psychopédagogie perceptive et application connexes 96
Du corps obstacle au corps Sensible 102
De l'expérience d'une sensation à une affectivité – Le sentiment d'exister dans la spirale processuelle de Sensible 121
Les sept étapes de la modifiabilité perceptivo-cognitive et comportementale 125
Posture épistémologique et méthodologique pour une recherche exploratoire sur la dimension émotionnelle et de l'affectivité en pédagogie perceptive 153
Cartographie du cadre épistémologique d'un praticien-chercheur-ému 163
Constellation expérientielle de mon évolution méthodologique 207
Principaux acteur d'une histoire de la recherche classique et contemporaine de la recherche sur les émotions… Et de la catégorisation des émotions. 263
Sept attributs de l'émotion 271
Quelle dimension émotionnelle et quel champ d'affectivité 295
Quatre éléments de la complexité et de l'incomplétude de la recherche classique et contemporaine sur les émotions 301
La dimension émotionnelle – un engagement dans le vivre 315
Epochè 319
Epochè et dimension affective dans le devenir-conscient 322
L'expérience à la première personne – Aspects qualitatifs, faits affectifs 326
Constitution de l'expérience 329
Les éléments constitutifs de l'expérience 332
L'extimité, un mode affectif de reliance à l'intimité, à l'extériorité et au social 342
Les mises en présence dans l'expérience 344
Les mises en présence dans l'expérience – Ajout du corps et de l'émotion 344
Différents contacts déclenchant une expérience spirituelle 347
Conditions pour convoquer l'expérience spirituelle 349
Les 7 sphères spirituelles d'après K. Jasper 351
La hiérophanie, un champ expérientiel de la condition humaine 353
La vitalité affective dans les expériences intérieures et subjectives 359
L'être-là de la personne 367
La phénoménologie sociale, l'interexpérience 369
La relation vitale, une réalité affective 371
Cours de la vie – Temporalités de l'expérience et affection du Moi 373
Ouverture à deux consciences 377
Dialogue entre les deux consciences 380
La raison affective 382
L'intuitivisme émotionnel dans l'émotion amoureuse et le ravissement esthétique 384
Vivre le monde – l'affectivité 390
Le domaine du vrai et la conscience affective 391
Le territoire du savoir affectif 392
Le travail de l'intelligence 407

Problématique de l'expérience – Vitalité herméneutique.....413
Rapports dialogiques entre l'affectivité et l'expérience 420
Le corps comme totalité des ressources, des forces et des facultés connues et ignorées.....425
Les régimes de l'affectivité – Physique élémentaire de la subjectivité et données affectives.....430
Le cercle de la vie : Renversement de la représentation du mouvement et du désir – Incidences sur le statut du corps 437
Le sentiment musculaire actif : une expérience affective.....441
Le chiasme des sentiments, une affectivité primaire 448
Sentiment impersonnel, sentiment impersonnel et sentiment personnel d'auto-affection 451
Connaissance de soi : le sentiment comme vérité aperceptive 4452
Éthique existentielle 454
Quatre piliers de la compréhension affective au sein des dynamiques intra et inter personnelles dans les systèmes humains 457
L'arbre de la compréhension affective 462
Constitution de la croyance 465
Compréhension affective de la tradition – Participation et illusion affective 465
Fonction affective et état affectif.....467
Balisage du paradigme de la sympathie – Catégories affectives.....469
Participation affective, valeur et ethique existentielle.....471
Trois éléments de mise en sens du phénomène de l'émotion.....486
Approche phénoménologie du cœur – Axiologie affective pour comprendre le vivre humain et social 487
Problématisation des voies d'accès à l'émotion dans sa singularité phénoménologique 490
Les nuances phénoménales de l'émotion 492
Différents régimes dans l'expérience émotionnelle - Le bas régime des tonalités affectives et émotionnelles 495
La singularité cardiale de la mobilité émotionnelle.....498
Cartographie de la notion de vigilance 504
Le relativisme de l'affection chez Husserl – Les préférences subjectives et la vitalité affective 509
La vitalité affective et sa dynamique 510
Le relief affectif : la compétence dynamisante de l'affection 518
L'activité de remarquer 523
Le mouvement synthétique de l'approche husserlienne de l'empathie.....534
La phénoménologie de la Vie.....550
La révélation de la réalité intérieure : connaissance du corps depuis la phénoménologie de la Vie 552
Réalité phénoménologique de la Vie.....555
Phénoménologie de la manifestation de la Vie 557
L'œil-corps et corpspropriation 560
Le savoir de la Vie : l'expérience d'un conatus 564
Relation pathétique à l'être et conception énergétique de la culture et des pratiques...566
Origine du débordement depuis la perspective de la Vie 568
Corps, auto-affection, incarnation dans la chair et niveaux d'attachement.....574
Le mouvement corporel et le mouvement subjectif – Un dynamisme pour comprendre l'action humaine 583

Le vivre globale : une tonalité affective pour une personne originellement corporelle 589
Le deuil : dimension affective et source de création dans l'histoire singulière plurielle- La présence et la réciprocité en tant qu'attente de possibilités 593
L'émotion : totalité des rapports à la réalité humaine au monde, unité magique 600
Les alliances émotion/conscience 606
Le corps et les rapports dialogiques entre la double possibilité de l'émotion et les deux entités à l'origine de l'être 608
La conduite émotionnelle et le corps : Mise en scène d'une herméneutique 609
Le corps : l'être situé à l'intérieur de son existence…Et dans la chair du monde.....614
Une cénesthésie cosmique : L'espace demeure où nous habitons.....617
Six motifs topologiques de la Stimmung- Co-appartenance, co-extension de l'affectivité dans le vivre de l'expérience 631
L'arbre de l'affectivité depuis la notion de l'expérience.....650
La forêt de sens : émergences des arbres de l'affectivité.....671
Émergence de l'arbre de l'affectivité inspiré par Maine de Biran et Bégout 672
Émergence de l'arbre de l'affectivité inspiré par Heidegger, Escoubas et Honoré.....673
Émergence de l'arbre de l'affectivité inspiré par Sartre 674
Émergence de l'arbre de l'affectivité inspiré par Merleau-Ponty.....675
Émergence de l'arbre de l'affectivité inspiré par Sheler 676
Émergence de l'arbre de l'affectivité inspiré par Patocka.....677
Émergence de l'arbre de l'affectivité inspiré par Henry.....678
Émergence de l'arbre de l'affectivité inspiré par Barbaras 679
Émergence de l'arbre de l'affectivité inspiré par Depraz 680
Émergence de l'arbre de l'affectivité inspiré par Billeter.....681
De l'expérience d'une sensation à une affectivité 690
L'empathie sur le mode du Sensible – la présence-caresse.....694
Tonalités affectives et émotion dans le rapport au Sensible.....699
L'émotion du Sensible : premières caractéristiques 704
L'expérience de la personne affectée sur le mode du Sensible 706
Evolution de la conscience dans les rapports à l'affectivité humaine 722-713
Variations des régimes de l'activité : spécificité de la phase émue.....717
L'horizon de l'émouvoir comme support de la sensibilité : Une voie de passage pour une fécondité du corps Sensible dans le Vivre 786
Émergence de la fonction de l'homme ému sur le mode du Sensible : Une reliance entre différents régimes de l'activité du Vivre.....792
Présence de la dimension émotionnelle et de l'affectivité dans le spirale processuelle du Sensible.....797
Participation de la dimension émotionnelle et de l'affectivité au sein de la modifiabilité perceptivo-cognitive et comportementale.....798
Émergence de l'arbre de l'affectivité sur le mode du Sensible : Horizon et oraison de l'émouvoir sur le mode du Sensible.....800

LISTE DES ABREVIATIONS ET DES SYMBOLES

ACFAS : Association francophone pour le savoir
CERAP : Centre d'Etude et de Recherche Appliquée en Psychopédagogie Perceptive
SPP : Somato-psychopédagogie
MPCC : Modèle de la modifiabilité perceptivo-cognitive et comportementale
SPS : Modèle de la spirale processuelle du Sensible
PP : Pédagogie perceptive
PPP : Psychopédagogie perceptive
EPS : Education physique et sportive
OMS : Organisation mondiale de la santé
PA : Point d'appui
UQAR : Université du Québec à Rimouski

INTRODUCTION

C'est à la fois mon expérience personnelle et mon expérience professionnelle de pédagogue perceptif[2], faites d'une pratique professionnelle diversifiée, qui ont motivé cette étude. J'entreprends cette recherche à l'issue d'un parcours de plus de vingt-cinq années au cours desquelles j'ai été amené à appliquer les outils d'une pratique comme celle de la pédagogie perceptive dans des secteurs aussi variés et enrichissant que ceux de l'art, du sport, du soin et de la formation d'adulte ; de l'accompagnement de la personne ou du groupe, et enfin, depuis quelques années, de l'intervention psychosociale et de la formation en psychosociologie. Invariablement, j'ai été interpelé par la présence d'un espace singulier à la jonction du corps et du sens : *celui du foyer des émotions*.

Dans ce contexte pluriel, tout en constatant la prégnance de la dimension de l'émotion et de l'affectivité, la rencontre avec le corps Sensible m'a amené à questionner le sens de cette expérience, sa portée, ses atouts dans la dynamique intra et interpersonnelle, certaines contraintes liées à sa présence, jusqu'à me dire que le vivre des émotions avait un statut à part entière, sa complexité propre, évidente à repérer et si délicate à exprimer ou à interpréter. Plus troublant encore, dès mes premières rencontres avec la pédagogie perceptive, j'ai fait l'expérience d'une nature d'émotion originelle qui me ramenait à l'essentiel dans le sens où il me semblait contacter un noyau ontologique de ma personne proche d'une forme de spiritualité personnelle tout en me vivant happé par un fond d'humanité. Depuis, je n'ai cessé d'être questionné par cette rencontre et par la complexité de ses liens avec le Vivre pour soi, le Vivre avec l'autre et le Vivre ensemble.

Cette thèse cherche à élucider l'énigme d'une expérience qui une fois encore, comme c'est le cas des expériences fortes du terrain de la vie vécue, se révèle être d'une

[2] La pédagogie perceptive constitue la discipline pratique que la psychopédagogie perceptive, discipline universitaire, s'attache à modéliser et théoriser.

importance perceptive et affective insigne si l'on considère la difficulté rencontrée pour bien la décrire, en comprendre précisément le sens singulier et pluriel, la conceptualiser afin de la nommer au monde et de la lui partager plus aisément. J'ajoute que ce projet m'est personnellement vital dans le sens qu'il habite mon existence comme l'air occupe l'espace de la pièce dans laquelle j'écris ces mots. Comme le précise Honoré (2003) : « C'est dans la chair que naît et s'entretient la vie et que se dévoile l'existence » (p. 132). Ma recherche se produit depuis une nature d'implication et de résonance dans la tonalité présentée par ce philosophe de la formation et du soin. Cette thèse se situe dans le prolongement de mon mestrado[3]en psychopédagogie perceptive[4], dont le thème portait sur la dimension émotionnelle et l'affectivité en somato-psychopédagogie.

Le déploiement de cette recherche présente une structure en quatre parties que je vais décliner à présent. L'ordonnancement des parties et des chapitres ne suit pas la partition courante que l'on retrouve dans les recherches.

Dans un premier temps sera exploré le contexte à l'origine de cette recherche. Le lecteur y trouvera les catégories habituelles concernant les informations : personnelle, professionnelle, sociale et scientifique nécessaires à la compréhension de cette recherche. Il en découvrira une autre, chevillée à mon parcours doctoral. C'est le premier chapitre. Le second a pour vocation de présenter le paradigme de la pédagogie perceptive, d'en introduire les caractéristiques avec l'amorce de quelques touches liées à mon objet de recherche. Cet ensemble a suscité l'éclosion de la question de recherche, puis ses objectifs. Enfin le troisième chapitre de cette première partie intitulée, « Mise en place de la recherche, premières problématisations », présente la posture épistémologique et méthodologique de recherche ; une posture bien singulière puisqu'elle est celle d'un praticien-chercheur ému.

Les deuxième, troisième et quatrième parties constituent ensemble un vaste champ exploratoire théorique, empirico-théorique et purement empirique dont l'objectif est de cerner la complexité de la dimension émotionnelle et de l'affectivité telle qu'elle se donne à vivre et l'état actuel des théorisations dont elle a fait l'objet.

---

[3] Appellation portugaise du master 2 de recherche. Humpich, J. (2007). Expérience de l'implication et de la résonance au contact de l'expérience extra-quotidienne en somato-psychopédagogie. Mémoire de Mestrado en Psychopédagogie perceptive, Université Moderne de Lisbonne.

[4] La psychopédagogie perceptive est une discipline universitaire dont les fondements théoriques ont fait l'objet de cursus de deuxième cycle (mestrado et post-graduation) d'abord à l'Université Moderne de Lisbonne puis à l'Université Fernando Pessoa de Porto (Portugal) et d'un cursus de troisième cycle (un doctorat en sciences humaines et sociales), dans la même université (UFP).

La deuxième partie approche l'objet de recherche à partir des modèles classiques et contemporains de l'émotion. Le premier chapitre met en contexte la dimension de l'affectivité et la recherche sur l'émotion alors que le second se concentre sur l'histoire passionnante et passionnée de la recherche contemporaine de l'émotion dans une axiologie liée à sa trajectoire ethique, socio-politique et culturelle. Ces deux chapitres permettent de dégager dans un dernier chapitre un consensus dans la conceptualisation classique et contemporaine du phénomène qui m'intéresse. J'y ai ajouté mes 'coups de cœur' parmi la constellation de modèles de l'émotion inventés au cours de près deux siècles d'histoire. Un premier bilan et une première discussion permettront de dégager quatre éléments de la complexité et de l'incomplétude des champs de recherches classiques et contemporains abordés.

La troisième partie, je le dis d'emblée, constitue *le cœur* de cette recherche, je l'ai nommée à juste titre : « L'apport spécifique de l'approche phénoménologique de l'objet de recherche ». Pas moins de neuf chapitres ont été nécessaires pour entendre, décrire et comprendre les battements d'un objet de recherche qui, par un contraste fécond, me semblaient avoir été abordés de loin et presque du bout des doigts dans la seconde partie. Au cours des chapitres s'enfilant l'un après l'autre les perles conceptuelles 'phénoménologisantes' d'un collier de sens sur ce qui peut être envisagé par « émotion et affectivité », se préciseront les traits phénoménologiques de l'expérience de l'émotion et de l'affectivité – et relativement colorés par la richesse des auteurs convoqués ; expérience dont le premier chapitre a cherché à délimiter les composantes théoriques et que le lecteur pourra accueillir comme une introduction de mon objet de recherche, puisque l'émotion est avant tout une expérience. Mais qu'est-ce que l'expérience ?, me suis-je demandé à cette étape de mon parcours.

Ce cheminement très éclairant et je l'avoue, passionnant et émouvant pour moi, me conduira à faire un retour sur ma problématique et ma question de recherche. A l'issue de ce mouvement une surprise attend le lecteur courageux d'avoir tenu la distance dans les sinuosités d'un parcours en quête de sens ; une 'forêt de sens' pourrais-je dire ? Tout au long de cette partie, je propose un cheminement parallèle à celui de la pensée écrite sous la forme de résonances graphiques. Comme un fil d'Ariane, initialement conçues pour aider le lecteur à suivre mon dédale, elles se sont

très vite avéré une sorte de médecine[5] herméneutique pour le praticien-chercheur ému lui-même.

Si la troisième partie est le cœur de cette recherche, la quatrième partie, quant à elle, constitue son *âme* ! En effet, expérientiellement, « La dimension émotionnelle et le champ de l'affectivité dans le paradigme du Sensible » y résonne comme une présence, une 'vivance' et une instance de l'intimité qui 'épiphanisent'[6] cette nature d'émotion et d'affectivité en moi. Le premier chapitre entrera de pleins pieds dans le passage des vécus du Sensible à une affectivité vécue. À l'appui d'éléments de théorie ancrée épars et que j'ai rassemblés pour cette recherche[7], j'ai pu dégager des caractéristiques propres de la dimension de l'émotion et de l'affectivité sur le mode du Sensible. Comme je l'ai acté pour chacune des parties exploratoires de mon parcours, j'effectuerai un retour sur la problématique de recherche, mais cette fois-ci, à la lumière du paradigme du Sensible.

Le titre du chapitre deux est évocateur et explicite, « Dans la peau de l'homme ému : l'expérience d'experts en pédagogie perceptive ». A ce moment de ma recherche, quatre récits phénoménologiques donneront la parole à cette instance vivante en chacun, celle de l'homme ou de la femme ému qui nous constitue, même à notre insu. Cette expression « homme ému » a émergé à la fin de ma recherche de Mestrado et est en quelque sorte une figure emblématique de la personne altérée, affectée, émue au contact du corps Sensible ; ce corps bien défini maintenant avec lequel le lecteur se sera familiarisé, chemin faisant des développements théoriques et expérientiels présentés mais aussi, à la lumière du partage de mes propres vécus phénoménologiques depuis le début de ma recherche et sans interruption jusque-là. Oui, c'est bien un *praticien-chercheur ému* assumé qui mène une enquête sur son terrain de recherche depuis une posture et des attitudes congruentes avec son objet de recherche.

A ce moment de la synthèse de cette dernière partie de ma thèse, le lecteur découvrira une équation émergente que je présence maintenant comme une énigme à résoudre. La voici : *L'homme ému est à l'émouvoir ce que l'homme Sensible est à la*

[5] La substantive « médecine » est à comprendre ici, par une analogie aux thérapeutes d'Alexandrie, comme *une praxis* prenant soin à la fois du corps, de l'esprit, de l'âme et de l'autre. « Le corps, l'imaginal, le désir, l'autre, nous sommes en présence d'un quaternel vers lequel les Thérapeutes au temps de Philon d'Alexandrie dirigeaient leur attention et leurs soins. (Leloup, 1999, p. 26)

[6] Néologisme qui vient d'épiphanie dans le sens de manifestation de ce qui est caché.

[7] Dans les différentes thèses de doctorat effectuées au CERAP[7], dans les différentes recherches de deuxième cycle menées au sein de ce même laboratoire de recherche et dans des recherches menées dans des laboratoires amis, ou enfin dans d'autres publications scientifiques réalisées par mes collègues praticien-chercheur en psychopédagogie perceptive. A ces travaux s'ajoute ma propre recherche centrée sur le thème de cette thèse.

sensibilité. Equation ‘énorme’ pour le praticien-chercheur ému engagé dans cette recherche et qui, dans un ultime développement, présentera la conclusion générale intitulée : « Regards rétrospectifs et prospectifs depuis l’œil intime d’un chercheur de l’émouvoir » en train d’advenir.

A l’issue d’une véritable aventure, celle d’un chercheur qualitatif (Paillé), se fera entendre la musicalité d’une œuvre au sens étymologique grec d’un mouvement comme un effort et un accomplissement. Un horizon de sens s’est donné et avec lui, se laisse entrevoir une oraison ; une oraison de l’émouvoir comme un support de la sensibilité. Est-ce le dénouement d’un projet réussi de contribution théorique et phénoménologique à la compréhension de la dimension de l’émotion et de l’affectivité dans le paradigme du Sensible ?

PREMIÈRE PARTIE

METTRE EN PLACE DE LA RECHERCHE : PREMIERES PROBLEMATISATIONS

INTRODUCTION DE LA PREMIERE PARTIE

Finalement le terme sensible pointe aussi une perspective existentielle à laquelle nous tenons, en tant qu'il renvoie au sens de la vie même.
Danis Bois et Didier Austry.

À l'échelle d'une vie, le processus de formation se donne à connaître à travers les enjeux nés de la dialectique entre condition individuelle et condition collective de notre humanité.
Marie-Christine Josso

Je m'engage dans un travail à propos du paradigme du Sensible et d'un questionnement de la dimension émotionnelle et du champ de l'affectivité qu'il met en perspective. Le but de cette première partie est de poser les premiers jalons de ma recherche, en m'attachant à présenter sa pertinence à différents niveaux, dans différents secteurs et sous l'éclairage de différents points de vue. Dans un premier mouvement, je vais aborder les pertinences personnelle, professionnelle, sociale et scientifique de mon étude. En filigrane de chacune d'elle se pose la place d'une investigation à partir d'un objet de recherche que je nomme de façon générique comme étant : un objet de recherche à propos de *l'émotion et l'affectivité dans le champ des pratiques et des théories du Sensible*. Dans cette étude, je vais explorer des épistémologies relatives à l'émotion et au champ de l'affectivité, je vais aussi interroger des vécus sur la dimension émotionnelle pour augmenter, enrichir la compréhension et la théorisation du champ de l'affectivité. A cette étape de ma thèse, il me faut placer un postulat sémantique, postulat qui sera discuté assez tôt dans le mouvement de problématisation théorique lors de la deuxième partie de ma thèse. Différentes formulations se présentent dans mon sommaire comme celles de 'dimension émotionnelle', 'champ de l'affectivité', ou encore, 'émotion' et 'affectivité'. Parfois isolés ou regroupés, ces termes subiront tantôt des croisements et des chevauchements pour se hiérarchiser au fil d'une analyse critique de leur usage dans les champs qui s'y intéressent. Ce phénomène lexical est presque constitutif du champ de recherche sur les émotions. Par convention pour cette thèse, je pars avec le positionnement sémantique et lexical suivant : l'émotion est un sous ensemble de l'affectivité. La dimension émotionnelle est une composante du champ de l'affectivité. Ce dernier étant plus large et contenant d'autres états d'ordre affectif. Pour le dire autrement, le petit, l'*émotion*, est dans le plus grand, l'*affectivité*.

Associé à ces termes, assez rapidement dans mes écrits, une autre expression va apparaître, celle de l'ému ou de l'homme ému (et de la femme émue). L'usage de cette expression prend sa racine dans ma recherche précédente de Mestrado[8], recherche engagée sur le champ de l'affectivité et questionnant déjà la dimension émotionnelle sur le mode du Sensible. Il porte une acception particulière qui sera précisée dans une partie consacrée aux champs pratiques et théoriques du Sensible. Dans cette première partie, l'homme ému recouvrira une réalité triple puisqu'il sera en quelque sorte le représentant d'une personne qui est à la fois en contact avec une dimension émotionnelle – la sienne ou celle d'autrui -, et concerné dans tout le champ de son affectivité – c'est-à-dire dans cette donnée anthropologique de fond de chacun de nous, mais en plus, il sera considéré comme la personne émue depuis l'expérience singulière du Sensible.

Malgré cette précaution et une vigilance quant à la terminologie, il me faut accepter en ce début de thèse des zones d'ombre à ce niveau. Ces zones d'ombre constituent un élément de la problématisation de ma recherche à la faveur d'un parcours expérientiel, le mien en premier lieu, mettant en jeu des acteurs, des institutions, des lieux, et des événements sur le théâtre d'une temporalité vivante. Elle a surement débuté lors de ma première émotion, celle de ma naissance et s'est poursuivie tout au long de mon histoire de vie jusqu'à ce jour. J'ai lu que la vie était une longue émotion qui commence à notre premier cri et qui se termine à notre dernier soupir. A cinquante-quatre ans, un certain nombre de transitions, de revirements, d'engagements, de bouleversements se sont opérés. Avec eux, une certaine assise dans l'expérience vécue d'une existence singulière et toujours un peu plurielle donne de l'épaisseur à l'entreprise d'une thèse dans le sens où la matière qui la porte au monde n'a pas ma même consistance que si je m'y étais engagé à vingt-cinq ans. Pour le dire autrement, le doctorant qui chemine dans cette voie est en quelque sorte le produit de l'histoire émotionnelle et affective qui l'a construite.

Dans le deuxième mouvement de cette première partie, je vais relever la pertinence de ma recherche à partir d'une séquence de vie dont un premier souffle est mon inscription à ce doctorat, dans un cadre universitaire et au sein d'une communauté de praticiens-chercheurs particulières avec lesquels mon attachement est de plusieurs

[8] Humpich, J. (2007). *Psychopédagogie perceptive et expérience de l'implication : Exploration de l'émotion et de la résonance au contact du corps sensible.* Mémoire de recherche en vue de l'obtention d'un Mestrado en psychopédagogie perceptive à l'Université Moderne de Lisbonne. Direction scientifique : Pr. Austry Didier, Co-direction : Pr. Humpich Marc.

natures. A travers un récit de formation de mon parcours doctoral, je veux compléter la pertinence de cette recherche. Ce parcours est jalonné par des événements et des transitions en lien avec mes émotions et mon affectivité et avec l’évolutivité de mon rapport à elles. Bien que mon étude ne s’inscrive pas en plein dans la catégorie des recherches à la première personne, comment s’engager dignement dans une étude sur cette thématique intimiste dans un champ épistémologique et méthodologique de l’accompagnement et de l’avènement du Sujet conscient sans s’y impliquer? ; Je veux dire : sans prendre le risque de m’y exposer émotionnellement et affectivement et ce, au moins à la hauteur de mes co-chercheurs (ceux et celles qui ont accepté d’être interrogés sur leurs émotions et leur affectivité). Sans leur audace et un certain don de leur intimité, cette recherche ne porterait aucune promesse.

À l’issu de cet exercice dont je ne mesurais ni les escarpements, ni la mise en travail intérieure, réflexive et affective, j’aurai posé mes cinq niveaux de pertinence. Ils amèneront la question principale et les objectifs de ma thèse. L’ensemble de ce processus constitue un premier mouvement de problématisation de cette recherche.

CHAPITRE 1 :

CONTEXTE ET PERTINENCE DE LA RECHERCHE

1. S'ouvrir au questionnement scientifique

L'écart (…). C'est de fait, une figure, non de rangement, mais de dérangement à vocation exploratoire : l'écart fait paraitre les cultures et les pensées comme autant de fécondités.
Julien

Le propre d'une recherche est qu'elle prend sa racine dans un questionnement. Mais deux natures d'écarts se présentent ici dans mon expérience. Je ne connais pas dans mon entourage de personnes qui ne se pose pas de questions sur certains phénomènes dans leur vie. J'entends des questions qui taraudent, sans pour autant que ces amis, collègues ou membres d'une famille en fassent une thèse de doctorat. Le premier écart - et non des moindres -, se constitue entre le fait de poser une question liée à une thématique pratique ou théorique en dialogue restreint avec ses propres références et habitudes de pensées, en alliances conscientes ou imperçues avec une cosmogonie et une cosmologie plus ou moins floue, avec ses idéaux et la fragilité qu'il représentent pour dépasser les simples premières évidences de ce que l'on cherche, ET, la mise à l'épreuve de ce questionnement ou de cette préoccupation dans un cadre codifié, celui de la recherche scientifique. En m'inscrivant dans ce contexte particulier certains tourments ont vite émergé. Est-ce que mes préoccupations ont une quelconque pertinence d'ordre scientifique? Vais-je être capable de m'adapter intellectuellement, affectivement, physiquement à une telle entreprise? Ai-je les qualités de départ requises – écriture, réflexion, souplesse et résistance intellectuelles, endurance à l'effort, autres capacités à recruter que je ne connais pas? Suis-je prêt à tester et à remettre en question mes idées et mes représentations? Ai-je la motivation suffisante pour m'investir dans la contrainte de la recherche scientifique telle que je me la représente avant même de m'y frotter? Vais-je servir ma communauté, et plus largement l'édifice de la connaissance et des savoirs par cet investissement? Vais-je jouir d'une pleine liberté de penser et d'écrire et suis-je prêt à assumer certaines confrontations au sein du « cocon socio-affectivo-épistémique » de la communauté d'appartenance et de savoir liée à cette

recherche? Il me semble que ces propos ont leur place en introduction de ce premier chapitre.

Dans toute recherche, il faut bien qu'il y ait un problème de départ ou plus précisément, comme l'énonce J. Chevrier, une insatisfaction au niveau de la pratique comme au niveau des savoirs :

> Il y a problème lorsqu'on ressent la nécessité de combler l'écart existant entre une situation de départ insatisfaisante et une situation d'arrivée désirable. (Chévrier, 1997, p. 52)[9]

Dans le cadre particulier de la psychopédagogie perceptive, mon questionnement ne pouvait s'arracher du sol de l'expérience vécue. Dans cette logique, un défi supplémentaire m'apparaissait : comment rester arrimé à l'expérience tout en m'ouvrant à la vastitude des concepts liés, à ce qui me préoccupe en profondeur? Je me sens rejoint par les propos d'Eve Berger qui prévient le lecteur :

> Dans toute cette réflexion, il m'a souvent été difficile de dissocier le versant proprement théorique des aspects épistémiques et méthodologiques. Pour le corps comme pour le sens, aborder les choses sous l'angle expérientiel rend en effet la construction théorique très dépendante de la manière d'approcher concrètement l'objet de recherche ; j'assume le fait que cette indissociabilité soit parfois visible (…). (Berger E. , 2009, p. 42)

J'ajouterais au propos de l'auteure la présence d'un espace singulier à la jonction du corps et du sens : celui du foyer des émotions. Dans le contexte de cette recherche et dès son top départ, je me suis senti enveloppé d'une émotion originelle proche d'une forme de spiritualité personnelle et étrangement, je me suis vécu happé par un *fonds d'humanité* (Breuvart, Les émotions, pour quoi faire ? in Que cachent nos émotions ?, 2007). L'excitation, la curiosité, mais aussi l'injonction d'un appel intérieur à entreprendre cette thèse ont vaincu l'inquiétude, accueilli la fragilité et transcendé les moments d'angoisse. Il me fallait prendre soin de ce deuxième écart lié à tout processus de création qui engage une vie. Au-delà de sa raison académique, expérientiellement, intellectuellement et affectivement, la constitution de ce premier chapitre pose des premiers pas attentionnés comme une sorte de « Prendre soin de toi »[10] pour le pèlerin-chercheur et/ou le marathonien.

---

[9] **Afin de favoriser la lecture et en raison du grand nombre de citations présentes tout au long de ce manuscrit, je prends l'option d'une présentation unique ; Sauf à de rares exceptions, les citations seront mis en retrait avec une police de Times New F, dans une taille inférieur (11), avec un interligne simple ; sans guillemet, sans parenthèse au début des extraits de citation**

[10] En anglais, « take care ».

2. PERTINENCE PERSONNELLE : UN AXE TRANSVERSAL DE MON EXISTENCE

2.1 La passion du rapport au corps

Que la jeunesse bourgeoise et la jeunesse prolétarienne
s'abreuvent à la même source de joie musculaire,
voilà l'essentiel, qu'elles s'y rencontrent ce n'est
qu'accessoire.
De cette source découlera, pour l'une comme pour l'autre,
la bonne humeur sociale, seul état d'âme qui puisse autoriser
pour l'avenir l'espoir de collaborations efficaces.
P. de Coubertin

Cette recherche est un long point d'appui dans une trajectoire de vie prédestinée à un engagement dans le corps en alliance avec la passion comme premier moteur d'agir. Du plus loin de mes souvenirs, j'ai toujours été attiré par le mouvement et le geste dans leurs vocations performatives et performantes. A l'extérieur de la « niche écologique »[11] familiale, j'ai baigné dès mon origine dans un climat existentiel mettant en valeur la joie musculaire, un partage sélectionné des émotions, l'émerveillement de la nature. La pratique sportive, la pratique musicale instrumentale et l'immersion dans la nature sont des univers qui n'ont pas cessé d'accompagner ma vie. Le premier m'a permis de manifester une palette d'émotions, et notamment les émotions dites négatives comme la colère, voire la rage, la tristesse et le dépit. Le sport a été à ce titre un véritable exutoire voire une psychothérapie de mes affects refoulés. Le deuxième a longtemps été bien plus intériorisé générant un rapport plus intimiste à mes émotions. Le troisième m'a donné le goût de l'émerveillement et de me sentir l'élément d'un ensemble bien plus vaste que moi. Dans ces différents domaines, je vivais bien souvent un sentiment d'insouciance joyeuse avec un engagement plus ou moins total à chercher des sensations agréables, à vivre dans l'intensité ou à m'émouvoir du presque rien.

Jusqu'à l'âge de vingt-huit ans, des conceptions fondatrices ont été en quelque sorte le sol de ma vie familiale, éducative, culturelle et professionnelle. La première, en

[11] J'emploie le terme « niche écologique » parce qu'il figure bien la fonction sécurisante de la structure familiale *secure*. (Guédeney & Guédeney, 2009). Ce concept emprunté à la biologie a été mis en place dans le champ des théories de l'attachement pour expliquer un monde vivant dans lequel des éléments de nature diverse sont mis en relation, en connexion, en friction parfois. Pour les attachementistes, la famille est un espace qui permet la construction et l'intégration de cinq compétences-socles : l'attention visuelle soutenue, l'élan à l'interaction, les comportements affiliatifs, l'imitation, et l'organisation structurée et ciblée du geste et des actions. On devine l'enjeu identitaire et social qui sous-tend ce phénomène affectif, et ce, à tous les âges de la vie comme dans certains grands changements qui peuvent parcourir une existence.

forme d'assertion, rend compte du rapport bien particulier au corps lié à la performance et à son contingent émotionnel intra et interpersonnel :

> « L'essence du sport est l'effort et son condiment le concours (…). Le sport est le culte volontaire et habituel de l'effort musculaire intensif appuyé sur le désir de progrès (…). Le sport est le plaisir des forts, ou de ceux qui veulent le devenir. » (De Coubertin, 1922)

La deuxième s'ancre dans l'affirmation que l'objet de l'art est d'évoquer et de communiquer. Depuis l'âge de huit ans, j'expérimente combien la praxis artistique est une activité humaine dans laquelle les sentiments et les états d'âme sont éprouvés et peuvent être partagés au-delà de toute rationalité. L'activité instrumentale – pour moi, les instruments à vent et le souffle, ont été une source intarissable de ressourcement intérieur et de communication de ma sensibilité. Dans un autre volet de ma vie, le rapport à la nature fut tel, qu'il a construit chez moi une alliance à l'esthétique qu'il faut entendre dans ses deux sens étymologiques : *aisthésis* lié à la sensation – de me sentir moi comme vivant au cœur de la vie elle-même, et dans une dimension du *sens du beau.* La fréquentation de ces trois contextes encouragés très tôt par le souci parental ont construit et cristallisé les valeurs d'un vivre colorées d'une affectivité et d'une sensibilité dont j'ai mesuré les impacts dans toutes sortes d'alliances plutôt tard dans mon parcours de vie. Malgré ce décalage, j'ai très tôt été interpellé par la manière dont certaines personnes prenaient si peu en compte leur corps dans leur vie, dont elles n'arrivaient pas à s'émerveiller des choses de cette vie et donc, d'en jouir simplement.

2.2 Me sentir vivre

Inlassablement, je crois avoir cherché à m'éprouver au sens de me sentir exister et vivre. La formule épicurienne de Rousseau, « tout homme qui ne voudrait que vivre serait heureux », rend bien compte de ma posture existentielle non réfléchie mais bien réelle. Une hypothèse de cette soif est la quête de mon identité ontologique. Que suis-je venu faire sur cette terre? Quelle place est la mienne au milieu des autres humains qui peuplent ce monde? Il faut dire que ces interrogations me sont ontologiques et familiales. Je suis arrivé au monde « en couple ». Né jumeau homozygote, pas tout à fait considéré comme 'un' pendant une première partie de ma vie, mais plutôt comme la demie indifférenciée d'un sous-ensemble appelé *les jumeaux*, j'ai appris par l'expérience un paradoxe bien avant que je découvre les travaux de René Zazzo pour qui, bien que formant une paire sur le plan biologique, les jumeaux sont surtout un

couple exemplaire : deux identités distinctes cohabitant dans le monde. N'est-ce pas lui qui le premier avançait l'idée que c'est davantage le regard des autres qui forme la gémellité. La formule répandue : « même hérédité, même milieu et pourtant deux êtres différents » (Zazzo, 2009; Zazzo & Tournier, 1984) est loin d'être anecdotique dans mon histoire de vie et dans l'intérêt que je porte pour les émotions et l'affectivité. Est-ce dû au fantasme de gémellité inscrit au cœur de la relation que tout être humain entretient avec lui-même et avec ses semblables?[12]

Issu d'une famille nombreuse dans laquelle la gestion des rôles et des places a pris une énergie affective non négligeable, j'ai été très tôt été perçu comme un enfant affectueux et affectif, recherchant le contact. Puis j'ai été perçu comme quelqu'un d'émotif dans le sens que je ressentais très facilement des émotions et que je me laissais guider par elles. Plus tard, j'ai été qualifié de personne émotive, c'est-à-dire de quelqu'un qui réagissait inconditionnellement sur le mode émotionnel plutôt que sur un ton rationnel et réflexif. Ce trait a été mis en travail tout au long de ma vie, que cela soit dans mes relations parentales lors de mon enfance, dans mes relations amicales et amoureuses plus tard, tout comme dans mon lien avec mes deux enfants.

2.3 Re-connaissance

Je me vis dans un trajet non abouti du consentement à cette reconnaissance, du dialogue avec cet étiquetage car quelque chose profondément inscrit en moi m'a toujours interpelé et que je pourrais identifier par cette question : comment et pour quelles raisons cette sensibilité marquée comme une étampe doit-elle être située par rapport à la rationalité? Aurais-je pu vivre autrement et quel aurait été mon parcours de vie? Que puis-je apprendre d'un regard plus éclairé sur ce mode d'existence? Ce peut-il que cette phase de vie dans laquelle je traverse ma cinquantaine soit guidée autrement et de façon plus assumée? La place de l'émotivité dans les modes d'inter action et d'une affectivité à renouveler est d'actualité pour moi. Je n'ai pas fait le tour sur la manière d'incarner mon rapport à la dimension affective dans la richesse de ce qu'elle peut

[12] Catherine Vincent, dans un article publié dans le monde, écrit : »Serge Tisseron, tintinophile averti, (…) s'est longuement penché sur l'art et la manière avec lesquels le dessinateur Hergé avait créé les personnages des Dupont-Dupond. "Tantôt le jumeau imaginé est un compagnon idéal et le fantasme est heureux ; tantôt il est un rival mortel, et c'est un cauchemar... Pour les jumeaux réels, c'est un peu comme si ce fantasme était devenu réalité." Surtout, bien sûr, lorsqu'il s'agit de vrais jumeaux, et que tout le monde autour d'eux, à commencer par leurs parents, souligne et accentue leur troublante ressemblance. Voir : http://www.lemonde.fr/vous/article/2005/03/22/les-jumeaux-ne-font-pas-la-paire_630069_3238.html

permettre comme dans les achoppements auxquels elle peut conduire. Les événements de ma vie m’obligent à reconnaître une difficulté à remettre en question un mode de vivre ou tout simplement à l’assumer totalement. Existe-t-il une autre voie? Cette recherche est une avancée décisive sur un chemin d’élucidation identitaire et sur l’assumance d’une posture existentielle. Elle est l’occasion d’une création de soi à travers des mises en travail sur plusieurs plans, des mises à jour et des réparations partielles de blessures narcissiques et l’ouverture à de réelles transformations dialogiques.

Je réalise que j’étais très tôt été une personne en quête de liens sous toutes ses formes. Mes activités et mes relations ont été guidées par un besoin et une quête de partage de la singularité, de la reconnaissance de cette richesse et du droit à la différence. J’ai vite pris la mesure des enjeux émotionnels et sentimentaux d’un tel défi si bien que j’ai cherché à rencontrer puis à développer la transmission d’un climat d’authenticité, de confiance et de joie dans les interactions humaines et ce, dans différents espaces de ma vie. Lié à cette motivation, je ne peux mettre de côté la dimension de ma quête d’amour sur différents plans. Mon expérience confirme la pensée du professeur Jeammet :

> qui peut se passer du questionnement suivant : est-ce que tu comptes pour quelqu'un? Est-ce que tu as de la valeur? Est-ce que tu peux être aimé? [13]

Répondre et me rassurer sur ces questions a constitué un leitmotiv de ma vie. Des répercussions de la présence d’un doute existentiel se laissent sentir dans les profondeurs de mon être physique, psychique, affectif. Le travail que j’entreprends par cette thèse affecte ma personne « biographique » et sociale. Cette recherche qui part à la quête d’informations interrogeant la dimension d’un vivre affectivement plus riche, plus autonome, en pleine assumance d’une reliance à la vie constitue un moment précieux pour habiter mes questionnements autrement et depuis une posture à la fois, me déshabiller d’un ensemble de croyances.

[13] Intervention de Philippe Jeammet - Pédopsychiatre - lors du 41ème congrès national de l'Unafam - Union des familles et amis de personnes malades et/ou handicapées psychiques. Lors de cette intervention, Philippe Jeammet a insisté pour dire que les souffrances psychiques ressortent plus de la pathologie des émotions que de la maladie mentale. « Les émotions mettent en cause les limites de l'individu et le tirent hors de lui-même. Les troubles mentaux ne sont pas un choix. » Voir : https://www.youtube.com/watch?v=LVHFbqYapRo

2.4 Émergence d'une dimension émotionnelle et renversement de mon rapport à l'affectivité

Jusqu'à l'âge de vingt-neuf ans, je n'ai pas souvenir de m'être posé la question du bonheur, il m'était donné. Au détour d'une pathologie, un univers a vacillé. J'ai rencontré de la perte de confiance en un allié et le complice de toujours : mon corps. Choc brutal dans mon rapport à lui et à l'existence ; je rencontrais la fragilité et avec elle, ma vulnérabilité, mon besoin d'attachement pour surmonter la désespérance. J'ai su l'espace d'insécurité et d'angoisse qui peut habiter certaines personnes quand s'installe la « croyance galère » [14] que la vie est derrière soi. Les événements n'adviennent pas dans le temps mais l'ouvrent le plus souvent. Ce changement qui créait un séisme dans ma vie m'a poussé à consulter une fasciathérapeute. Dès la première séance, j'ai perçu la rumeur d'un retour à la vie : je faisais l'expérience inattendue de la subjectivité corporelle et avec elle, de la présence d'une vie du 'dedans' de moi en mouvement et de son lot de tonalités : chaleur, douceur, confiance, amour, vitalité comme enthousiasme organique, etc. Dès cette rencontre, ma vie affective s'est réorganisée. Je transitais vers une implication à mon corps d'une autre nature. Cette conversion à moi - en moi - sous une forme totalement inexistante pendant mes trente premières années, a été l'occasion de questionnements existentiels, philosophiques et spirituels. Qu'est-ce donc que cette vie dans mon corps et ce climat affectif qui se révèle avec elle? D'où cela vient-il? Comment conjuguer cette thymie singulière avec ma sphère émotionnelle? Pour mon plus grand bonheur, le terrain-même de ma sensibilité se trouvait en mutation voire en métamorphose. En rencontrant la vie en moi, je retrouvais ma foi en ma vie ! Je redevenais « propriétaire » de mon existence, ou plutôt, co-propriétaire. Toute alliance exige au préalable une scission (Kaès, 2009). Je me savais vivant, mais autrement. J'avais expérimenté un principe de vie autonome à moi mais séjournant en moi. Je devenais un autre avec la forme de promesse fondamentale que :

> Je suis ce qui m'arrive, ce qui m'arrive fait partie de ma définition, et en tant que je suis en cours, (…) je me déroule, me dévoile, me construis et m'invente sans que je puisse savoir qui je suis, car je le deviens. (Bertrand, Eloge de la fragilité, 2000, p. 60)

[14] Terme introduit par Natalie Faingold en analyse de pratique pour signifier ces pensées ou représentations qui ferment tout un champ mental et les possibilités de renouvellement de rapport à certaines situations.

Dans cette thèse, je cherche à combler un manque lié au désir de mieux me comprendre et de mieux savoir exprimer la portée d’une manière d’être affectée par le vivant pour donner du sens à ma vie quotidienne, toujours faite de moments de fragilité et de vulnérabilité. Bien au-delà d’une considération romantique du corps silencieux, j’ai trouvé à travers ce parcours d’apprentissage et par la lecture de la subjectivité corporelle une manière de me saisir et de me dire autrement.

Durant les vingt dernières années, j’ai habité trois pays et vécu sur deux continents. Je me considère à plusieurs égards comme un nomade au regard d’ethnologue, d’anthropologue. Entre la France, la Grèce et le Canada, quelle diversité rencontrée dans les modes relationnels et la culture des émotions qui s’y joue ! Comprendre l’autre, c'est-à-dire me laisser saisir par son expérience a toujours été une difficulté pour moi. Je suis curieux de la façon dont les gens - mes amis, ma famille, mes collègues, les personnes que j’accompagne, etc., se sentent concernés par leur propre existence en s’y sentant plus ou moins émus. Dès mes débuts de formation en psychopédagogie perceptive, j’ai rencontré un ‘lieu’ quelque part dans ma chair. Cet espace corporelle, charnel est véritablement émouvant et « émouvable ». Je sais que ce mot n’existe pas dans les dictionnaires, mais dans celui de mon expérience, il prend une signification plus vivante que nul autre. J’ai découvert une vie affective inédite au contact du corps sensible. J’aimerais dans cette thèse saisir et approfondir le territoire de cet espace d’altération, c'est-à-dire ce lieu où se modifie et se transforme mon expérience habituelle de l’émotion. Ce fait est en liaison avec une auto-affection Il fait émerger une altérité vivante et émouvante en moi et chez les autres tout en la confrontant au vivre quotidien. J’ai avancé dans ma vie avec cette équation : exister est davantage que d’être existant. Pour le dire autrement, exister est un agir, une praxis qui englobe tous mes espaces de vie et je constate combien le rapport aux émotions, les miennes et celles des autres a évolué depuis ma rencontre avec les pratiques du Sensible. Je fais le constat que certaines de mes conduites affectives n’ont pas évoluée en dépit de cette rencontre. Dois-je comprendre que je projette trop de vertus sur une discipline qui devrait résoudre miraculeusement tout problème d’ordre affectif? Je vois dans cette recherche l’occasion de faire le point sur les impacts de la dimension Sensible dans la vie quotidienne chez d’autres personnes que moi, d’accueillir également et pour la première fois des contenus d’expérience de personnes étrangères à la praxis proposée par le Sensible. Cette ouverture à l’altérité pourrait-elle éclairer mon questionnement ou mettre en relief la véracité ou l’inexactitude de mes attentes.

2.5 Le « devoir de conscience » : le choix de l'engagement

Je sais ce que vous allez me dire. Il faut rentrer en vous-même… Je suis rentré en moi- même plusieurs fois.
Seulement voilà, il n'y avait personne.
Alors au bout d'un moment, j'ai eu peur et
je suis ressorti faire du bruit dehors pour me rassurer.
Jean Anouilh

Ce parcours de recherche et d'écriture est né d'un fait d'expérience : plus qu'une rencontre car je me suis rencontré, et à cette occasion j'ai franchi un pas dont on ne sort pas indemne. Il s'est agi d'un mariage. La pensée de C. Singer n'est pas usurpée ici :

> La vraie aventure de vie, le défi clair et haut n'est pas de fuir l'engagement mais de l'oser. Libre n'est pas celui qui refuse de s'engager. Libre est sans doute celui qui ayant regardé en face la nature de l'amour - ses abîmes, ses passages à vide et ses jubilations - sans illusions, se met en marche, décidé à en vivre coûte que coûte l'odyssée, à n'en refuser ni les naufrages ni le sacre, prêt à perdre plus qu'il ne croyait posséder et prêt à gagner pour finir ce qui n'est coté à aucune bourse : la promesse tenue, l'engagement honoré dans la traverse sans feintes d'une vie d'homme. (Singer, 2007, pp. 18, 19)

Chemin faisant, cette odyssée me questionne sur la fécondité d'un regard plus tendre sur l'homme, ses émotions et son affectivité. Dans mon expérience, c'est à travers l'homme ému que quelque chose de la promesse d'accueillir le monde de l'intersubjectivité comme un espace d'inter expérience et de liberté d'être soi tout en ne niant pas l'autre permet un partage total de chaque moment donné d'une vie. Il est temps pour moi de mettre à l'épreuve dans le contexte de la rigueur scientifique ce postulat ou cette utopie.

Je n'aime pas la violence sous toutes ses formes et pourtant force est de reconnaître l'avoir infligée d'une façon ou d'une autre à mon entourage. J'aspire à l'amélioration de ma qualité de présence dans mes relations. Je suis convaincu que le parcours qui se fait à l'occasion d'une thèse de doctorat portant sur un sujet aussi vif dans mon parcours singulier-pluriel peut être une 'œuvre de soi' à plusieurs niveaux : celle de la connaissance de soi, de la reconnaissance et de l'estime, de l'ouverture intellectuelle et sensible à d'autres univers de pensées et d'expériences. En ce sens, je reçois déjà les récoltes affectives de ce travail. Ma quotidienneté est le terrain régulier de questionnement sur la magie à l'œuvre quand l'état d'apaisement et la sérénité prennent place pour affronter la turbulence des événements qui jalonnent nos vies. Je suis en quête de paix, non pas celle qui nie le réel de l'expérience, mais celle qui vient

de son consentement. Celui-ci exige tantôt de plonger dans l'abîme des parts désespérées de soi, tantôt d'être capable de se tenir dans l'ouverture à l'émerveillement. Je me pose la question du rapport entre ma sensibilité et une « vivance émotionnelle » palpable en amont de l'univers habituel où se jouent mes émotions. Ayant découvert une 'praxis de l'émouvoir' sans charge émotive, mais sans rupture avec cette dernière, je suis interpellé par l'articulation entre deux antagonismes celui de la distance affective et celui de la proximité sensible. Quels sont les mécanismes à l'ouverture et la mise en action d'une sensibilité inscrite au cœur de ma matière? Que faire d'une perception émouvante de soi saisie en soi, prenant racine dans un vécu charnel? Que dire de cette aptitude à s'émouvoir? Comment se mouvoir dans ses représentations depuis un rapport à mon corps émouvant fait de perceptions affectives inédites pour moi?

Je m'allie à Berlet pour qui la prise de distance du penseur par rapport au sujet qu'il traite ne relève que d'une illusion intellectuelle (Berlet, 2005). Il est temps pour moi de me rassembler, de me contenir dans une recherche de cette ampleur et d'y trouver refuge pour me comprendre dans ce qui anime ma vie depuis plus de trente ans. Plus qu'une aspiration, plus encore qu'une inspiration, cette recherche est un passage obligé. Elle est une démarche dans laquelle mon implication est entière et par conséquent, cette thèse convoque ma sphère affective en creux pour m'accueillir dans toute mon énigme.

3. PERTINENCE PROFESSIONNELLE : L'EMOTION ET L'AFFECTIVITE, UNE PLACE A VALORISER DANS MON METIER D'ACCOMPAGNATEUR DU CHANGEMENT

3.1 Rapport à la dimension affective dans l'accompagnement du « grandir »

L'homme vit chaque jour dans la proximité d'un corps qu'il ne connaît pas.
Danis Bois

Dans mon pays, on ne questionne pas un homme ému.
René Char

Et justement : si nous questionnions des hommes et des femmes émus autour de leur vécu corporel en lien avec leurs expériences et certaines conduites affectives dans leur cadre quotidien et dans celui de leur activité professionnelle? A mon sens, une ligne de force de cette thèse repose probablement sur l'analyse d'entretiens de recherche

explicitement centrés sur l'expérience de la dimension émotionnelle et de l'affectivité qui apparaît dans ma pratique. « Affectivité », « méta-affectivité », « tonalité-affective » sont des mots-container au sens où ils sont des « concepts bateau ou valise ». Ils ont l'avantage de désigner un monde qui permet aux praticiens de s'entendre sur une dimension expérientielle et des tonalités particulières. Mais cette terminologie relève-t-elle du « paradigme du Sensible »[15]ou du monde ordinaire, de la psychologie classique ou de la philosophie, ou s'adresse-t-elle à tout à la fois? Comment aborder cette dimension plus clairement dans mon métier?

Ce travail devrait permettre de repérer la diversité des modalités affectives à l'œuvre dans mon métier et la place de l'émotion particulière que je vis comme beaucoup d'autres au sein de cette affectivité. Je garde à l'esprit que certaines de nos prestations professionnelles s'adressent à une population stressée prise avec ses émotions ou en quête de promouvoir sa sensibilité affective. Je mise sur les données recueillies pour compléter et confronter les données existantes, éclairer des spécificités de ma pratique professionnelle, pour mieux comprendre un univers souvent caché derrière les apparences et des silences.

Je ne cache pas que cette recherche vise la promotion et la sensibilisation à la dimension affective de l'expérience chez des praticiens en psychopédagogie perceptive qui, comme nous le rappelle Danis Bois se sont engagés dans une voie qui n'

> est pas une thérapie manuelle, elle n'est pas non plus une psychothérapie, elle n'est pas enfin, une pédagogie ; elle est tout à la fois. Elle est aujourd'hui ma tentative de réponse à cette question de départ. … L'homme est-il disposé à rencontrer la part sensible de son être? Est-il en mesure, à partir de cette rencontre, de modifier la conception du monde sur laquelle il fonde ses choix de vie. (Bois, 2007, p.17)

Cette recherche pourrait élargir l'horizon des connaissances et des pratiques sur une dimension anthropologiquement forte dans les métiers de l'accompagnement : celle de l'empathie. Lorsqu'en 1989, j'ai découvert la fasciathérapie, je rencontrais une nouvelle forme d'expérience corporeisée et avec elle, l'expérience d'un sentiment d'existence et d'altérité dans lequel je me vivais profondément concerné. Je découvrais qu'être touché par l'autre ou toucher l'autre dans l'expérience manuelle de la fasciathérapie ouvrait un canal empathique en moi et avec mes interlocuteurs, patients, étudiants, que je ne connaissais pas. Je ne me doutais pas que l'expérience allait

[15] Le terme 'Sensible' employé ici se réfère à un champ théorique et de pratiques mis progressivement au point par Danis Bois et son équipe de praticiens-chercheur. Un chapitre de cette thèse sera consacré à la définition de l'univers spécifique qui fonde la psychopédagogie perceptive et ses liens actuels avec la dimension émotionnelle et plus largement, le champ de l'affectivité humaine.

révolutionner mon devenir professionnel et mes manières d'envisager la communication intra et interpersonnelle.

Expérientiellement parlant, la rencontre évoquée ici, dont ma recherche pointe l'aspect émotionnel et affectif, évoque une nature d'auto-empathie dont le processus d'émergence et ses effets sur la personne accompagnée comme sur celle du praticien méritent d'être approfondis car c'est elle qui m'a amené à reconsidérer le sens de la croissance humaine, de la formation de « soi » et de la relation en général. En questionnant les échos de la rencontre avec la part émue des co-chercheur et chercheuses experts dans notre profession, cette recherche vise à confirmer un aspect de ma vocation professionnelle que je retrouve formulée dans les propos d'Yvan Amar :

> Notre expérience du grandir est fractionnelle : soit sensorielle, soit émotionnelle, soit intellectuelle, mais ce n'est pas le grandir. Lorsque l'on vit au sein du processus, on se situe hors d'une dimension où quelque chose de plus va arriver. Le grandir n'est pas un plus, mais un processus dynamique qui interdit à la conscience de s'arrêter à une limite. (Amar, 2005, p. 44)

Le praticien-chercheur que je suis a besoin de clarifier les conditions et les étapes du processus dynamique qui participent à l'éveil de la conscience affective de soi, de l'autre et du monde présentes dans mon métier. Je reste ouvert à ce que cette recherche puisse apporter des éléments de compréhension pour envisager une pédagogie d'éveil à une manière d'être à soi et au vivant en soi – n'alimentant en rien un solipsisme – qui potentialise la sensibilité affective plutôt que de la restreindre. En la fondant sur une unité somatopsychique sans écartèlement avec les émotions plus ordinaires et quotidiennes.

En regardant les moments signifiants de ma trajectoire professionnelle, une formule peut figurer le soubassement éthique à toutes mes pratiques : *aimer l'autre pour ce qu'il peut devenir et qu'il ne connait pas encore*. L'accès à l'expérience de ce « se-ressentir-sentir » à partir d'actes extra quotidien m'installait dans une nature de subjectivité aimante inédite et ce fut l'occasion d'un réel émerveillement. Ma quête initiale qui était de permettre à l'enfant, l'adulte, l'équipe ou le groupe de rencontrer une potentialité humaine inexplorée et pourtant à portée de mains (au sens propre et figuré) prenait corps autrement. Je découvrais une nouvelle manière d'être un passeur au service du « grandir » de la personne et du groupe.

Je finirais sur la question des pertinences personnelles de cette thèse en abordant un événement relaté par l'une de mes co-chercheuses, et praticienne en

psychopédagogie perceptive se spécialisant l'accompagnement en fin de vie. Cette recherche concerne une dimension relationnelle et inter affective à l'œuvre dans les derniers échanges d'une vie humaine et parmi eux, ceux qui relèvent du non-verbal et du rapport au silence et à la méditation. Ces moments qui se caractérisent par l'apparition paradoxale d'émotions contradictoires de peur, de tristesse, d'amour et de sérénité, de joie et d'humour introduisent une expérience souvent qualifiée de sacrée. Cette recherche questionne des modes empathiques ouvrant sur une dimension spirituelle incarnée. Elle met en perspective un vivre-ensemble et une expérience telle que souhaitée par cette personne mourante :

> J'ai conscience de votre malaise, que vous ne savez que dire, ni quoi faire, mais croyez-moi, vous ne pouvez pas vous trompez en montrant de la chaleur humaine. Laissez-vous toucher, c'est de ça que nous avons besoin, les mourants.[16]

Accéder à des espaces inexplorées ou compléter des études qui peuvent alimenter la réflexion sur le prendre-soin de l'accompagnateur en psychopédagogie perceptive lui-même dans ces contextes extrêmes présente une pertinence professionnelle.

3.2 Au cœur d'une transition professionnelle

Mais qu'est-ce que la tendresse?
C'est le mouvement le plus ample de l'amour –
La main qui se donne et garde sans question, le regard qui laisse être
et le geste qui tient au plus près.
La tendresse est ainsi à l'antipode de la brusquerie, qui avance sans égards et en force. Elle ne craint pas d'être fragile. De se laisser toucher parce qu'elle touche.
Fabrice Midal

J'exerce le métier de pédagogue depuis plus de trente ans. Je me suis confronté à la richesse des enjeux intra et interpersonnels qui jalonnent tout acte de formation, enjeux dans lesquels la dimension émotionnelle s'est avérée cruciale. Dix années d'enseignement de l'éducation physique et sportive lors d'une première tranche de vie professionnelle, puis depuis une vingtaine d'années, la pratique et la formation de psychopédagogie perceptive m'ont permis de cheminer sur ce terrain tantôt tortueux, tantôt gracieux et toujours interpellant des relations humaines en formation. Depuis trois

[16] Extrait d'une célèbre lettre écrite par une mourante à ces collègues infirmières, traduite dans « La mort, dernière étape de la croissance » d'Elisabeth Kubler-Ross, p. 51-53, Editions du Rocher (1985). Document téléchargeable : http://www.evolute.fr/relation-aide/lettre-infirmiere-mourir

années, mon expérience de chercheur-stagiaire invité au département de psychosociologie et du travail social de l'Université du Québec à Rimouski m'a permis d'ouvrir l'horizon des applications de la psychopédagogie perceptive. Une praxis différente m'a permis d'éclairer plus précisément les atouts de celle issue du Sensible que je maîtrise bien et à ma manière. J'ai pu prendre la mesure de leurs spécificités dans l'univers des formations à l'accompagnement d'adulte. J'ai constaté la puissance stabilisatrice et transformatrice de l'arrimage du corps senti et l'invitation du sujet Sensible dans l'investigation des dynamiques à l'œuvre dans un travail de formation en relations humaines. Dans ma perception et sur un autre versant, la psychosociologie enseignée à Rimouski a été éclairante sur certains inaccomplis au sein de ma pratique initial. Je précise que ces « manques » sont légitimes dans le sens où nous sommes en présence d'un paradigme dont la préoccupation psychosociale est première, et par ailleurs, j'observe des faiblesses personnelles liées à mon parcours singulier. En bout de ligne, l'avancée et la confrontation dans des espaces d'enseignement et de formation différents qui utilisent à leur façon certains des outils de la psychopédagogie perceptive se révèlent transformatrices. Bref, pour le dire autrement, je souhaite progresser dans la prise en compte et l'appréhension de l'univers émotionnel et de l'affectivité chez la personne ou les groupes en transition qui constituent un versant important de mes cadres d'intervention. Par ailleurs, cette recherche est un appui conséquent dans autre étape de ma vie professionnelle où pointe l'enseignement universitaire ; et dans des enseignements et des propositions pédagogiques encore en projet et ouverts à l'approche Sensible. Le rapport à l'implication et la notion d'advenir - pour ne citer que ces deux notions - constituent des pivots au cœur de ces deux praxis.

J'arrive à une étape charnière de ma vie professionnelle, à l'orée d'une transition professionnelle qui s'ouvre au métier de la recherche et de l'enseignement universitaire (communication dans des colloques dans différents pays, enseignement en cursus de premier et de deuxième cycle, etc.). La vocation exploratoire de cette thèse implique l'investigation dans plusieurs champs épistémiques et contribue à asseoir et à valider des connaissances nouvelles, exploitables dans mes différents contextes d'intervention présents et futurs. Le travail de structuration propre à ce niveau d'étude est également un atout supplémentaire pour mes projets professionnels.

3.3 L'appui de la diversité expérientielle

Cette thèse pointe les éléments d'un savoir vivre à travers une enquête sur les échos de la vie affective dans le rapport à soi, à autrui et au monde. En prenant appui sur un corpus de données issues d'interviews faites avec des personnes étrangères à la pratique et aux théories du Sensible mais qui sont par ailleurs des références dans leur domaine pour leur engagement dans des processus de création ou de formation – processus dont on sait qu'ils convoquent les enjeux qui m'intéressent –, cette recherche prend le risque assumé de sortir de l'enclos d'une pratique très spécifique. Ce mouvement ouvre sur une promesse : être informer de conduites et de ressources dialogiques fondant une économie affective [17] à partir de balises potentiellement différentes voire inédites au regard de mes connaissances actuelles, voire celles disponibles dans notre communauté de pratique. J'ai misé sur la fécondité de l'ouverture et du métissage entre différentes pratiques et différents parcours qui se regroupent en définitive autour d'un thème central animant chacun des participants : celui de permettre l'avènement d'un sujet vivant, désirant, aimant, relié et créateur de nouveaux possibles. Enfin la mise en regard de deux types d'experts permettra de faire ressortir les spécificités de l'émotion dans le paradigme et le vécu du Sensible. En continuité avec le travail déjà accompli, je serais très heureux que les résultats de ma recherche apportent de l'eau au moulin et contribuent à stimuler et à autoriser dans la profession que j'exerce, pour mes collègues comme pour les étudiants en formation, une éducation de la présence et une formation à la résilience ouvrant sur une éthique de la tendresse face à la vulnérabilité humaine.

[17] La notion d'économie liée au concept d'affectivité est un point de vue singulier-pluriel proposée par Norbert Elias. Pour cet auteur, « la civilisation s'entend souvent de manière plus restrictive. Elle concerne alors avant tout les changements observables au niveau de ce que Norbert Elias appelle l'économie psychique, pulsionnelle, affective ou encore émotionnelle. Les transformations des manières de se comporter, de ressentir et de se représenter le monde induiraient une évolution de cet ordre et seraient elles-mêmes rendues nécessaires ou possibles par l'ensemble des restructurations qui affectent, sur différents plans, les entités sociales, et qui transforment les rapports sociaux au sein de ces entités » Voir : « Termes clés de la sociologie de Norbert Elias », *Vingtième Siècle. Revue d'histoire* 2/ 2010 (n° 106), p. 29-36 URL : www.cairn.info/revue-vingtieme-siecle-revue-d-histoire-2010-2-page-29.htm. Chez Jean-Pierre Karli (Karli, 2011), l'expression « économie affective » se resserre sur la personne et renvoie aux ressentis et aux vécus d'ordre émotionnel, aux conduites liées à leur déclenchement, la nature de leurs manifestations et leurs effets sur la relation à l'autre.

4. PERTINENCE SOCIALE : L'EMOTION ET L'AFFECTIVITE, ENJEUX AU PLAN CULTUREL, SOCIAL ET CITOYEN

L'homme est relié au monde par un permanent tissu d'émotions et de sentiments.
David Le Breton

On pourrait donc considérer l'émotion comme la première manifestation d'une vie sociale : c'est elle qui forge les premières relations avec notre entourage.
En ce sens, elle est sans aucun doute facteur de socialité.
Jean-Marie Breuvart

4.1 Les misères de l'affectivité

Il n'est pas nécessaire d'aller chercher bien loin dans notre histoire quotidienne pour prendre la mesure de l'omniprésence des émotions dans nos cadres de vie. Mais comme le précise J.L. Petit :

> L'émotion semble être la marque obligatoire de l'importance d'un évènement. Une croyance qui va avec un appauvrissement desdites émotions ; les nuances délicates et subtiles de la vie affective étant écartées en faveur des commotions violentes peur, et de préférence terreur-panique ; joies, ou plutôt liesse, transports, jubilation, frénésie (…) Comprendre les expressions des émotions c'est comprendre une vision du monde, pas moins ! (2007, p. 35)

Le travail entrepris ici réhabilite à sa manière les nuances délicates et subtiles de la vie affective. A ce titre, ma recherche s'inscrit dans un courant de pratiques socialement reconnues, celui des pratiques de soi (ou de groupe) qui apaisent le citoyen et promeut l'émancipation sociale d'un vivre ensemble ; d'un vivre faisant front aux déterminismes culturels, politiques et économiques de l'hyperconsommation, de la violence voire d'une forme de barbarie (Bauman, 2013; Henry, Auto-donation - Entrtiens et conférences, 2004).

Les événements sociaux bouleversants liés à l'incompréhension face à l'expérience émotionnelle de l'autre, à l'identification à des émotions, à des sentiments ou encore, à une empathie déficiente incitent à la réserve quant au prendre-soin de « l'ému » dans nos cultures et sociétés. Il se pourrait qu'une étude comme celle-ci, en rendant compte d'une expérience intime de soi plus positive, générant des conduites plus lucides et moins assujetties à un mode réactionnel, mettent en perspective des économies affectives moins coûteuses pour l'équilibre social. La question du traitement des émotions dans nos sociétés contemporaines est cruciale. En effet, quand certains des éléments cités plus haut font totalement défaut chez des citoyens - toutes origines et

cultures confondues - elles se trouvent être à l’origine de ces catastrophes affligeantes qui remplissent nos nouvelles. Par ces conduites sociales déroutantes, ne sommes-nous pas en présence ici d’une matière affective sur laquelle se brodent nos sociétés et les cultures qui les fabriquent? À une autre échelle, l’existence d’une mise à distance possible de déterminismes émotionnels, d’une rencontre affective émergeante d’un accordage à un soi protégé de toute barbarie renforce un contre mouvement plus pacifique, plus chaleureux et bienveillant. Mes propos se rallient à ceux d’Antonio Damasio pour qui

> les sentiments seraient l’indice de l’état vital au sein de chaque organisme humain vivant (…) : en particulier, la joie et la tristesse peuvent inspirer la création, dans l’environnement physique et culturel, de conditions favorisant moins de douleur et davantage de bien être pour la société. (2003, pp. 13-90, 168)

En auscultant la dimension émotionnelle et plus largement l’affectivité chez des personnes ayant une certaine culture du travail sur soi et des processus créativité, mais également de la relation à l’autre, je donnerai à voir et à célébrer - le terme peut paraitre emphatique, mais il correspond à mon expérience - la prise en compte d’un savoir affectif comme une pharmacopée au « désengagement politique et idéologique », au « sentiment de vide intérieur et d’absurdité de la vie », à « une incapacité à sentir les choses et les êtres » dans une société qui, selon le sociologue Gilles Lipovetsky (1983, p. 15), crie son besoin de relationnel affectif. A travers cette thèse, j’affirme mon désir de promouvoir une pratique et une éthique du rapport à la dimension affective qui *parle à tout l’humain et à tout humain* comme l’énonce si bien Lytta Basset (2013, p. 8); une pratique et une éthique qui porte la promesse de transformation dans les modes de vie et les comportements pour une société qui s’appuie davantage sur *le pouvoir politique de l’amour* (Kaufmann, 2009).

4.2 Les mystères de l'affectivité dans l'affrontement à l'inattendu

Il n'y a pas d'autre monde que celui-ci. Ce monde est détraqué mais il n'y en a pas d'autre.
Nous avons donc à vivre dans l'entre monde, ni entièrement ici,
ni dans un ailleurs rêvé.
Sans aucune certitude ni désespoir. A la fois pleinement là et en exil.

Fabrice Midal

Edgar Morin affirme que l'

> examen des évènements et des grands accidents, (…) le caractère désormais inconnu de l'aventure humaine doivent nous inciter à préparer les esprits à s'attendre à l'inattendu pour l'affronter. (2000, p. 14)

Une des stratégies d'affrontement de l'imprévisible se trouve dans le partage social des expériences émotionnelles, sous des formes implicites et explicites. C'est une pratique abondamment déployée par les gens dans la vie quotidienne et professionnelle (Rimé, 2004). En proposant une éducation sur la base d'inédits perceptifs arrimés à l'expérience corporelle – vécue dans la chair –, et les informations cognitives renouvelées qui peuvent s'y déployer (Bois D. , 2007), le praticien en psychopédagogie perceptive est un acteur social contribuant à l'organisation, à la régulation, mais aussi à une réforme des mentalités sur ce partage. Il participe à un fondement de l'éducation du futur comme le prescrit Edgar Morin. En apportant de nouvelles ressources de réflexion et de compréhension, cette recherche peut renforcer cette contribution.

Sur un autre pôle, l'expérience quotidienne démontre qu'un monde affectif intime est caché dans nos sociétés plus sécularisées que jamais (Basset, Les mystères de l'affectivité, 2013; Ricard M. , 2013). La subjectivité à l'œuvre dans les pratiques du Sensible pose une mystérieuse ambiguïté au regard de la rationalité pure, mais qui se désintègre au contact de l'expérience vécue et partagée. D'une part, cette thèse aborde la place du corps dans les sciences de la santé et de l'éducation, place souvent ignorée ou refoulée (Barbier R. , Sujet sensible et renouvellement du moi. Les apports de la fasciathérapie et de la somato-psychopédagogie -Bois, Danis; Josso, Marie-Christine; Humpich, Marc, 2009; Berger E. , 2009) et quand elle l'est, se trouve circonscrite à une fonction passive ou secondaire. Dans le domaine particulier des émotions, celui-ci est plutôt compris comme un acteur perturbateur. Spinoza évoquait pourtant avec détermination ce constat :

> Personne jusqu'ici n'a connu la structure du corps assez exactement pour en expliquer toutes ses fonctions (…) Ce qui prouve assez que le corps, par les seules lois de sa nature, peut beaucoup de chose dont son esprit peut rester étonné. (1954, p. 184)

Chemin faisant, dans ce parcours doctoral, me laissant affecté et interpellé par mes lectures, altéré par la qualité des rencontres préparant ou alimentant mes entretiens de recherche, est née l’injonction d’honorer et de questionner la présence d’un savoir affectif émergeant d’une subjectivité dans laquelle il n’est pas question de s’isoler, mais pas davantage de passer à côté comme si elle n’affectait personne - ni moi, ni les personnes interviewées. Bref, j’assume mon désir que cette recherche mette en lumière et interroge la force accompagnatrice, régulatrice, créatrice et en bout de ligne, socialisante, d’une composante sacrée de la dimension affective – quand elle est présente – confinée dans l’intimité individuelle ou collective. Comme l’a bien nommé Bernard Honoré,

> l’émergence de la notion de spiritualité est liée à celle de l’accompagnement dans les pratiques soignantes, et en particulier dans les soins palliatifs (…) c’est une invitation silencieuse à entrer ensemble dans la présence pour se laisser toucher par les tonalités de la résonance entre deux existences. (Honoré, 2011, p. 33 et p. 185)

J’intègre cette attention à mes pertinences sociales, car enfin, vivre enfermer dans notre propre secret, entraver notre quête de la vérité, repousser notre motivation de nous laisser affecter par la vie elle-même, refuser de nous transformer, n’est-ce pas isoler le monde d’une source de bienveillance, priver l’autre d’un rapport à l’Autre que chacun nommera comme il lui conviendra (les événements, Dieu, les autres humains, le monde, etc.). L’allégation qui place l’Amour comme un lieu privilégié mettant en interférences le corps, l’esprit, le spirituel et le lien social trouve son soutien et une assise dans les recherches contemporaines en neurosciences (Basset, Les mystères de l'affectivité, 2013; Beauregard, Les pouvoirs de la conscience, 2013; Ricard M. , 2013). Cette thèse s’ouvre à la possibilité d’une spiritualité porteuse de solutions aux déséquilibres inter humains qui ont comme origine des conduites affectives inadaptées aux tribulations du vivre-ensemble ; une spiritualité qui n’est pas seulement laïque comme l’a proposé le philosophe André Comte-Sponville, mais laïque, incarnée et bien charnelle[18]. Ainsi, cette recherche met en perspective une fonction plus ‘noble’ du corps dans la dimension de l’émotion et de l’affectivité, ce, autant dans le soutien et la régulation des troubles émotionnels que dans l’accès à une dimension intime et émouvante de l’être. Elle met en perspective un vivre-ensemble plus enclin à l’intégration qu’à l’exclusion (Bédart,

[18] Voir l’œuvre de Michel Henry sur l’incarnation de la chair, l’auto-affection.**Source spécifiée non valide.**

2008), et en écho, la quête d'un nouveau sens de la post-humanité en réponse à l'implantation d'un « oubli de l'être »[19].

4.3 La diversité ethnique, culturelle et professionnelle

Pour cette recherche, j'ai rencontré et interrogé plusieurs personnes issues d'univers différents. Certaines sont d'origine française alors que d'autres sont québécoises et enfin une co-chercheuse est française mais vit en Grèce depuis de nombreuses années. Les parcours singuliers de chaque participants donnent à voir et à analyser un rapport à la dimension émotionnelle et affective plurielle. Au moment de rédiger ces lignes, j'entrevois dans ce métissage ethnique et culturel une richesse de données sur la dimension émotionnelle et l'affectivité telle qu'elle est vécue à différents endroits de la planète mais aussi dans des cultures sociales hétérogènes. Cela pourrait rendre compte de phénomènes en lien avec les propos de d'Edgar Morin :

> La planète nécessite dans tous les sens des compréhensions mutuelles (…). La compréhension mutuelle entre êtres humains, aussi bien proches qu'étrangers, est désormais vitale pour que les relations sortent de leur état barbare d'incompréhension. (Morin, 2000, p. 15)

5. PERTINENCE SCIENTIFIQUE : LA PLACE DE L'AFFECTIVITE ET DES EMOTIONS DANS L'ACCOMPAGNEMENT DE LA PERSONNE

Cette thèse de doctorat s'inscrit dans le programme de recherche élaboré par le CERAP, laboratoire de recherche autonome en projet d'affiliation avec le Centre de recherche en Sciences Sociales et du Comportement de l'Université Fernando Pessoa (www.ufp.pt). Elle contribue à *l'étude des potentialités humaines* par son thème sur « la dimension émotionnelle et de l'affectivité dans le paradigme du Sensible » et se situe au carrefour des champs de la santé, de l'éducation et de l'accompagnement, avec la vocation d'aboutir à une théorisation conceptualisante ancrée.

[19] Bernard Honoré déploie une pensée à propos de l'appel à une éthique soignante (Honoré, 2009) dans laquelle il souligne combien « dans l'aspiration à un changement de la condition humaine, s'est implanté un « oubli de l'être ». Les valeurs d'être se retrouvent converties en valeurs d'avoir. On a une vie, un corps, un capital santé. Le bonheur est d'en jouir. Que voulons-nous faire de notre humanité? Quel est le sens de l'idée de post-humanité? Quel est le sens de la personne dans l'ère de l'oubli de l'être? » (Honoré, 2009, p. 37)

5.1 L'actualité des recherches sur la dimension émotionnelle et l'affectivité : un axe de recherche en plein essor

Le thème de cette étude se place au cœur d'une actualité scientifique qui promeut la recherche sur les émotions, les sentiments, leur processus de déclenchement, leur mode d'expression ou leur gestion dans les relations humaines dans le cadre de la vie quotidienne comme celle de la vie professionnelle (Damasio, 2005; André, 2009; Basset, Les mystères de l'affectivité, 2013; Breuvart, Les émotions, pour quoi faire ? in Que cachent nos émotions ?, 2007; Guédeney & Guédeney, 2009; Karli, Le Besoin de l'autre - une approche interdisciplinaire de la relation à l'autre, 2011; Ricard M. , 2013). De nos jours, de nombreuses disciplines s'engagent dans des travaux pour élucider et compléter les connaissances à propos des déterminants affectifs du comportement au singulier et au pluriel. On assiste à une véritable « Révolution affective »[20]. Objet de recherche longtemps réservé aux psychologues, psychiatres, biologistes ou neurophysiologistes, cette dimension anthropologique fondamentale intéresse aujourd'hui bien plus de secteurs scientifiques. Les émotions ont gagné leur place dans tous les secteurs de recherche qui sont liées à la politique sociale, la santé, l'art et le comportement du consommateur. Elles font l'objet d'investigation les sciences sociales ou de l'éducation, et dans ce cadre, elle place est en plein essor dans le domaine de l'accompagnement au changement humain et de la transformation (Barbier & Galatanu, 1998; Kourilski, 2010). Certaines disciplines inattendues s'y intéressent comme celles qui réunissent des économistes aux informaticiens. Bref, nous assistons à une porosité et la rupture d'une 'hégémonie' de disciplines en place comme celle de la psychologie. Il semble qu'une nouvelle conscience s'alerte face aux conséquences de la précarité d'une qualité affective dans laquelle se trouvent des gens, des organisations, des communautés à l'échelle de la planète (Goleman D. , 2003; Ricard M. , 2013; Dalaï-Lama, La voie des émotions, 2008). Dans une conjoncture planétaire qui s'aligne sur le besoin pressant des humains de savoir si des réserves de tendresse, de sollicitude, d'amour désintéressé (Basset, 2010) ne dorment pas au fond des cales d'un bateau qui cherche le nouveau cap dans l'horizon d'une humanité qui s'essouffle, le phénoménologue et le sociologue, le philosophe et l'anthropologue de l'attachement, le biologiste et le physicien quantique,

[20] Ce terme « révolution affective » est utilisé par le pôle de recherche nationale en sciences affective à l'université de Genève qui est le premier centre mondial dédié à l'étude interdisciplinaire des émotions et qui regroupe plus de cent chercheurs. http://www.affective-sciences.org/content/le-p%C3%B4le-en-bref ou www.cnf.suisse

l’éducateur et le praticien de santé, le politique et le philosophe, religieux ou théologien pratiquent l’intelligence relationnelle et émotionnelle. A l’image de nos sociétés en demande d’affectivité, les disciplines scientifiques accueillent – enfin ! Dirons-nous – la ressource intarissable d’une meilleure compréhension entre humains et une passionnante source de méditation sur le difficile chemin vers le bonheur que représentent les émotions. Sur un autre versant, on voit bien la tentative de freiner et de palier à une escalade d’événements dramatiques altérant la confiance dans la nature de l’émotion humaine.

Cette recherche se situe à l’interface de différentes préoccupations directement en lien avec ce qui a été présenté ci-dessus. Elle questionne l’expérience affective et émotionnelle dans une dimension phénoménologique singulière car elle déploie une investigation à partir de vécu en première personne dans le rapport au corps vécu et senti. Dans un sens, elle pourra donner à voir des modalités de traitement de la dimension affective liées à l’introspection et alimenter des connaissances en phénoménologie des affects autant qu’en sciences du comportement. Ma recherche, en fournissant des éléments de connaissances sur l’impact de la place du rapport au corps dans le souci d’être soi peut rendre compte de conduites affectives au sein d’une économie affective animée d’une authenticité ‘ancrée dans la chair’. Je n’ai pas rencontré à ma connaissance de recherche qui soit allée de cette manière dans ces espaces de la dimension du vivre en soi et avec autrui.

Ma démarche s’inscrit dans une dynamique compréhensive et qualitative, elle ne cherche pas à démontrer mais à rendre compte en vue de mieux décrire et comprendre un phénomène. C’est un choix assumé de ma part, je tiens à préciser que mon étude ne vise pas directement et spécifiquement l’accompagnement du changement humain lui-même, mais elle rend compte de l’impact possible d’une dimension émotionnelle et de l’affectivité sur celui-ci. Ici, la mesure est l’analyse du rapport au vécu, à la représentation, à la biographie chez des adultes entre quarante-cinq et soixante-seize ans. Dans cette orientation, cette recherche peut venir alimenter des intérêts en sciences andragogiques sur l’expérience de l’affectivité et des émotions.

Enfin, il me ferait plaisir que ma thèse puisse contribuer à honorer et alimenter des échanges de recherche internationaux déjà féconds entre trois pays au moins et plusieurs universités et laboratoires de recherche (le Centre d'Etude et de Recherche Appliquée en Psychopédagogie Perceptive de l’UFP de Porto et le Groupe de recherche en approche somato-pédagogique de l'accompagnement de l’UQAR au Québec). La

sensibilité du chercheur à des couleurs épistémologiques et méthodologiques différentes, des méthodes d'accompagnement de la personne en situation de transition et donc de changement ayant leur point de spécificité et de complémentarité donne à cette étude une couleur internationale qui en fait une pertinence à part entière.

5.2 Une attitude d'explorateur : l'option pour l'investigation théorique de la dimension des émotions et de l'affectivité

Avant d'aborder les horizons de lectures choisis, quelques remarques sont nécessaires pour présenter l'aspect formateur et transformateur du mouvement de lecture qui a été le mien – apprentissage d'une vraie gestuelle –, et cela fait sens dans mon parcours doctoral. J'ai découvert qu'en présence d'un texte, il ne s'agit pas seulement de lire, d'apprécier l'écriture, de commenter, d'analyser ou d'interpréter, de confronter à d'autres points de vue ce qu'il expose. Il y autre chose, quelque chose d'affectif, de viscéral ou sensuel, et parfois même de charnel.

Pour cette recherche, j'ai pris l'option de l'explorateur, ce qui est en définitive cohérent avec ma personnalité de voyageur et d'homme en transition. Je ne pouvais me restreindre à un ou deux champs théoriques pour aller à la cueillette de pensées, à la rencontre d'auteurs plus stimulants les uns que les autres qui pouvaient alimenter la vastitude de mon questionnement. Ce choix a des limites que je reconnais et que j'assume. Il ne m'a pas permis pas de donner toute sa profondeur à l'un ou l'autre des champs qui viendrait naturellement à l'esprit, comme par exemple, celui des émotions et de l'affectivité dans les processus de transformation et de l'accompagnement chez l'adulte en formation permanente. J'ai cherché du mieux que j'ai pu à circonscrire un espace épistémologique en me fixant comme ligne d'horizon les champs et les auteurs qui résonnaient à une raison certes, mais aussi à un instinct, en réception de ce qui me tendait la main au fil de discussions avec des personnes signifiantes - dont ma directrice de thèse -, les événements de ma vie et toutes les situations agissantes au long de ces dernières dix années. Quelle aventure passionnante que d'aller fouiller dans des orientations variées, dans l'amplitude qui m'appelait, de me laisser altérer, interpeller, émouvoir par certains auteurs, de me confronter à la diversité des concepts et des modes d'écriture ! J'ai rencontré du si beau 'monde'. Tantôt, le profane que je suis, avoue s'être demandé pour quelle raison on écrivait de façon si ardue alors qu'à d'autre moment de lecture, et par contraste, je vivais une expérience où les mots étaient une

main guidante avec sobriété et génie vers la lumière, sortant de l'obscurité ma pensée sur tel ou tel aspect de la dimension qui me constitue en partie et que je veux élucider. Cet engagement a été une véritable auto-formation du chercheur que je deviens. Bref, explorer, n'est-ce pas prendre le risque de l'achoppement, du détour, de la perdition, de l'impasse et de la confrontation, de la mise à l'épreuve? Un chemin a été parcouru avec la richesse de ses vécus, ses achoppements comme ses moments de grâce. Bernard Honoré écrit quelque chose qui me touche et que j'ai essayé d'appliquer :

> Dans l'épreuve des tonalités entendues en la mise en présence, la pensée parfois hésite entre deux attitudes. Ou bien s'écarter, sortir de cette présence, dans un repli sur soi en se retenant aux connaissances, aux significations, aux interprétations déjà acquises, sans vouloir les remettre en question. Souvent, en se tenant à l'écart de la présence des textes, le regard se maintient dans une posture explicative en cherchant à répondre aux questions posée selon une logique de non-contradiction. Consonances et dissonances s'atténuent ou disparaissent, laissant place aux rapports de conformité ou d'opposition. Ou bien se maintenir dans la présence qui, par ses résonances nous affectant, ouvre la pensée à de nouvelles perspectives. Le séjour dans la présence des textes invite à la découverte et à la compréhension du sens donnée dans les perspectives ouvertes par le dévoilement de ce qui est propre à chaque pensée. (2009, p. 22 23)

Ce travail de lecture et d'intégration théorique m'a mis face au défi de classer, de m'orienter dans univers de connaissance face à des interrogations sur la pertinence de ce qui m'attirait au sein d'une diversité dans laquelle j'ai misé sur l'intelligence de ma sensibilité, mon arrimage à ma question de recherche comme à mon processus de recherche lui-même. Chemin faisant, ils ont dévoilé des secrets. Un mouvement heuristique.

Je l'ai dit, je reconnais la difficulté et les limites d'une telle posture, mais j'en défends la pertinence tout en n'étant pas dupe de la non-exhaustivité de ma démarche. En allant ausculter plusieurs champs théoriques, je me suis construit le socle d'une sensibilisation et une ouverture à me laisser affecter dont je suis sûr de la fécondité dans l'étape suivante de ma recherche qui est l'accueil de mes données puis leur analyse. D'autre part, en rendant compte de plusieurs paradigmes compréhensifs de la thématique qui m'intéresse, je restitue et rassemble dans une même étude des connaissances très variées pouvant éclairer mon sujet sous des angles différents et donc en déplier des aspects complémentaires. En faisant le recensement bibliographique de mon investigation théorique, je peux poser les balises de mon exploration théorique.

En fin de compte, et très globalement, le territoire théorique de cette thèse repose sur des apports liés à l'étymologie et à l'histoire de la recherche des émotions et de l'affectivité, cette dernière met en lien la dynamique évolutive entre différents champs

au sein desquels différents courants se sont confrontés, accordés ou solidarisés. Pour n'en citer que les principaux, on reconnaitra la psychologie et la neuropsychologie, la sociologie, la physiologie et la philosophie. J'aborde également un espace scientifique qui m'a littéralement fasciné par l'ouverture compréhensive sur certains aspects de mon parcours personnel et professionnel et des dynamiques intra et interpersonnelles que j'y ai rencontrées : celui des théories de l'attachement. Cet espace scientifique puise et métisse ses origines à la fois dans la psychologie et la psychiatrie enfantine, la psychanalyse, mais aussi – et c'est son originalité, dans l'ethnologie et l'éthologie.

Pour finir la liste, une partie de mon cadre théorique prend son assise dans un corpus phénoménologique. Ce fait répond à un conditionnement culturel (et tous les conditionnements ne sont pas à rejeter, loin s'en faut !) dont cette recherche m'a fait saisir la pertinence. Dit autrement, j'ai suivi la ligne des recherches effectuées au CERAP et/ou en lien étroit avec le paradigme du Sensible[21] (Bois, 2007; Leao, 2002 ; Berger, 2009 ; Bourhis, 2012; Santos, 2012). Ce corpus est pertinent car il offre des soubassements théoriques à mon objet de recherche, celui de la dimension affective. Le champ de la phénoménologie existe depuis plus d'un siècle[22], mais son entrée en tant que pratique sociale est récente. A ma connaissance, en francophonie, c'est Pierre Vermersch qui le premier, a mis sur le marché[23] une pratique directement issue de la phénoménologie[24] : l'entretien d'explicitation et d'auto-explicitation[25]. Cette praxis est

[21] Les travaux dont il est question ici sont téléchargeables en ligne : www.CERAP.fr

[22] Ce courant philosophique a pris son envol au début du 20e siècle. Edmund Husserl (1859-1938) est son principal initiateur. Plusieurs philosophes et scientifiques tels que Fichte, Hegel, Brentano ont été la source d'inspiration de l'allemand. Puis d'autres auteurs dont Heidegger, Merleau-Ponty, Levinas et Ricœur, etc., ont développé leur propre vision et altéré la phénoménologie tout en respectant la plupart de ses principes fondamentaux. Mais c'est à Husserl que revient le mérite d'avoir édifié une science descriptive des phénomènes qui s'offrent au regard de l'homme et de rompre ainsi avec les idées ambiantes de son siècle et donné naissance à une psychologie entendue comme *science de l'expérience*. Ses travaux ont bouleversé les conceptions habituelles du rapport de l'homme au monde.

[23] La formule me semble ajustée dans le sens où un ou plusieurs concepts philosophiques sont envisagés dans une finalité praxique et socialement reconnue comme expertise donnant naissance à des aptitudes commercialisée dans une pratique professionnelle. C'est tout à fait le cas pour l'œuvre de Pierre Vermersch, chercheur au CNRS et initiateur du GREX (groupe de recherche en explicitation). L'entretien d'explicitation fait l'objet d'une pratique utilisée dans de nombreux domaines dont ceux du soin, de l'éducation, de la formation d'adulte mais aussi celui de l'entreprise et du management.
Des grands phénoménologues qui l'on inspiré ont élaborés des concepts qui sont restés relativement dans l'ombre et sous exploitées au regard des promesses qu'il aurait permis pour la société. On notera à la même époque la poussée d'une discipline issue d'un ensemble de concepts mis dans une praxis socialisée, la psychanalyse. Ce courant a permis à S. Freud de révolutionner le champ des sciences humaines et de la psychologie. La psychopédagogie perceptive qui s'ancre dans une phénoménologie de l'expérience rend compte d'un processus opposée : elle est une théorie ancrée dans le terrain de la pratique. Ma recherche concerne une dimension singulière et vise un principe similaire.

[24] Que Pierre Vermersch insère dans une discipline qu'il a nommée Psycho-phénoménologie.

[25] J'ai eu le plaisir de travailler avec Pierre Vermersch et d'être formé par lui à ces pratiques de développement de la conscience de soi qui permette une pratique experte, celle du point de vue à la

venue soutenir celle du Sensible et notamment dans les méthodologies utilisées dans le cadre des recherches au CERAP (Berger E. , 2009). Cette recherche s'ancre dans l'étude du rapport à l'expérience des émotions et de l'affectivité, cherche et précise son arrimage au champ de la phénoménologie des émotions et de l'affectivité. Je vois dans ce travail théorique la perspective de donner du relief à la spécificité de l'approche psychopédagogique perceptive dans le domaine de la dimension affective de la personne. En donnant toute l'amplitude à ma pensée, je dirais qu'en allant puiser dans des savoirs phénoménologiques directement lié à la dimension émotionnelle, mon travail pourra alimenter les savoirs existants au sein de notre laboratoire du CERAP.

Pour conclure, je reconnais mon émerveillement et mon enthousiasme dans cette exploration. J'ai bien souvent perçu un désir de rencontrer certains de ces personnages - en chair et en os -. Cet édifice théorique a donné lieu à un regard plus complet sur ma pratique professionnelle et certains aspects inédits de mon expérience affective dont celle liée au contact du Sensible. La rencontre de philosophes de la description de l'expérience, de la perception, du corps et de l'affectivité,- dont certains très contemporains – m'a replongé dans ce qui fait ma praxis du Sensible, son paradigme ; parfois, de façon très troublante, je rencontrais une mise en sens de certains phénomènes de la vie explicitant, orientant (ou désorientant) de façon pertinente mes représentations et mes propres vécus. Certains textes ont été un miroir théorisant et réfléchissant avec excellence des pans entiers de l'expérience ou le sens de ma propre expérience, comme si l'auteur(e) s'était immiscé dans mon existence, mes vécus, mes affections ; tout cela m'a ému.

Ceci étant placé, certains aspects de la dimension que je veux étudier n'ont pas trouvé d'échos dans les éléments théoriques que j'ai consultés. Voyons si, au sein du paradigme du Sensible lui-même je trouve ce que je cherche.

---

première personne. J'utilise quotidiennement ce travail dans ma pratique d'accompagnateur et de chercheur, comme dans ma vie personnelle.
Pour des informations sur cette discipline, voir : http://www.grex2.com/ et https://www.academia.edu/7492609/Les_points_de_vue_en_premi%C3%A8re_seconde_et_troisi%C3%A8me_personne_dans_les_trois_%C3%A9tapes_d_une_recherche_conception_r%C3%A9alisation_analyse#

5.3 L'actualité de la recherche sur le champ des émotions et de l'affectivité en psychopédagogie perceptive : un manque à combler

Pour faire le point sur l'actualité de la recherche quant à la thématique qui m'intéresse, je me suis engagé dans l'inventaire de toutes les recherches de 2ème et 3ème cycle, de tous les articles, de toutes les communications et de tous les ouvrages scientifiques effectuées et publiés depuis 2002 au sein du CERAP et de la Revue en ligne Réciprocité[26] en y repérant la thématique des émotions, des sentiments ou de l'affectivité. A cette fin, le critère retenu est la présence de l'un ou plusieurs des mots suivants : émotions, sentiments, affectivités, tonalités affectives ou empathie (terme que je sais faire partie du langage des praticiens-chercheurs en psychopédagogie perceptive) ; présence cherchée dans les titres, les sous-titres et les sommaires des recherches de 2ème et 3ème cycle effectuées, dans les titres des communications ou des actes ayant été donné et enfin, dans les titres, sous-titre et sommaires des ouvrages publiés. Ma recherche porte sur une temporalité s'étalant de la création de notre laboratoire en juin 2004 jusqu'en décembre 2014[27]. Je précise que cette enquête puise sa source dans le site de notre laboratoire de l'UFP de Porto, le www.cerap.org. Voici un aperçu assez fidèle de la situation et que j'ai visualisé dans le tableau qui suit en fin de ce paragraphe.

Il n'apparaît aucun travaux, aucune publication, aucune communication qui traite exclusivement le thème des émotions ou de l'affectivité dans le paradigme du Sensible en dehors de ma propre recherche de mestrado (Humpich J. , 2007), de mes communications orales et écrites (2008, 2009, 2010). Lorsque ce domaine est cité dans les travaux que j'ai consultés, la dimension processuelle de la vie émotionnelle et de l'affectivité dans l'expérience du sensible n'est pas explicitée, l'emphase est mise sur le vécu perceptif. L'usage du mot « sentiment » est très souvent associé au sentiment de de présence à soi[28], de sentiment de soi ou au sentiment d'existence (Bois D. , 2007)[29]. Les

[26] CERAP, www.cerap.org ; http://www.cerap.org/index.php/fr/revue-reciprocites#numeros

[27] Je précise que certains travaux sont répertoriés depuis 2001 et que ces derniers font partie de mon recensement.

[28] Cencig, D. (2012). L'expérience de la présence à soi vécue au contact du Sensible - Étude de l'apparition d'un sentiment de présence à soi au cours d'une séance d'introspection.

[29] Humpich, M. (2013). Enrichissement du sentiment de soi : les apports des pratiques et théories du Sensible. Actes du colloque Identité, altérité, réciprocité. Pour une approche sensible du soin, de l'accompagnement et de la formation. Université Fernando Pessoa (Porto), Point d'appui (Ivry-sur-Seine), Université du Québec à Rimouski.

termes « émotion » sont rares et celui d' »affectivité » est cité une fois dans l'ensemble du corpus de toutes ces recherches, et dans ce cas, il est associé à l'auto-affectivité[30].

Trois recherches (Cusson, 2010; Morgadinho, 2011; De Nardi, 2012) abordent la dimension émotionnelle de façon plus significative. La présentation faite reste cependant très généraliste et théorique. Deux d'entre elles citent quelques effets de la praxis du Sensible sur la dimension émotionnelle de la personne sans pour autant pénétrer l'expérience affective évoquée (joie, confiance, états d'âme, tristesse, estime de soi). Je note également un court passage dans son ouvrage « Le moi renouvelé » (2006) où Danis Bois décrit certains aspects de l'émotion[31]. J'ai relevé à quatre reprises l'usage du mot « empathie » ; ce concept est présenté et développé dans sa version habituelle. Mais il est aussi mis en contraste avec un concept spécifique et plus ciblée celui d'une empathie sous le mode du Sensible. Cet aspect est développé de façon plus poussée que toutes les autres manifestations pouvant appartenir à un répertoire sémantique de la dimension émotionnelle et de l'affectivité au sein du paradigme du Sensible (Rosier, 2006 ; Bois, 2007; B Villeneuve, 2011 ; Bourhis, 2012). Je puiserai dans ces sources pour alimenter le mouvement exploratoire de ma recherche théorique.

Comme le précise Philippe Braud **Source spécifiée non valide.**,

> il y a toujours de l'émotionnel pour teinter, même à un niveau infinitésimal, n'importe quelles relations de la vie sociale. (p. 161)

A la faveur de cette pensée et d'un état des lieux mettant en évidence une présence pour le moins ténue de la dimension émotionnelle et de l'affectivité dans les travaux scientifiques en lien avec la praxis proposée par la psychopédagogie perceptive, ma recherche constitue un apport certain pour le CERAP dans la mesure où elle rend compte et cherche à comprendre un aspect constitutif de la personne humaine et sociale.

Elle pourra compléter les études déjà existantes et alimenter une réflexion plus poussée sur l'espace émotionnel et de l'affectivité dans le champ philosophique, scientifique et pratique de la psychopédagogie perceptive. Cet aspect semble si peu exploité dans le corpus actuel ; ce constat me questionne et alimente la problématique

[30] Bois, D. (2008). De l'auto affectivité à la vulnérabilité : une praxis du sensible comme voie d'accès au corps biographique, 15ème Congrès de l'Association Mondiale des Sciences de l'Education, Thème Mondialisation et Education : « La formation des êtres humains à l'ère de la mondialisation ; Concevoir et mettre en œuvre une formation vivante et humanisante pour les individus et les collectivités, à l'échelle locale et planétaire », Université Cadi Ayyad, Marrakech.

[31] Passage repris lors de mon mestrado sur l'expérience de l'émotion dans le paradigme du Sensible (Humpich J. , 2007).

de ma thèse. Il assoit en quelques sortes la question principale de ma recherche et les objectifs qui la servent.

Tableau 1 : Tableau récapitulatif de la présence de mots relatifs à la dimension émotionnelle et de l'affectivité au sein du paradigme du Sensible depuis 2002 (à partir du pointage de toutes les activités de recherche répertoriées dans le site officiel du cerap. www.cerap.org. en janvier 2015)

	Nbre	**Titre**	**Sous - titre**	**Som-maire**	**Termes utilisés : Émotion/ sentiment/ affectivité/ empathie et/ou contexte**
Livres	16	0	0		
Articles, actes et communi-cation scientifiques	112	3	0		1x émotion 1x auto-affection 1x sentiment de soi
Travaux de recherche	83				
Santé	25	1	0	3	1x expérience émotionnelle, 1x sentiment de soi, 1x sentiment d'existence, 1x psycho-affectif, 1x empathie.
Education et accompagne -ment	52	0	0	10	1x intelligence émotionnelle, 1x apprentissage des expériences émotionnelles, 1x sentiment de soi, 1x ressenti de l'émotion, 3 x empathie, 1x tension identitaire et émotions, 1x être touché, 1x sentiment d'exister.
Théories et pratiques de l'art et de la création	6	0	0	1	1x émotions et perception 1 x empathie et expression
Articles dans la revue Réciprocité	32	1	0		La joie ontologique

6. PERTINENCE REVELEE A TRAVERS MON PARCOURS DE THESE AU SINGULIER-PLURIEL

Même si nous en avions envie, nous ne pourrions pas adopter une approche autre que celle que nous finirons par choisir. Ce qui nous engage, ce n'est pas le choix d'un terme, mais l'analyse déjà accomplie (…). Il y a déjà longtemps que nous avons choisi notre destination et notre chemin.
H.S. Becker

La mise en perspective que favorise la construction d'un récit émerge d'un paradoxal télescopage entre du passé et du futur à la faveur du questionnement présent.
Marie-Christine Josso

Bien que cette recherche prend sa source dans une expérience de vie questionnée, qu'elle est issue d'un bilan critique qui laisse voir en filigrane le rôle que joue dans ma vie, naïvement, périodiquement et structurellement l'affectivité et les émotions comme une constance de mon existence, on peut se demander en quoi une forme de récit à partir de l'évocation de *souvenirs-références* (Josso M.-C. , Expérience de vie et formation, 2011) peut trouver une pertinence dans ce premier chapitre et sa place dans cette recherche. Ce mouvement n'est-il pas redondant ou tautologique avec celui de ma pertinence personnelle abordée plus haut? La réponse est clairement négative car ce qui suit participe au premier mouvement de ma problématisation portant sur l'exploration de la dimension émotionnelle dans le champ de l'affectivité d'une étude au sein des théories et des pratiques du Sensible.

L'ampleur d'une recherche qui veut aboutir à une thèse comme celle-ci concerne un cycle de vie à part entière. Cette tranche de vie - durant laquelle on pose un projet, on met en place tous les éléments pour asseoir sa recherche, on écrit sa thèse, et, dans le meilleur des cas, elle est soutenue puis validée - est faite d'expériences formant en creux une réelle formation de soi. Pour que cela ait lieu, une « dé-formation » a dû s'opérer. Cette dernière a été plutôt radicale en ce qui me concerne. Des vécus ont contribué à initier de façon déterminante mes manières d'être en recherche. La force des événements rencontrés a mis du poids à ces expériences. Mon regard et mon attitude à l'égard de l'objet de la recherche lui-même s'en est trouvé altéré. Dès lors, je peux dire que ces vécus ont pris le statut de références fondatrices d'un rapport 'à propos de'. Je suis ému devant un tracé si improbable. Cela me démontre en définitive une intelligence des situations que l'investigation dans des paradigmes fondés sur la symbolique comme le tarot de Marseille, l'astrologie et le référentiel de naissance ou la numérologie ont soutenu le sens. Oui ! Des événements marquants et initiateurs de tournants de ma vie

m'ont affecté à un point tel qu'ils ont modifié le rapport à mon parcours doctoral et sa trajectoire elle-même. Lorsque je pose un point d'appui pour regarder l'évolution de mon 'être avec' ou de mon 'faire' cette thèse, des événements émergent. Leur tonalité émotionnelle et affective irradie tout le spectre des émotions, des sentiments et des états d'âme. J'ai côtoyé la joie, l'enthousiasme, la tristesse, la colère et la rage ; rencontré la curiosité, l'intérêt ; goûté à la joie d'amour comme à ses peines, celle des amitiés et des amours trouvées autant que celles perdues. J'ai vécu les sentiments de reconnaissance, d'admiration et de honte ; fréquenté la fragilité, la vulnérabilité et l'isolement. J'ai habité la forteresse de la confiance, de la sécurité, de l'estime et du respect. Je me suis approché de la désespérance et j'ai flirté avec le renoncement ultime. Je me suis rencontré dans des espaces thymiques inconcevables pour moi. Sans équivoque, toutes ces résonances affectives ont fait remonter à la surface des profondeurs de mon être, ces souvenirs 'à propos de mon parcours de vie de doctorant'. Pour Marie-Christine Josso,

> parler de souvenirs-références, c'est dire d'emblée qu'ils sont symboliques de ce que l'auteur comprend comme éléments constitutifs de sa vie [de doctorant]. Le souvenir-référence restitue à la fois une dimension concrète ou visible, qui fait appel à nos perceptions ou à des images sociales, et une dimension invisible qui fait appel à des émotions, des sentiments, du sens et/ou des valeurs. (…) Ainsi la construction de son récit de formation introduit une réflexion anthropologique, ontologique et axiologique. *(Josso M.-C. , Expérience de vie et formation, 2011, pp. 20, 21)*

Avançons maintenant dans la trace biographique constitutive de mon parcours doctoral jusqu'à ce jour.

Il m'a fallu arriver à la bordure de cet âge qui fend le siècle en deux pour voir la puissance de fond d'une sensibilité humaine, la mienne ; sensibilité mise à l'épreuve jusqu'à la brisure par un lot d'événements, de rebondissements et de transitions. J'en ai choisi certaines et d'autres m'ont traversées, laminées, défigurées, émerveillées. Il y a des inquiétudes ordinaires dont certaines n'en taraudent pas moins notre vie. Pour moi, cela prend la forme de quelques interrogations : que faire de la sensibilité affective éveillée au contact de la part Sensible en moi et de cette dimension que j'appelle souvent la dimension de « l'ému »? Qu'en ai-je fait et à quoi cela m'a conduit dans mon existence, dans mes relations? Comment répondre à l'urgence de ma propre congruence pour en faire une visée pour de ma vie présente et future et celle des gens que je rencontre sur mon chemin? En complément de mes pertinences personnelles, il m'a semblé incontournable de restituer quelques éléments biographiques et leur résonances car ensemble, ils se sont révélés fondateurs d'une manière de cheminer durant ces

presque six années de parcours doctoral, et bien avant aussi. C'est un pèlerinage dans le sens d'une longue marche où chaque pas rapproche le pèlerin de lui-même. A l'arrivée, la sensibilité du praticien-chercheur se vit transmutée. La recherche présentée ici a la vocation d'une voie (voix?) d'assumance de ma mue. Aujourd'hui, j'ai accès à une autre version de moi-même. Elle résulte bien de mon rapport à cette émotion du Sensible et de son articulation avec mes vécus relationnels, avec certains changements majeurs dans ma vie affective et réflexive. Ces changements sont liés à un processus de déplacements identitaires et de métissage.

Et puis… Le surgissement de ma paralysie faciale en avril 2013 est venu altérer en profondeur mon cheminement doctoral dans la mesure où elle a imposé une pause radicale durant plus d'un an - en raison de l'impossibilité de tout effort prolongé de lecture, d'écriture et d'exposition devant un ordinateur-. Une part de moi s'est vue stoppée net dans mon processus de recherche doctorale alors qu'une autre a tout de suite su le contraire. Quelque chose se jouait en amont de plus vital. C'était l'amorce consciente d'un nouveau rapport à un cheminement de libération de décennies de soumissions à des instances intérieures affectives. C'était plus que cela, puisque j'accédais à des compréhensifs transgénérationnels familiaux et culturels dont certains se sont élucidés avec une excursion – une incursion en famille devrais-je dire - au camp de concentration polonais d'Auschwitz en automne 2014, ce lieu où s'est incarné jusqu'à l'inconcevable le déni de l'ému. Avec le recul, je fais le constat d'un bouleversement de l'ordre établi, d'une cosmogonie affective venant transformer ma sensibilité et ma personnalité toute entière. Une suite d'accidents rencontrés sur la grande scène de ma petite vie au sens performatif proposé par Grotowski[32] a mis en mouvement ma manière de concevoir cette thèse, dans sa structure théorique, méthodologique et jusque dans son « écrire ». Pour le dire autrement, je m'y suis engagé depuis une posture radicalement nouvelle pour moi : ma vie ne serait plus au

[32] Pour Grotowski, la rencontre n'est pas seulement tournée vers l'autre, l'environnement, mais aussi vers l'acteur lui-même. Ce qui est mis à jour n'appartient ni à l'un, ni à l'autre, mais les relie ensemble dans une rencontre ouvrant sur une nouvelle forme du temps et ce dès lors que l'acteur engage tout son être, et pas seulement la façon de se présenter au monde. Voir, Jerzy Grotowski : L'eredità vivente, pp 121à 130 : http://books.google.ca/books?id=OoVUAwAAQBAJ&pg=PT146&lpg=PT146&dq=les+accidents+Grotowski&source=bl&ots=fybxbheLPQ&sig=yqooLLbVSGJWRUAzcAc0pOBzOPI&hl=fr&sa=X&ei=LyOHVJuaK5emyATszID4Bg&ved=0CCIQ6AEwAQ#v=onepage&q=les%20accidents%20Grotowski&f=false

service de mon doctorat. C'est plutôt ma thèse qui servirait ma vie dans le sens de faire advenir l'autorisation noétique[33] (Marquez, 2004) de l'homme ému que je deviens.

6.1 Confrontations à l'émotion du Sensible à travers mes vécus relationnels

En faisant l'inventaire des moments signifiants liés au mouvement de conception et de production de cette thèse, un certain nombre d'entre eux se sont imposés comme les éléments d'une trame menant à mes questionnements actuels et aux objectifs de cette recherche. Ils concernent des vécus relationnels de différents ordres, à différents niveaux et concernant plusieurs secteurs de ma vie. Je fais le constat de plusieurs confrontations liées en creux à des rapports évolutifs à une affectivité qui s'affine, se cherche, et qui parfois ne trouve pas son écho dans des contextes en souffrance. Le mot confrontation peut sembler fort. Je le valide car il met en évidence les rapports de ressemblance ou de différence à des plans de réalités variés sur lesquels se sont fondées des opinions personnelles par rapport à des enjeux singulier-pluriels de la rencontre avec la dimension émotionnelle et le champ de l'affectivité du Sensible. Ces opinions sont une forme d'adhérence affective conduisant à des cristallisations cognitives. Reconnaître ses attachements est une voie royale pour se détacher, se distancier sans se dénier. Il m'est apparu nécessaire de les réviser en les déposants au début de cette thèse. Je n'aborderai pas les événements vécus avant ma rencontre avec le mouvement interne, ni les premières révolutions que cela a créé dans ma vie[34]. J'ai volontairement défini mon investigation à une séquence de vie allant des premiers mouvements de l'entrée dans le champ universitaire des pratiques et théories du Sensible à nos jours. L'ensemble de ce parcours sur lequel je reviens me fait mesurer la grande aventure d'une vie, la beauté d'un parcours semé de joies et d'émerveillements, de rencontres improbables, de voyages et de déplacements inattendus, d'amours inconcevables. Vivre c'est aussi affronter ses démons, rencontrer des obstacles, assumer les moments

[33] Joëlle Macrez a consacré une thèse de doctorat en sciences de l'éducation autour de la question du cheminement et du processus d'évolution pour atteindre un mieux-être. L'homme noétique atteste de la possibilité d'une « progression vers la réalisation de soi, vers l'autorisation noétique,[et qui] semble entrer dans une démarche gradualiste, c'est-à-dire qui prend du temps, correspondant à une méthode de connaissance de soi ouvrant peu à peu vers l'évolution de la conscience humaine. Pourtant, paradoxalement, l'évolution de la conscience ne peut s'effectuer par accumulation de connaissances, elle se produit par l'expérience soudaine nous arrachant à l'état précédent où nous étions fixés ». http://www.barbier-rd.nom.fr/AutoNoetJMacrez.html

[34] Voir : Humpich, J. (2008). De l'homme émotionnel à l'homme ému. Conférence ESREA Université de Canterbury.

d'impuissance et de perte de sens. L'émotion y est là présente, saillante, éclairante sur le désir d'être, comme un élan habité de la présence de celui ou celle qui advient. Le désir choisit et est intelligent (Misrahi, 2014). En ouvrant mon regard sur ces espaces barrant mes désirs, ces moments si difficiles et parfois déroutant, en les déposants ici, j'ai le sentiment du devoir accompli d'assumance et de responsabilité. La liberté de se donner toute l'amplitude pour apprendre de l'expérience porte une source de connaissance de soi avant qu'elle ne le devienne pour d'autres. Ce mouvement a donné du poids aux tourments vécus tout en les déchargeant d'une émotionnalité égarée par l'ombre des tabous et d'une culture affective dont il est toujours risqué de sortir. Ces pas m'émeuvent car je sens qu'ils libèrent le chercheur d'une certaine façon. Je ne vois pas d'argument justifiant que ce mouvement n'a pas sa place dans le processus d'actualisation d'une recherche sur les émotions et le champ de l'affectivité. Le mouvement dans lequel je m'engage participe à l'avènement d'un chercheur impliqué souhaitant être pleinement sujet dans (et de) sa démarche scientifique.

6.1.1 Le sens et l'émoi chez le praticien-chercheur du Sensible

Penser de façon autonome, cela signifie réfléchir sa croyance
et son incroyance, sa confiance et sa méfiance.
Edgar Morin

La vie du désir n'a aucune raison de vieillir.
Philippe Sollers

La première confrontation remonte à 2001-2002 dans le processus de passage du praticien-clinicien au praticien réflexif et à celui du praticien réflexif au praticien-chercheur. Ces transissions ont constitué une nouveauté dans le sens d'une mise à l'épreuve de conduites bien ancrées et bien connues dans les pratiques de développement personnel, dont l'originalité reposait sur un mode de résonance à la fois basé sur une implication perceptive de sensations et d'états corporels – y compris d'états d'âme - et sur une mise à l'écart du mental. Ce retour à l'intellectualité a marqué une mutation majeure dans l'histoire du champ du Sensible en générant des résistances individuelles et collectives au sein d'une communauté entraînée à percevoir et à ressentir une dynamique interne invisible en élaguant toute forme de mentalisation. Comment articuler les ressentis et les émotions inhérents à cette nature d'intériorité avec une activité de type intellectuelle scientifique? Car si la réflexion était bien présente

dans l'enseignement de l'époque que je recevais et que je prodiguais, elle n'avait pas pour visée la recherche universitaire. La question s'est posée dans l'autre sens. Comment ne pas perdre l'accès au ressenti, à l'expérience corporelle en s'engageant dans un processus réflexif de cet ordre? A mon sens, le génie de Danis Bois repose sur ce point : créer une praxis réflexive qui ne renoncerait ni à l'un, ni à l'autre ; proposer une pratique de recherche ancrée dans le vécu du Sensible pour laisser émerger une pensée depuis une reliance au corps bien singulière. Il fallait accorder le vécu tout puissant à sa fonction d'intelligibilité de perceptions sensibles, accorder une place à la sensation dans la genèse du sens, miser sur la donnée immédiate et lui donner sa valeur sémantique. En allant à contre sens de la prescription scientifique qui prône une mise à distance du chercheur face à l'objet de sa recherche, le sujet-chercheur du Sensible inaugure d'une certaine manière une conduite affective particulière dans laquelle l'émoi du corps et le sens ne rentrent pas en concurrence. Au contraire, ils s'ouvrent à un espace « en mode création ». Il s'agit d'un renversement paradigmatique du cogito cartésien à la faveur de cogitos Sensibles « je sens donc je pense » et « je suis ému du sens qui émerge donc je suis ». Ainsi comme le précise Danis Bois :

> Ce qui est perçu n'a tout simplement pas d'équivalent dans le monde du visible : une sorte de mouvement sans déplacement qui défie la trop grande précision du langage, une intensité qui se déploie partout et nulle part à la fois, (…) la réalité de la chose perçue débordant de loin l'exprimable. La philosophie du sensible que je prescris nous invite à réduire la distance entre l'objet et le sujet, entre le corps et la pensée corporalisée, entre perception et pensée. La pensée est perception ; la pensée habite l'émotion, l'âme de l'émotion nourrit la pensée. On touche l'objet et on est touché par lui. On devient le mouvement et on se laisse toucher par lui. C'est alors le sensible, l'accès au goût de l'absolu, au goût de soi dans ses moindre détails, au goût de la vie, en tant que principe d'existence absolu, qui émerge du silence dans la majestueuse lenteur d'un geste incarné. *(2001, pp. 138, 139)*

C'est dans ce parcours singulier-pluriel qu'est venu se loger mon questionnement sur la place de l'émotion et l'existence d'une nature d'affectivité inédite en lien avec la praxis proposée en somato-psychopédagogie. Sur un autre versant, un questionnement à bas bruit pointait l'accordage de la dimension émotive du Sensible avec une vie relationnelle, sociale et professionnelle de ma propre personne et de celles que je suis amené à accompagner ou à côtoyer.

6.1.2 Une rencontre d'âmes : ouverture culturelle des émotions et de l'affectivité

Mon âme entière est un cri et mon œuvre – l'écho de ce cri.
Nikos Kazantsakis

En 2004, contre toute attente, une rencontre d'âme allait bouleverser mon existence sur tous les plans ou presque. Pour la deuxième fois dans ma vie, en l'espace de cinq mois, je quittais une relation dans laquelle j'étais engagé depuis plus de dix ans sans pouvoir dire que l'amour y était devenu absent ou ennuyant. Je quittais une région, un travail, un pays et sa culture. Un père s'éloignait de ses enfants au moment où l'un d'eux avait réussi à se rapprocher de l'habitation qu'il allait quitter. Pour certains, il semble que les changements de paradigme demandent de repartir à zéro et de battre en brèche des certitudes acquises, des élans et dans des efforts insoupçonnés. Fallait-il que l'appel soit de l'ordre de la vie elle-même ! Le moment-clé de cette transition de vie a été initié par un fait de connaissance face à une personne dont l'accès à la pureté d'âme me traversait dans un genre de fulgurance qui brise net comme un sabre de samouraï dix ans de conduites affectives et amoureuses. Je me suis entendu dire ces mots, comme un mantra : « Je ne tricherai pas avec cette personne, ni avec plus personne d'autre d'ailleurs, je ne me cacherai plus ! ». J'ai su que ma vie d'homme et d'amoureux prenait radicalement une autre direction. Le rapport à mon affectivité, c'est-à-dire, à ce qui donnait sens au terme « aimer » et à mon appétence à être aimé prenait une autre voie. Je me mettais à nu dans une forme d'authenticité et de transparence. Dans une vulnérabilité consentie, l'accès à un désir d'altérité inédit s'offrait à moi. Tout dans mon être poussait vers une promesse : celle de la conversion de l'amour de l'autre à l'amour en soi dans des espaces nouveau (Misrahi), celle de se voir miroiter un Moi différent. Instant de révélation et de création où le mot « impossible » sort du vocabulaire. L'inconcevable prenait corps, une décision venait d'être prise en amont de toute rationalité tout en la construisant, depuis un 'ailleurs et autrement' dans mon émotionnalité. Quelque chose en moi savait qu'un destin se présentait là. C'était ce chemin, un travail émotionnel m'attendait. A la clé, une nouvelle manière de me vivre et de vivre ensemble me tendait la main. J'avais à le découvrir en me laissant faire, en laissant mon cœur et ses raisons en mutation se soumettre à l'appel de l'âme - je ne vois pas de terme plus ajusté –. L'émotion était à la fois cette émotion du Sensible avec les ingrédients que je connaissais, mais fait nouveau, elle s'accompagnait – plus

précisément, elle émergeait d'un lieu, d'une partie de moi inconnue. Je la qualifie d'une émotion profondément humanisante. J'étais ému, j'étais un homme ému par la grâce d'un grandir qui ne se décide pas, qui ne s'espère pas non plus car hors de l'horizon de ma conscience. Mais ce grandir-là ne peut se faire seul, il a besoin de l'autre humain assis dans son humanité plus verticale que la mienne à cet endroit que je voulais atteindre, parfois la plus candide aussi. Je peux dire qu'à ce moment précis, lorsque rejoint par la lumière de l'émoi, l'homme se présente à son humanité humanisante (Honoré 2011) et réalise que prendre soin du cœur de l'autre et d'une cosmogonie affective culturellement différente de la sienne se révèle être une voie profondément soignante pour son propre cœur et une issue pour s'extraire de l'enclos rétréci de sa propre culture affective. Une mobilité émotionnelle (Natalie Depraz, 2007) amorçait une manière différente de conduire ma vie d'homme en relation. Une nouvelle version de l'homme amoureux était en train d'émerger. Faisais-je l'expérience décrite par David Le Breton ?

> Comprendre la culture affective des autres implique (…) de se déprendre de ses routines de sens, et de percevoir sa propre affectivité comme une trame de significations et de valeurs associées à des circonstances. (2007, p. 96)

Dix ans après la réponse est sans appel. Oui, sans hésitation aucune, je m'étais engagé dans la voie impliquante, celle de la multi culturalité qui décolle douloureusement certaines structures d'attachement. Oui, dix ans plus tard, au moment d'écrire cette thèse, ma gratitude est grande pour les premiers pas audacieux et confrontant inspirés par l'émotion du Sensible, ceux d'un sujet ému embryonnaire.

6.1.3 Désirs et représentations d'une éthique du vivre-ensemble à partir du Sensible : une utopie?

Adapte-toi au lot qui t'a été assigné; aime les hommes que le sort a désignés pour vivre avec toi; mais aime-les d'un amour véritable
Marc-Aurèle

Si le cœur de l'homme ne déborde pas d'amour ou de colère, rien ne peut se faire dans ce monde
Nikos Kazantzakis

En préambule, voici une première proposition de définition du 'lieu du Sensible' afin de prendre la mesure du terrain d'accueil particulier de ma personne en transition de résidence géographique et culturelle. Le « lieu du Sensible » est un lieu d'expérience, un vécu tangible au sein d'une expérience corporelle où s'entrelacement des processus

perceptifs, affectifs, cognitifs et relationnels. Après quelques années d'immersion, cet univers expérientiel est devenu pour moi le terrain d'une sensibilité particulière qui ne se restreint pas au stricte moment d'un soin, d'une pratique gestuelle ou d'une introspection, ni à mes moments professionnels. C'est une manière d'être en existence, de m'y engager, d'y résonner, d'y raisonner, de se mettre en relation dans

> un 'tout de moi', une 'substance' de mon être uniformément répartie dans l'ensemble du matériau de mon corps et qui résonne aux impressions de diverses natures qui m'affectent. (…) ; à son contact on vit une palette infinie de qualités de présence à soi-même, à son expérience, on rencontre un degré de malléabilité ou de densité intérieure, on aperçoit mieux ses états et ses changements d'états, on capte d'autres pensées, sentiments et souvenirs vivants… Le Sensible dévoile ainsi une manière subtilement nouvelle de se laisser toucher par la vie, la nature, les situations et les êtres. (Berger E. , 2009, p. 169).

On comprendra mieux les enjeux de la rencontre d'une réalité sociale, d'une dynamique socio-professionnelle et communautaire sur le terrain de la sensibilité et de l'émotionnalité qui était le mien.

Dès 2005, je décidais de m'installer et vivre dans un pays étranger européen dont la terre et la culture aux frontières de l'orient combinait le réel exotisme à une proximité (assez illusoire en définitive) de mes racines françaises. Je vivais à la fois la jubilation et l'émerveillement ensoleillé de la terre foulée par le poète N. Kazantzakis. Les cultures affectives françaises et le grecques, bien qu'européennes, montrent des singularités dans leur manière de se vivre et de se partager. Je rencontrais avec surprise certaines conduites affectives bien différentes de celles que j'avais côtoyées depuis plus de quarante ans. Il suffit de se trouver dans un taxi jaune à toute heure de la journée ou de la nuit, de voir des mères s'adressant à leurs enfants, des femmes réunies dans un « cafénéo[35] », ou d'être plongée dans les préparatifs de fêtes, pour prendre la mesure de l'écart dans les comportements verbaux et physiques liée aux vécus émotionnels et à leur partage social. Je synthétiserais de façon un peu caricaturale que je rencontrais une affectivité à fleur de peau, une attitude propre à l'amitié et à l'accueil, une *filoksénia*[36] qui fait la fierté de chaque grec. Je ne me suis jamais lassé d'écouter, de voir, de ressentir pour mieux accueillir ces façons d'être ému(e)s et me métisser à une économie affective qui me semblait sous certains aspects si étrangère à mes manières de me ressentir, d'exprimer mes émotions et en définitive, de faire fonctionner ma raison. Quelle fraîcheur que d'emprunter d'autres voies que celles rabattues depuis des lustres !

[35] Ce sont ces cafés en forme de terrasses ouvertes abritées ou non du soleil.
[36] Terme que l'on peut traduire par « hospitalité ».

Quelles joies d'y parvenir à la faveur d'un langage devenu un peu le mien après quelques années ! En sortant de mes cultures – car elles sont de plusieurs ordres -, j'ai compris par l'expérience de l'étranger que j'étais, combien pensées et affects se combinaient pour former toutes nos conduites sociales, sans exceptions. Mais précisément, qu'en était-il de l'immersion du Sensible et de ma manière de transporter mon rapport au lieu du Sensible dans une culture grecque? A la lumière de mon expérience de formateur et de praticien en psychopédagogie perceptive, mes conclusions dans l'espace expérience de la pratique s'aligneraient sur la position de Paul Ekmann qui prône pour l'universalité des émotions. Sans avoir fouillé cet aspect, les manières d'être impliqué, puis d'être touché et de résonner dans l'enceinte de l'univers praxique du Sensible me sont apparues assez similaires à celles que je connaissais en France, en Suisse ou en Amérique du nord[37]. Ce constat alimente l'hypothèse que la dimension émotionnelle du champ de l'affectivité du Sensible, si elle existe, *serait une dimension racine dans (de) l'homme*.

Mais abordons un tableau moins idyllique de mes expériences franco-grecques. Des confrontations sont apparues que je relie à l'écart entre mon désir et mon rapport à la représentation – voire l'utopie - d'une éthique d'un vivre- ensemble sous le mode du Sensible et la véracité de distorsions de différentes natures. Je me suis trouvé devant des dynamiques relationnelles insolubles pour mon profil de personnalité, mes compétences interpersonnelles de l'époque, mais aussi en raison de cette « hyper sensibilité » née d'un lien racine avec soi. Le mur sur lequel se sont écrasés mes rêves d'être un fidèle représentant d'une discipline d'éveil à la conscience de soi, d'élévation de la qualité de la réciprocité entre humains, de régulation des modes de communication, a longtemps questionné l'homme français et multiculturel en formation comme le praticien, le chercheur en sciences sociales et l'accompagnateur du changement humain. Plus qu'avoir été questionné, cela a hanté certaines de mes nuits grecques pendant des années. Par moments, j'ai pu faire l'expérience des assertions du philosophe stoïcien Marc Aurèle :

[37] À ce propos, une étude transculturelle sur les manières d'être affecté sous le mode du Sensible aurait assurément son intérêt pour mieux cerner tous les apports et certains des enjeux de l'exportation de nos formations en psychopédagogie perceptive à l'étranger. Le champ des pratiques et des théories du Sensible est présent dans de nombreux pays : France, Allemagne, Suisse, Pays Bas, Belgique, Norvège, Italie, Grèce, Liban, Angleterre, Roumanie, Brésil, Canada, États-Unis d'Amérique.

> Adapte-toi au lot qui t'a été assigné; aime les hommes que le sort a désignés pour vivre avec toi; mais aime-les d'un amour véritable.[38]

Dans ces moments je goûtais effectivement à un havre de paix lié à un vivre ensemble auquel j'aspirais profondément. Il n'était pas question d'y renoncer.

Dans certaines situation, tout cela était vain et je n'arrivais pas à saisir le mystère des dynamiques d'alliances qui se jouaient à mon insu entre pouvoir rentrer en relation sans renoncer au conflit, savoir une théorie et ses fondements de mise en dialogue entre deux personnes, et être impuissant à incarner ce qui avait de la valeur à mes yeux. C'était bien dans moi qu'il fallait trouver un moyen pour concilier un vivre dans lequel l'accès à une affectivité si bienveillante sur un plan ne trouvait pas son prolongement dans le vivre-ensemble dans des situations interpersonnelles, groupales ou socio-professionnelles au sein de cultures affectives différentes. Par exemple, j'étais confronté à des décisions d'organisation et de propositions de travail pédagogique et professionnel dans lesquelles je savais le contexte relationnelle trop conflictuel pour permettre un climat de confiance suffisant pour l'accès à une qualité de réciprocité entre les participants. Face à cette difficulté et à son non-dit, je me sentais tiraillé dans des actions de formation où se vivaient des tensions insupportables sur un plan et un calme déroutant à certains moment. La co-présence de deux climats aussi opposés dressait un paradoxe difficile à intégrer pour moi. Ceci étant posé, je ne pense pas que le défi de l'inter culturalité - qui j'en conviens, a joué son rôle – donne sens à mes affrontements internes et inter personnels. Une autre voie était à creuser. Tout en reconnaissant la dimension personnelle, j'avais la conviction de toucher à quelque chose de plus générique, de l'ordre d'un universel.

En entreprenant une recherche de Mestrado sur la résonance et l'implication dans l'expérience extra quotidienne en somato-psychopédagogie, je voulais mieux comprendre de quoi était fait cette « expérience émotionnelle brute » du Sensible – Danis Bois emploie le terme de sauvage associé à l'expérience du Sensible[39] –, comment elle se déclenchait et éventuellement, quels étaient les impacts sur la vie quotidienne qui pouvaient être répertoriés. Chemin faisant se dessinait pour moi deux univers distincts et progressivement plus difficilement conciliables. Le premier était disponible sous des contextes bien précis correspondant aux protocoles d'accès mis au

[38] Maël Goarzin, "Assentiment au destin et amour véritable (Marc-Aurèle) – Avril 2014". Publié sur *Comment vivre au quotidien?* le 23 juin 2014. Consulté le 24 juin 2015. Lien: http://biospraktikos.hypotheses.org/1518.

[39] Traduction anglaise du livre « Le moi renouvelé » (Bois, 2014)

point par un travail élaboré depuis plus de quinze ans : les pratiques du Sensible *intra-muros* si je peux le dire ainsi. Le deuxième me montrait à l'évidence l'impossibilité d'une intégration de ces pratiques avec certains contextes. La difficulté de leur mise en place au sein de dynamiques interpersonnelles et systémiques se révélait problématique. Je me retrouvais au milieu de conduites affectives et relationnelles délétères dans lesquelles j'étais un acteur créant autant de souffrances autour de moi que celles qui m'assaillaient. Je me trouvais bloqué dans un cul de sac, en confrontation avec une forme de double contrainte évoquant certaines alliances présentent dans les familles dysfonctionnelles. Des attitudes agressives ou d'abattement, des comportements ambigus ou d'évitements manifestaient de toute évidence de la détresse et de la perte de sens. Ces contextes généraient de grandes souffrances psychologiques et émotionnelles.

En colère ou désillusionné devant ce que je jugeais être une injustice, je constatais en moi et autour de moi des blessures profondes et des liens mis à rude épreuve. A cet endroit, je me sentais impuissant, parfois coupable et souvent mal compris. Ces épreuves ont confronté mon rapport à une philosophie du Sensible telle que je me l'étais forgé depuis une quinzaine d'année. En effet, à quoi bon alors rencontrer une expérience qui mette la personne, le groupe en lien avec une confiance absolu, en contact avec un sentiment d'existence d'où émanait de l'amour et du respect ! Il y a dans l'expérience de l'absurdité un ressort salutaire : vouloir en sortir coûte que coûte, qu'importe le prix à payer.

6.1.4 Premier contact avec le champ des pratiques psychosociales rimouskoises[40] : touché par l'humain, ému par un engagement dans l'accompagnement de la personne et par un art de la reliance en période de crise.

Si vous voulez vraiment comprendre quelque chose, essayez de le changer
Kurt Lewin

Lors du congrès européen de fasciathérapie en 2005, j'ai eu l'occasion je suivre la communication de Jeanne-Marie Rugira[41] sur la souffrance, le stress et la résilience.

[40] La spécificité de ce groupe de praticiens-chercheurs de l'université du Québec à Rimouski (UQAR) tient en partie au fait de « faire des liens signifiants entre les fondements théoriques, axiologiques et pratique de la somato-psychopédagogie et leurs pratiques en psychosociologie » (Gauthier, Lapointe, Léger, & Rugira, 2009, p. 271).

[41] RUGIRA, J-M. (2005) L'accompagnement du stress post-traumatique par la médiation du corps en mouvement : les quelques conditions de résilience. Conférence prononcée dans le cadre du Congrès Européen de Fasciathérapie tenu à Bruxelles, sur l'accompagnement du stress, de la douleur et de la

La conférencière décrivait comment le rapport au corps Sensible avait bouleversé une vision et une gestion d'enjeux émotionnels, existentiels et spirituels cristallisés dans des somatisations. Elle évoquait également quelques répercussions de ses découvertes sur les pratiques psychosociales et la place du corps senti dans la formation en intervention sociale. J'accédais à une compréhension différentes de la genèse de mes conflits intra et interpersonnels. Le métissage de visions issues à la fois de l'anthropologie, de la systémique et de la psychosociologie, métissée à l'expérience Sensible, ouvrait des compréhensifs et des outils d'accompagnement et de reliance qui m'apparaissaient être de vraies bouées de sauvetage à mes problèmes. J'étais mobilisé par une dimension humaine singulière et dans laquelle je me sentais profondément interpelé parce que profondément rejoint. Une empathie immédiate avec mon humanité me troublait. Dans un témoignage poignant, j'entendais la mise à l'épreuve d'un système de croyance, la naissance d'une vocation, la quête d'une vie. J'étais frappé par la facilité avec laquelle cette personne osait l'exposition d'elle-même, par une forme 'd'auto-accueil' et le partage de la dimension émotionnelle de cette formatrice et intervenante. Indépendamment du côté dramatique de ce qui était évoqué, l'effet de ces aptitudes que je remarquais était palpable dans l'écoute et la réception du public présent dans la salle. J'avais le sentiment de voir à l'œuvre le résultat d'un travail biographique que je ne connaissais pas, les fruits d'une traversée affective humanisante reliant le cœur, le corps et l'esprit. Le travail dialogique propre à la psychosociologie montrait des compétences relationnelles, des aptitudes à réfléchir, à se responsabiliser par rapport aux pensées et aux actions dans un projet qui vise le développement du savoir-vivre-ensemble. Momentanément, je quittais une culture du rapport à l'adversité relationnelle qui était la mienne, centrée sur l'échec du rapport à la subjectivité invisible pour résoudre mes problèmes. Des voies de facilitation et de résolution se dessinaient-elles? Une métaphore illustre à merveille une prise de conscience majeure. Face aux problèmes évoqués plus hauts, c'est un peu comme si je m'étais prescrit un antibiotique pour soigner une entorse à mon genou. Visiblement des choses essentielles m'avaient échappés. Je réalisais que certaines souffrances ou blessures ne concernaient personne d'autre que moi et que, sur un autre versant, je n'avais aucun pouvoir sur les souffrances ou les blessures des autres. Sans pouvoir soupçonner le devenir de cette rencontre à

---

souffrance. Mai 2005. J.M. Rugira est professeur et directrice des programmes au département de psychosociologie et travail social de l'université du Québec à Rimouski (UQAR).

plusieurs niveaux de réalité, je savais qu'elle allait être décisive pour moi. Agnès Noël décrit bien ce que j'étais en train de réaliser :

> Au fur et à mesure que je pénétrais les subtilités du travail dialogique en psychosociologie, j'observais que j'avais toujours cru que le développement de la perception et de la présence à soi devait automatiquement déboucher sur un meilleur rapport aux autres. Je découvrais avec étonnement que la dimension du rapport à la réflexion, à l'action incarnée au quotidien et celle du rapport à l'autre, ainsi que du rapport au monde, et celle du savoir-vivre-ensemble étaient éducables et exigeaient des situations pédagogiques spécifiques. *(2009, pp. 307, 308)*

Rien dans mes défis ne concernait l'expérience du Sensible comme je le pensais, mais certains aspects de mon rapport à elle devait être revisité. Cette rencontre décisive se plaçait au début de mon cursus de mestrado en psychopédagogie perceptive à l'université moderne de Lisbonne. Par la suite, Jeanne-Marie Rugira faisait des interventions dans ma formation universitaire, ce qui me permis de rencontrer de plus près l'esprit qui animait ce qui aujourd'hui est convenu d'appeler l'école de Rimouski. L'intérêt présent pour la construction et le travail de reliance entre les personnes ou au sein du groupe tel que je le découvrais dans cette communauté m'ouvrait des perspectives nouvelles et des compréhensifs qui apaisaient mes préoccupations du moment. Je rencontrais une culture affective différente que celle d'où je venais. Ce décalage était tout bonnement soignant pour moi. Il me sortait de mes manières de penser la relation à soi en m'invitant à questionner le rapport à l'autre, à son expérience ou son point de vue. Je suis tombé en amour avec des outils que je découvrais lors de mes voyages plus réguliers à Rimouski. Chemin faisant, je m'insérais dans un réseau de chercheurs investis dans l'éducation et la formation pour adultes, mais aussi dans le travail herméneutique en histoire de vie

6.1.5 La place de l'émotion dans la présence à soi et en relation : rester en contact !

Passer à côté d'une seule personne, de ce qu'elle est et amène avec elle, c'est un drame pour la conscience. (...) Chacun de nous étant une personne humaine, passer à côté de soi-même est un drame encore plus grand

En accompagnant des gens, j'ai acquis la certitude qu'il y a au cœur de toute personne quelque chose, un propos, une intentionnalité,
qui se déploie graduellement à
travers les gestes posés.

Il suffit d'apprendre à écouter, entendre, et consentir.

André Paré

En Europe, j'avais fini mon mestrado depuis quelques mois à peine et trouvais l'occasion de présenter les fruits de mon travail à un colloque de l'ESREA à l'Université Christ Church de Canterbury[42]. L'intérêt de la dimension affective dans les champs des sciences de l'éducation, celui des histoires de vie ou de la formation des adultes faisait l'objet d'un consensus chez tous mes collègues chercheurs français et étrangers que je questionnais. Ces rencontres alimentaient ma curiosité pour d'autres cultures scientifiques que la mienne toute naissante. Elles nourrissaient ma 'foi' à pousser mes efforts plus loin. Je mesurais la portée de mon objet de recherche dans l'enrichissement des champs de l'accompagnement de la personne et du potentiel humain. Je me sentais à l'aise et en affinité avec une éthique du vivre avec son histoire et celle des autres telle qu'elle se présentait à mes yeux dans ce colloque du réseau des histoires de vie. Pour autant, je ne trouvais pas grand nombre de recherches et de communications spécifiques sur le sujet qui me passionne : le corps et les émotions. Je n'arrivais pas à croiser une seule personne habitée par la même obsession que moi comme je l'espérais secrètement. En juillet 2008, mon vœu fut exhaussé en quelque sorte durant une université d'été sur l'accompagnement en somato-psychopédagogie et sur les pratiques de l'émergence du sens. Dans cette rencontre organisée en partenariat entre l'UFP, Point d'appui et l'UQAR, plusieurs intervenants réputés dans la province québécoise pour leur contribution au développement de ces pratiques étaient invités. C'est dans ce cadre que Jeanne-Marie Rugira me présenta André Paré[43] qui est vite devenu un ami cher et quelqu'un auprès de qui ma pensée reste toujours stimulée. Je me souviens de ma première rencontre avec André, une heure à peine avant une conférence

[42] C'est sous l'impulsion de Marie-Christine Josso - la directrice de ma thèse, déjà présente lors de mes premiers pas de chercheur-conférencier -, pilier de la recherche européenne en histoire de vie et membre active au sein de ce réseau de recherche biographique pour l'éducation des adultes, l'ESREA (Société européenne de recherche en éducation pour les adultes), que j'ai pu donner ma première conférence universitaire. J'entrais dans un réseau qui m'était inconnu et qui m'a accueilli avec enthousiasme ainsi que ma recherche sur l'ému sous l'angle du Sensible. Voir sur le site www.cerap.org : Humpich, J., (2008). Changement des représentations et du rapport à l'affectivité de l'homme ému : De l'homme émotif à l'homme ému au contact du Sensible, Symposium ESREA 2008, Canterbury, UK.

[43] André Paré est l'un des précurseurs de l'enseignement de la psychopédagogie au Québec. Professeur à la Faculté des sciences de l'éducation de l'Université Laval, rattaché au Centre Pilote Laval, dans le cadre du projet REPERES du ministère de l'Éducation du Québec et de l'Université Laval ; il a été directeur du Projet d'intégration de la formation (PIF), responsable des stages intensifs du baccalauréat en enseignement primaire, directeur des études avancées en psychopédagogie et directeur des programmes d'études supérieures en psychopédagogie de la même Faculté. Il est auteur de nombreux articles, traductions et publications. André Paré a été collaborateur dans un centre de ressources pour homme, 'Autonhommie', centre de ressources pour hommes à la ville Québec. Pour finir, il est un artiste sculpteur (bois) de grand talent.

qu'il donnait sur le thème des émotions et de la présence. Nous avions échangé nos résonances sur ma recherche, sur les questions de l'identité, du Soi, en lien avec l'émotion. J'étais fasciné devant la pertinence des propos que j'entendais et la richesse d'un regard animé par des influences variées comme celles de l'approche rogérienne que je connaissais un peu et d'autres totalement inconnues comme celles de Yves Saint Arnaud (2004, 2009) ou de Roberto Assagioli (1997). Je découvrais un praticien et un pédagogue de génie qui contenait la force et la maturité d'une vie consacrée à l'exploration et la mise en place de méthodologies pour développer la conscience des gestes en formation, faire advenir des personnes et des groupes dans des hauts niveaux de production de savoirs-être et de savoir-faire en situation d'enseignement. Sa vision et sa manière d'aborder l'émotion humaine, de questionner la subjectivité dans ce qui construit la présence en formation et en thérapie - en lien avec le paradigme de la psycho synthèse et des années de pratique de formation de formateurs - m'apportait un éclairage nouveau dont le light motif pourrait de façon caricaturale se résumer en une consigne : « reste en contact avec ce qui phénoménalement se présente ! » Par similitude, différence et points de divergence, j'accédais plus clairement aux spécificités, aux points forts et aux partis pris de la praxis proposée en psychopédagogie perceptive. Par exemple, *l'investissement phénoménologique de l'expérience corporelle et dans la chair rend accessible des rencontres avec soi dans une dimension ontologique assez unique.* La subjectivité corporelle convoquée porte en elle un mode *d'auto régulation et d'auto révélation de soi unique* lui aussi. Sur un autre versant, le choix affirmé de ne pas porter l'accent sur des dimensions phénoménales de l'émotion de la personne ou du groupe ne permet pas de porter à maturité une dimension constitutive de la personne et laisse la personne émotionnée, son autorisation à vivre et à se manifester en suspension. En effet, en enjambant certains vécus émotionnels, le sujet Sensible ne prive-t-il pas une connaissance essentielle à la vie relationnelle et sociale? En se privant de leurs explicitations voire leurs expressions, qu'advient-il du sujet émotionné? En centrant l'effort sur l'accès au 'lieu du Sensible', la personne se met à l'abri de turbulences affectives, ce qui comporte bien des avantages qui ne sont pas discutés ici. Ce faisant, que faire quand ce lieu n'est momentanément pas accessible? Comment rentrer en dialogue avec un autrui qui n'est pas outillé pour se mettre à cette fréquence sensible? Bref, une série de questions anciennes et certaines, bien nouvelles, surgissaient. Cela ravivait mon rapport à des inaccomplis personnels, professionnels, existentiels tout en plaçant des enjeux et promesses pour le futur.

Je tissais un lien évolutif avec une figure de la psychopédagogie québécoise. Dans mon cercle rimouskois, je m'en rendais compte en écoutant certains de mes ami(e)s. A peine, je prononçais le mot d'André Paré, des yeux s'allumaient, des sourires fendaient un visage jusqu'aux oreilles ou des soupirs de contentement témoignaient l'empreinte d'une œuvre humaine et socioprofessionnelle. Cet homme si généreux, aux résonances paternelles (ou/et de mentor) non dissimulées pour moi, me révélait des éléments nouveaux pour ma réflexion sur la dimension émotionnelle dans le métier de l'accompagnement du sujet Sensible. Je trouvais une vision systémique de mes enjeux relationnels du moment, de quoi alimenter ma quête de compréhension de ce phénomène au sein de mon métier et de ma vie. L'ensemble élargissait mon regard sur des dimensions autobiographiques de mon parcours doctoral. Ce que j'entendais, vivais, réanimait un désir premier, ontologique, une motivation première : oser rêver un monde cultivant un savoir vivre ensemble propice à une érotique du bonheur (Misrahi, 2014). Oui, c'est bien ce précieux-là que la présence d'André m'invitait à regarder depuis une orientation un peu différente :

> La présence que l'on est capable d'accorder à une personne, à sa spécificité, à son unicité, à ses ressources, aux mouvements de déploiement qui cherchent à poindre en elle, est ce que l'on peut apporter de plus important en éducation.[44]

Avec cette valeur ajoutée, je me trouvais en congruence avec une quête initiale trouvée dans la praxis du Sensible : accompagner la personne dans son plein potentiel, l'accompagner dans des défis du changement.

L'itération de difficultés d'intégration de l'expérience du Sensible dans les secteurs de ma vie relationnelle humaine poussait mon questionnement et l'ouverture sur le champ de ma connaissance pédagogique. Elle ne pouvait venir que de moi, praticien certes, mais avant tout, une personne en vie entourée d'autres personnes en vie. En analysant ma propre pratique du vivre, je devais accepter que malgré ma théorie professée de la neutralité active dans mes accompagnements, sur un certain plan, la relation à l'autre – en particulier, celle affective –

> se matérialise à travers une pratique qui n'est jamais neutre. Elle porte toujours à un niveau caché la profondeur des personnes en présence. (…). Au niveau de la relation entre les êtres, qui peut prétendre être formé? Chacun est dans son mouvement de croissance, c'est inévitable, et cela ne se termine jamais. (*Ibid.*)

Ce constat me soulageait sur un plan, me paniquait sur un autre. Adhérer à cette pensée, s'était apprendre à aimer autrement l'incomplétude : la mienne, celle des autres,

[44] Allocution prononcée par A. Paré à l'Université de Sherbrooke le 10 octobre 1998.

celle de ma communauté, de mon enseignement, de nos formations. Je devais être plus patient, plus tendre avec les réalités relationnelles rencontrées. Je prends à mon compte la pensée de Fabrice Midal quand il affirme que la tendresse est le plus haut degré d'amour (Midal, 2013).

Je soignais une attitude, appliquais un point d'appui de présence en restant au contact avec ce qui me dérangeait le plus, en ne fuyant pas, en ne m'identifiant pas non plus à ce qui émergeait, mais je restais là à maintenir la présence et à écouter. Repérer ce que cela me faisait et où cela agissait sans aucune censure de ma part. En appliquant cette posture proche d'un agir ce que je pratiquais déjà, je permettais la co-présence de plusieurs réalités émotionnelles et affectives. Je m'ouvrais à différents besoins naturels de ma personne et des personnes que j'accompagnais sans prioriser l'un ou l'autre aspect. J'observais comment cette attitude me redonnait du pouvoir sur ma propre vie, ma propre créativité, ma propre liberté. Ce que je rencontrais alors trouvait une filiation avec les pratiques psychosociales rimouskoises, sans nier pour autant mes 'origines Sensibles'. Je n'étais pas dupe. En empruntant de nouvelles avenues épistémologiques et méthodologiques, j'osais une liberté de penser et d'agir. Ce travail me mettait en contact avec une gestion du conflit de loyauté vis-à-vis de ma propre communauté d'appartenance du Sensible. Chemin faisant, je devenais le témoin et le complice d'un mouvement de métissage alimentée par une intentionnalité du 'plus être' qui aspire à un monde 'autre' (Barbier R. , Une philosophie de la formation des adultes en France, 1998)[45]. Je me sentais intimement à l'œuvre – en cours d'« oeuvrement » - dans mon cœur, mon être pensant, percevant et ressentant. Je m'appropriais un champ de perception et avec lui, une familiarisation construisait un cadre nouvellement pertinent à la mise en jeu de mon attention. « L'attention est une affection des sens (…) » (Depraz N. , 2014, p. 86). Ce phénomène interne est venu élargir le spectre de mes sensations formant une nature d'attention singulière parce qu'elles devenaient plus vives que d'autres. Une gestalt naissait en réponse à une structure de l'environnement perceptif relationnelle et social. Certaines personnes de mon entourage étaient témoin de ma croissance dans le champ de l'affectivité et des effets dans mes conduites sociales. Depuis ce glissement, une question émergeait à bas bruit : comment développer une pratique pédagogique qui soit en cohérence avec ce que je sentais et ce que je pensais? André Paré me répétait souvent cette phrase que je martelais dans ma conscience :

[45] Voir aussi : http://www.barbier-rd.nom.fr

> La pratique quotidienne, les gestes les plus simples que nous posons sont porteurs de nos théories les plus profondes (…). Souvent ces théories sont en contradiction avec ce qui est dit. J'en suis venu à croire qu'il est plus important d'entendre ce que les gens font dans la relation avec nous que d'écouter ce qu'ils disent, ce qui peut être parfois très beau, mais à l'occasion fort étourdissant. (Paré, 1998)

6.1.6 L'audace des premiers pas

C'est la nuit qu'il est beau de croire à la lumière
E. Rostand

Les degrés du croire sont les suivants : au plus bas, croire par peur ou par désir ... Au-dessus croire par coutume et imitation. Au-dessus, croire les vieillards, les anciennes coutumes, les traditions. Au-dessus, croire ce que tout le monde croit (que Paris existe, même quand on ne le voit pas). Au-dessus croire ce que les plus savants affirment en accord d'après des preuves ... Tous ces degrés forment le domaine de la croyance.
Alain

Je garde en mémoire ma première résonance à une lettre annonçant un doctorat en psychopédagogie perceptive à l'Université Fernando Pessoa. Elle était écrite par Danis Bois lui-même. Assis devant mon ordinateur dans mon appartement d'Athènes, je l'ai lu une première fois, puis une deuxième. Très vite, un silence habité est venu déchirer les bruits de la ville grecque, il portait une émotion vive, profonde. Une joie douce et déterminée m'a saisi l'être. Un enthousiasme signait l'élan irrépressible. Un projet naissait à cet instant même. Je serai là avec mes compagnons pour participer à une œuvre créatrice. Je participerai à une aventure humaine et collective aux méthodes et pratiques que j'estimais bien éloignées du contexte académique de ce niveau ! Je pensais à ce long parcours. Il était fait de vingt années de formation et d'initiation dans lesquelles je me reconnaissais comme un fidèle complice à plusieurs égards. Intérieurement, dans mon cœur et pour ma vie, l'audace de ces premiers pas portait la promesse de l'aboutissement d'une trajectoire évoquant par certains traits les artisans du milieu du XIXème siècle tel que j'en avais intégré le mythe. Je reprenais la route une dernière fois pour clore un cycle de vingt ans de compagnonnage :

> Depuis toujours l'accueil est la valeur fondamentale du compagnonnage. (…) Chez les compagnons, fraternité et solidarité ne sont pas de vains mots. On commence d'abord par s'intéresser à la personnalité du jeune, à ses talents et ses aspirations, afin de mieux transmettre des valeurs de comportement et de vie sociale. Le jeune est accueilli dans une deuxième famille qui va l'éduquer et lui donner la compétence et la confiance indispensable pour réussir sa vie. On intègre le jeune dans une communauté de pratiques professionnelles fondées sur l'effort, le travail, l'ouverture et la qualité. Maîtriser le savoir d'un métier constitue un gage de respectabilité et de dignité. Le compagnon est un homme libre : il a un métier qui lui assure la sécurité, le respect de ses pairs et la reconnaissance sociale. Pour les compagnons, le métier ne se limite pas à un savoir technique,

> c'est une forme de liberté, une manière d'être, une culture. Le compagnon est d'abord un homme de l'art, et le goût du bel ouvrage constitue la base de son éthique et de son identité. Le travail manuel a un caractère sacré : il unit la main et la pensée, façonne l'homme et le fait participer à la création. Il est source de joie et d'équilibre (…). Se former chez les compagnons c'est d'abord « voyager la France », pendant cinq à sept ans, pour se mettre à l'école de ceux qui pratiquent le métier, de différentes manières. Pendant son tour de France qui s'est élargi progressivement au tour d'Europe et parfois au tour du Monde, l'itinérant acquiert, en changeant de « Maître » (…) une expérience humaine et professionnelle considérable, il fait l'apprentissage de la mobilité et de l'adaptabilité. Il découvre par l'expérience les réalités du monde. Le voyage est bien le fondement de l'identité compagnonnique. (…). [Un] esprit de corps ne signifie pas que chacun doivent renoncer à sa singularité. Au contraire, l'unité et donc la richesse du compagnonnage est faite de différences, chaque individu a sa place et participe avec ses particularités à l'intérêt commun. Il s'agit de faire fructifier une tradition, dont on est les dépositaires. Transmettre c'est une manière d'aimer, ce que l'on transmet et celui à qui l'on transmet en toute confiance. La transmission d'un homme à l'autre de ce que nous ont légué les anciens, est charge, mission, obligation, culture. On transmet les savoirs, les valeurs et les comportements indispensables pour l'autonomie, l'épanouissement mais aussi la sociabilité et l'employabilité des individus. C'est le point de départ de sa vie d'homme, au cours de laquelle il s'efforcera d'associer l'être au métier et à la cité. L'aspirant s'élève peu à peu, par l'étude et l'ascèse du travail : en transformant le matériau de base en objet utile et beau, il se transforme lui-même et acquiert la maturité.[46]

M'engager dans cette thèse - et ce doctorat en particulier, dans cette université, avec ce directeur de laboratoire, la soutenir pour devenir un docteur en psychopédagogie perceptive - c'était revêtir quelques-uns des traits de ce futur compagnon-là, présent au cours d'une cérémonie pendant laquelle il présenterait une pièce : son Chef d'Œuvre. Oui, dans ma tête et dans mon cœur, je me projetais dans le cheminement 'compagnonnique du Sensible'. Je m'engageais dans un

> véritable parcours initiatique, avec ses cérémonies, ses rites, ses secrets, ses épreuves et son but : quitter l'adolescence, devenir adulte par l'acquisition de connaissances et de savoir-faire. [47]

Je suis surpris car écrire ces mots m'émeut. L'expression du *métier intime* remonte à ma conscience. Les mots de Daniel Hazard[48] (2003) s'articulent à merveille pour traduire le sentiment et les états vécus en octobre 2009 ; sentiment et états qui sonnent dans un ton semblable au moment de ce récit, mais avec une valeur ajoutée. Elle provient de l'épaisseur des cinq années improbables qui m'ont portées - et que j'ai

[46] Extrait d'un article présentant une définition du compagnonnage. Voir : http://www.ledifice.net/6016-7.html
[47] *Ibid.*
[48] J'ai participé à une journée de formation en présence de Daniel Hazard sur la thématique passionnante du métier intime dans le cadre des actions formations à l'UQAR : « Daniel Hazard, De quel métier suis-je porteur? L'atelier du métier intime ». Voir : Présences, revue d'étude des pratiques psychosociales Vol. 4http://www.UQAR.ca/psychosociologie/presences/

portées - jusqu'à ce jour. Nous sommes le 21 décembre 2014. C'est le solstice d'hiver et je suis à Rimouski au Québec, destination ou étape inconcevable d'un 'tour du monde' afin de m'accomplir et contribuer sans fausse modestie à une œuvre dont le monde a besoin[49] (Tremblay, 2012). Mais dans quels métiers[50] me suis-je engagé?

6.1.7 Une herméneutique et une maïeutique de l'écart : un aspect de la problématique

Je me suis inscrit dans ce doctorat avec l'espérance mystérieuse d'un changement grâce à une herméneutique et une maïeutique de l'écart, celui proposé par François Julien qui « fait apparaître les cultures et les pensées comme autant de fécondités » et donne lieu à un « auto réfléchissement de l'humain. » (2012, pp. 31,32). Pour le dire autrement, quelque chose en moi se cherchait à travers un questionnement sur les ressorts permettant de réduire voire même, de rompre l'écartement vécu entre deux univers que je plaçais bien souvent en concurrence. D'un bord, il y avait des moments de liberté d'être vécue et née d'un champ d'affectivité immanent me procurant du bonheur inédit alors que sur l'autre, des phases d'adversité existentielle me tenaillaient, bradant une à une mes croyances d'y échapper. « Ecartement », le mot exprime bien la tonalité affective du phénomène que je voulais étudier. Dans cette logique, une première question de recherche prenait forme : que faire pour stabiliser l'état d'homme ému tel que je l'avais défini à la fin de ma recherche de mestrado (Humpich, 2007)?

La vision du paradigme du Sensible se place à partir d'une conception née d'un accès à une dimension singulière descriptible, intelligible et compréhensible de l'être humain. Ce choix prend son sol sur des réalités subjectives qui ne sont plus discutées au regard de l'expérience vécue. Un tel choix s'appuie sur une philosophie, une philosophie du sujet et de la vie consacrée à elle-même (Misrahi, 2014) qui fonde sa valeur dans ses répercussions positives sur la personne dans son existence. En cela, la

[49] Littérature grise : Intervention lors d'un stage en santé globale, UQAR, août 2012.

[50] Dans un article, « L'exploration des moments intenses et du sens personnel des pratiques professionnelles », Pascal Galvani (2004) décrit l'origine du mot métier. Elle « est double. Le mestier tient du mystère et du Ministère. Le métier, c'est à la fois le mystère de la personne et son ministère, son service aux autres. Les traditions ouvrières du compagnonnage ont largement développé ce double sens où le métier devient une voie de réalisation personnelle par la mise en service aux autres de son mystère personnel. L'étymologie du mot métier renvoie davantage aux dimensions de l'interaction sociale et de l'œuvre qu'à celle du travail labeur ».
Voir :https://www.usherbrooke.ca/psychologie/fileadmin/sites/psychologie/espaceetudiant/Revue_Interactions/
Volume_8_no_2/V8N2_GALVANI_Pascal_p95-122.pdf

philosophie du Sensible pointe un humanisme social. Cependant, expérientiellement parlant, la philosophie immanentiste du Sensible m'apparaît installer au centre de ses préoccupations la recherche d'un rapport à soi par la médiation d'un corps se vivant et se trouvant dégagé de l'emprise de déterminismes qui participent - sur un versant au moins - à ce qui fait la condition humaine de la personne. Je prendrais comme exemple la pensée 'pensante' c'est-à-dire cette activité réflexive circulaire tournée sur elle-même, ou l'émotion 'émotionnelle', c'est-à-dire, une émotion centrée sur sa propre détermination et mise en forme dans ses expressions, ou encore, la perception des sens centrée sur les cinq sens, ou enfin, l'action motrice tournée sur sa propre activité de production, etc. Le dégagement de ces automatismes s'obtient en quelques sortes de façon 'naturaliste' dès lors qu'un sujet s'immerge dans l'écologie extra-quotidienne propre au Sensible ; écologie que les praticiens en psychopédagogie perceptive connaissent et appliquent dans leur salle de soin, en cours de formation et que je tentais tant bien que mal à introduire dans différentes secteurs de mon existence. A tort peut-être, je reconnais la même attente pour toutes les personnes mises en contact avec une praxis sur laquelle je misais tout. Pour le dire autrement, au contact du Sensible, le sujet est emporté 'malgré lui' dans des espaces qui le libèrent de sa propre prison de sens, d'émotion, d'action et de réception de la vie elle-même et ce, la plupart du temps, pour sa plus grande satisfaction. A ce titre, j'ai en tête les dialogues inspirants entre Danis Bois et Agnès Noel [51]sur la question d'ordre éthique de l'accès au sensible par un sujet qui ne souhaiterait pas forcément se libérer de ce qui le contient, le retient, le limite et qui en définitive, le préserve des affres du changement. Comme le précise Eve Berger,

> si notre corps magnifie la vie et ses possibilités infinies, il proclame en même temps et avec la même intensité, notre mort future et notre finitude essentielle. […] Toute réflexion sur le corps est donc, qu'elle le veuille ou non, éthique et métaphysique. (Bernard, cité par Berger, 2009, p. 75)

Je viens de faire un détour pour mieux contextualiser mon propos. En m'interrogeant sur la dimension émotionnelle dans le champ de l'affectivité du Sensible, je questionne à mon compte une ambiguïté d'ordre éthique. Je le constate, libérer mon corps, c'est parfois libérer mon émotion et inversement. Nous avons ici les fondements de certaines approches thérapeutiques cognitivo-comportementales des émotions (Cottraux, Thérapie cognitive et émotions - La troisième vague, 2007). Sans puiser dans

[51] Eléments de réflexion tirés d'échanges verbaux lors de nos stages doctoraux de première année. Voir : Noël, A. (2008). La relation trans-formatrice : vers une éthique de l'accompagnement sensible. Master II en Études des Pratiques Psychosociales. Université du Québec à Rimouski.

les sciences affectives, l'expérience du bisou posé sur la main de l'enfant pour que sa douleur cesse ou encore l'état d'apaisement émotionnel après un soin corporel nous montre cette vérité chaque jour. Or, en ce qui me concerne aucun bisou, aucun massage, aucun soin, - même ceux de la vie elle-même - n'arrivait à bout de mes turbulences affectives et de mes orages spirituels dans des contextes relationnels récurrents. Il n'était pas question de pouvoir échapper à des dimensions affectives sociales délétères. Pour moi, il n'était pas davantage question de renoncer à une affectivité extra-quotidienne, sacrée, plus vaste et plus libre que toute autre. Je prenais la mesure de l'affront de ces écarts pour ma santé mentale, physique, affective, spirituelle et sociale. Bref, à certains moments de ma vie, aux prises et en résonance avec des ressentiments ou l'accumulation de non-sens, je me suis trouvé devant un dilemme et dont la formulation lapidaire d'un collègue chercheur est éloquente :

> Quand je rentre dans cette colère-là ou cette tristesse-là, je quitte le Sensible, …Me laissant à la merci de ma loi d'une incarnation affective qui prend le dessus. Je sème de la peste si j'acte depuis là. Mais, si j'étouffe cela… je meurs ! (Littérature grise)

Tout en sachant et appliquant quelques-unes des stratégies proposées dans les techniques d'intelligence émotionnelle[52], ces dernières ne pouvaient élaguer les vécus Sensibles qui étaient les miens. En m'appuyant sur la métaphore alimentaire, c'est un peu comme si je m'étais appliqué un régime efficace pour diminuer la saveur trop amère de certaines émotions et que, chemin faisant, l'ascèse demandée me coupait d'une forme de socialité et ce, au détriment d'une certaine physiologie affective. Cela m'apportait un bien-être recherché, valorisé me hissant parfois dans une tour de Babel, mais à quel prix? ; celui d'une intolérance ou d'une allergie à certaines confrontations affectives. Certaines stratégies pour éviter cette adversité tournaient au dictat : il n'était plus question pour moi d'être triste, en colère ou encore jaloux ! Finalement, un spectre de mon économie affective se trouvait au bord de la faillite, certains troubles pointaient les débuts d'une carence liée au déni de besoins fondamentaux au nom d'une hégémonie du bonheur sans trouble émotionnel négatif. L'économie, la psychologie, la sociologie et la philosophie du bonheur existent bien, et de multiples versions foisonnent depuis la nuit des temps. Mais quelles étaient celles que je souhaitais pour ma vie, pour celle de mes amis, de mes amours, de mes communautés ou du monde? Avec ferveur, j'ai pratiqué et appliqué un régime à mon compte et un peu celui de mes

52

proches jusqu'à ce que ce dernier semble se retourner contre moi. Peut-être bien sous l'impulsion de l'évolutivité d'une humanité en marche en moi et à plus grande échelle, présente et repérée un peu partout sur notre planète. L'intérêt et les études sur la vulnérabilité à tous les niveaux et dans tous les secteurs humains et sociaux alimente ma dernière hypothèse. En moi, une commune humanité se dressait face à mon élitisme, un certain dogmatisme dictant mes conduites affectives. Mais il me fallait reconnaître un fait, celui de mon impuissance à évoluer tout simplement. Je questionnais une vision faisant place à la loi de non-prédominance entre deux modes de rapport à mon existence affective. La vie et les événements étaient complices et têtues pour me rendre à l'évidence : sous certains aspects, l'émotion est un animal indomptable et la personne humaine que j'étais ne pouvait s'en débarrasser. Face au grondement de ma vie et de certains événements, comme au pied d'un volcan qui se réveille, j'accueillais des effluves 'affectifs'. Le flux de son écoulement effaçait toutes mes routes bâties, aussi séduisantes fussent-elles.

Une nouvelle voie se dessinait pour ma recherche doctorale : avant de saisir l'écart entre deux natures d'affectivité, avant de sonder les stratégies pour se stabiliser dans l'une, il m'apparaissait plus pertinent de creuser profondément des manières d'être ému dans des contextes personnels et professionnels. Je décidais de puiser dans l'expérience de différentes personnes émues à la recherche d'un fond d'humanité, qui regardé à rebours et depuis un autre bord, avait été malmené à certains égards, faisant de moi un sujet aux allures affectives et émotionnelles un peu hybrides. Bref, il me fallait voir et vérifier si j'étais le seul pris par une ambiguïté voir une contradiction : vouloir me libérer de dimensions relationnelles éprouvantes, souhaiter me maintenir dans un lieu (Sensible) qui m'en extirperait et sur lequel j'avais spéculé à fonds perdus, m'écarter de la route d'un mode de résonance affective qui pourtant me tirait la manche sans cesse et depuis trop longtemps. Le problème était là et je me savais être empêtré dedans. J'avoue ne pas avoir d'état d'âme à cet endroit. Je 're-portais' une attention sur moi avec une tendresse et une curiosité nouvelle. Je découvrais le matériau d'une réflexion plus générique, laissant la place à ce que Robert Misrahi nomme l'ouverture à une philosophie du bonheur dans tous les domaines de l'existence et dans laquelle,

> l'humanité est responsable de ses joies et de ses malheurs, de sa liberté et de sa servitude. [Par une philosophie] Appuyée sur la connaissance réelle de la nature

> et des forces réelles de la nature d'un individu humain, (…) [elle permet le fait que] tout être humain peut être créateur. [53]

Je partirai à l'aventure avec une première question simple et à première vue candide : quand vous entendez les expressions 'homme ému' ou 'femme ému', que se passe-t-il pour vous ?

En quelques sortes, je mettais les compteurs à zéro.

6.1.8 Processus de métissage et déplacements identitaires

Je me suis engagé dans la reprise d'études universitaires en 2002 puis en 2004 pour obtenir un master en vue de mon inscription en 2005 au Mestrado en psychopédagogie perceptive à l'Université Moderne de Lisbonne. Vingt ans après, c'est avec un certain émoi que j'ai retrouvé la ville de mes premiers amours et amis d'étude à l'Université Marc Bloch à Strasbourg, dont certains étaient mes enseignants dans mes cours de licence et de maîtrise en sciences et techniques des activités physiques et sportives. Malgré ces relations d'attachement apportant une stimulation supplémentaire à mon entreprise, j'ai rapidement pris la mesure d'un écart culturel déterminant. Dans ce à quoi j'avais accès, le premier monde révélait un corps objet, visée de performance et de socialité. Le corps devenait l'instrument privilégié des investigations biologiques, psychologiques et physiques. La rationalité, la mesure et la quête d'objectivité étaient souveraines. De façon contrastée, le second univers dans lequel j'évoluais depuis quinze ans donnait accès à un corps-sujet, vivant et « émouvable » par la rencontre de tonalités affectives plus en nuances les unes que les autres. J'expérimentais un écart abyssal entre des postures – d'étudiant, de chercheur, de formateur, d'humain - entre deux champs de pratiques et de théorie, deux pédagogies corporelles mobilisant un corps, une cognition, des affects dans une personne et dans un groupe. Ces deux univers se mettent au service de la construction de dynamiques identitaires s'appuyant sur la potentialité humaine.

Dans une visée à rebours, je constate combien l'expérience dont je parle s'opérait dans le cadre d'une formation universitaire assez extraordinaire dans le sens qu'elle valorisait un engagement affectif original et plutôt audacieux au sein de la culture universitaire. Ce genre d'engagement prenait racine dans le sol de l'« intime », l'intime dans le sens de

[53] Robert Misrahi lors d'une entrevue à propos de son ouvrage : La joie d'amour, pour une érotique du bonheur. Voir : https://www.youtube.com/watch?v=msqhmO1kN58

> ce qui relève du pôle égoïque de l'expérience, c'est-à-dire tout ce qui (…) participe à mettre à jour, au-delà de l'expérience elle-même, mon rapport à l'expérience ; c'est-à-dire moi, mon identité, mon être, sujet de et dans l'expérience. Oser l'intime révèle des aspects identitaires de l'expérience qui en sont pleinement constitutifs, au même titre que d'autres ; je ne vois pas d'argument qui justifierait de les exclure (…). À cet endroit, le pôle égoïque lié à l'intime est partie prenante de la démarche scientifique. (Berger, 2010, p. 219)

En m'arrimant à cet intime-là, je poursuis le récit de mon parcours en abordant une étape cruciale dans mon processus doctoral, étape dont la fécondité continue de se déployer. Je veux parler de ma paralysie faciale.

6.2 Le surgissement de ma paralysie faciale : un aboutissement radicalement heuristique

6.2.1 Choisir le « Non » à l'endroit où j'ai toujours dit « Oui »

L'homme libre est celui qui n'a pas peur d'aller jusqu'au bout de sa pensée.
Léon Blum

Ce qu'on éprouve est plus grand que ce que nous dit la science.
Christian Bobin

Je ne suis pas prêt d'oublier mon année 2013. Elle fut marquée par deux microcycles – deux temps liminaires –. Je débutais mon année en ermitage dans le petit village du Bic au bord du grand fleuve du Saint Laurent. Après deux années teintées d'adversité relationnelle dans un lien amoureux pourtant prometteur, j'étais habité par le besoin de faire le point sur mon rapport à deux notions-clés en dialogue constant dans ma vie, et ce, depuis trente ans au moins. Je veux parler de mon rapport et de ma représentation de l'amour et de mon rapport et de ma représentation à la liberté d'être dans ma sensibilité en cohérence avec les valeurs qui sont les miennes. Ces deux dimensions du vivre n'échappent pas aux enjeux liés à ma construction affective. J'imagine qu'ils sont en partie constitutifs de cette dernière. Je veux dire ici que je regardais sans concession, et pour la première fois sans avoir peur d'aller au bout de ma pensée et de ma mémoire, comment mes dépendances affectives à une représentation de l'amour nuisaient à ma liberté d'être ; c'est-à-dire que je prenais conscience de comment, par peur de perdre un lien, je mettais sous cloche ma sensibilité, mes valeurs liées à une délicatesse du vivre ensemble, à l'expression d'une tendresse au quotidien comme une éthique du vivre avec.

Une lecture des événements rencontrés depuis deux ans me mettaient devant un *questionnement éthique d'ordre émotionnel et affectif*. Sur le plan émotionnel et dans le sens le plus générique, je me trouvais confronter à l'écart entre le désir d'un projet de vie et l'impossibilité de sa réalisation, de sa concrétisation[54]. Sur un autre plan affectif et plus spirituel à mes yeux, je vivais une compétition interne entre deux instances, deux dimensions émotionnelles, la première relative à ma vie Sensible et la seconde relative à une détresse affective. La première guidait une modalité affective que je qualifierais aisément 'divine' au regard de sa ressource de résilience ultime dans des moments d'adversité assez terrifiants, et d'autre part, de la sensibilité permettant l'émergence de moments de grâce relationnelle réellement vécue. La seconde se constituait progressivement à l'occasion de la reconnaissance tardive d'une détresse affective rencontrée à un autre niveau de ma personne. Si vivre consiste à être sensible (Vergely, 2010, p. 128), alors je me sentais tenaillé par une détresse amoureuse liée à un inaccompli inacceptable.

Était-ce mon orgueil émotionnel ou mes caprices d'homme ému? En Europe, au même moment, mon lien avec mes deux filles se fissurait lui aussi. Je me retrouvais donc à la fois travaillé par mes liens familiaux à l'occasion de mon éloignement géographique plus grand encore de mes enfants, deux jeunes filles dans leur début d'activité professionnel, un lien amoureux qui avait été un élément starter de mon départ de la Grèce, l'occasion d'un exil et d'un travail relationnel impensable au regard de la grâce autant que des misères rencontrées.

Bref, poursuivre dans cette voie, c'était continuer à voir une liberté d'être s'éteindre, une sensibilité s'effriter ou se fracasser sur les récifs d'une structure incompatible avec la mienne. Et pourtant, renoncer à ce lien, c'était briser mes représentations sur une forme d'amour pour lequel j'avais changé de fond en comble mon existence deux ans plus tôt. C'était encore aller jusqu'au bout d'une pensée qui m'avait hanté : j'avais spéculé sur l'amour et je m'étais en partie fourvoyé. Dans ce mouvement, à rebours, revenait les courants douloureux d'un deuil enfui dans le silence de profondeurs affectives sur lesquelles je m'étais assis bien vite, je le savais. Malgré cela, je le sentais, un rapport de force mutait. Je faisais le choix de ma liberté d'être. « Être libre, c'est savoir dire non » a dit en son temps J.P. Sartre. Il me fallait prononcer un « Non » à l'endroit où j'avais toujours dit « Oui ». Le désir de ma liberté d'être était

[54] Ce qui correspond à une des définitions possibles de l'émotion, de son déclenchement en tous les cas.

plus vif que l’amour d’aimer tel que je l’avais conçu dans cette relation. Existentiellement, je rencontrais une véritable mutation. Quelque part, je devenais le propriétaire des éléments constitutifs de ma vie affective, sujet de mes choix, de mes pensées, de mes sentiments, de mes conduites, là où auparavant, je n’étais qu’objet de dépendances affectives, aux conduites caractéristiques du type d’attachement insécure-anxieux.

La lecture d’un livre est venue soutenir mes pas pour franchir le seuil d’une nouvelle « demeure affective » pour *et* en moi. Comme l’a écrit Christian Bobin, il y a des heures pour les livres et d’autres pour l’amour. Durant ces deux mois, j’étudiais la diversité sémantique dans le champ des émotions et de l’affectivité. Je trouvais dans mon investigation théorique un isomorphisme avec ma tranche de vie affective. Une définition stable et unique de l’émotion semblait inaccessible dans le champ de la recherche. Je pouvais et j’avais à faire un choix, dire non à certaines de ces définitions et dire oui à d’autre. Ma définition de mes valeurs affectives avait elle aussi besoin d’être questionnée, choisie, actée et soutenue. Dans son livre « Le travail de la liberté » (Misrahi, 2008) - ’mon’ philosophe contemporain de la liberté et de l’amour - pose le sujet comme

> désir-sujet (…) [qui] choisit ses attitudes en même temps que ses buts : il est un être qualitatif et affectif qui déploie une activité. Il se saisit lui-même comme « humeur », « sentiment », « vécu », « émotion ». Toutes les riches nuances de l’affectivité sont aussi des manières d’être par lesquelles le sujet se perçoit lui-même. *(p. 49)*

Nous étions le jeudi Saint, au début des fêtes de Pâques de cette année 2013. Je me libérais à la fois d’une étreinte et d’une contrainte affective. Dans ces jours particuliers, symboliquement, je fuyais les terres d’un esclavage affectif. J’actais un passage pour une liberté nouvelle. Pâques – la « Pessah » en Hébreu dans la tradition juive, signifie « passage ». Cet événement personnel était emblématiquement un rituel de passage vers une plus grande humanité. Elle se révélait à moi telle une résurrection d’un mon moi affectif et émotionnel. Cette percée de mon être affectif me hissait dans un état et dans une disposition thymique tout simplement extraordinaire. Tout mon être reprenait profondément son souffle après une apnée de plusieurs mois (et qui concernaient plusieurs ’moi(s)’ aussi !). Par moments, j’étais saisi par des consonances intimes, je pressentais la rumeur d’une nouvelle version de ma propre personne émue.

C'est-à-dire que je jouissais d’un état d’être et de conscience - sans écart entre deux instances. La première, une intimité affective propre à la chair qui me constitue

dans ma subjectivité la plus intime et la seconde, ma personne engagée dans un vivre objectif, relationnel et social. L'une et l'autre de ces instances se trouvaient non seulement en co-présence et en totale harmonie, mais elles se vivaient reconnues, entendues et aimées l'une par l'autre. La concurrence destructrice entre elles qui m'avait tenaillée avait cédé la place à une complicité - tant désirée - enfin vécue, assumée et actée. Cet unité était créatrice d'un pouvoir être, d'un savoir être élevant ma condition d'homme à un sentiment d'accomplissement d'ordre affectif, thymique et émotionnel ; affectif dans le sens d'une sensibilité à me laisser altérer par la vie elle-même, thymique dans le sens que mon humeur était arrimée à la fois à cette racine ontologique et à ma singularité, émotionnel dans le sens que je jouissais d'une liberté de résonance aux vents des événements de mon existence, quelques soient leurs orientations, leurs amplitudes, leurs rythmicités. J'atteignais le sujet ému que je m'étais rêvé de vivre, il était là en moi et à ma portée. Cet état me procurait un goût de moi et du vivre inconcevable quelques mois auparavant. A l'intérieur de moi, dans l'intimité de ma chair, le murmure d'une vie 'éternelle' (le Pâques chez les chrétiens) se faisait entendre : une nouvelle tranche d'existence s'ouvrait à moi. J'habitais une confiance inédite, incarnée, douce mais déterminée, une fierté née d'une estime pour cette actualisation de ma sensibilité intime et Sensible. Par contraste, je retrouvais une légèreté et un enthousiasme, une puissance d'être et la joie d'en jouir. Je quittais une relation en accueillant pour une fois mes espaces de colère, mes lieux dévastés de ma structure affective éprouvée. En amont de ce fait affectivo-social ayant une portée signifiante dans mon vivre au quotidien, je rompais avec un conditionnement affectif. Je le savais, cette rupture ne ressemblait pas aux précédentes. Elle confrontait le puissant mouvement de mes rapports à la soumission et mes représentations sur elle ; elle confrontait dans la même intensité, ma soumission à mes dépendances affectives à l'autre et à l'Autre, ma représentation que j'avais toujours eue d'eux. Cet autre, je le conjuguais au féminin, au masculin, au neutre et au pluriel. Pour le dire autrement, dans cette avalanche, dévalaient toutes mes constructions et mes alliances inconscientes entretenues depuis des décennies au moins et ce dans mes secteurs relationnels. Ils étaient soient personnels amoureux, familiaux ou parentaux, professionnels ou spirituels, individuels ou groupal. Rien n'allait être épargné par cette secousse d'une amplitude tectonique au sein de ma cosmogonie affective.

Sur le même versant, j'avais des comptes à rendre avec celui[55] *en moi* qui avait fait l'expérience de tout quitter deux ans auparavant, fait l'expérience d'affronts inter personnels, d'humiliations au regard de ses valeurs d'intégrité, d'honnêteté, de fidélité, et parfois même l'expérience de ces trahisons que j'avais tues parce que la peur ou la honte me tenaillaient. Celui-ci, ne l'avais-je jamais vraiment et totalement accueilli? Je réalisais que certaines affaires ne m'avaient pas encore quitté. Bien que j'aie déménagé sur le continent nord-américain, mon corps affectif se fichait pas mal des permis de séjour. Il résidait clandestinement en moi et contre toute attente, il m'a littéralement sauté au visage. C'est celui-là même que je veux présenter maintenant. Un train en cache souvent un autre.

6.2.2 Être complice de l'amour qui choisit : garder les bras ouverts

La vie est un sommeil, l'amour en est le rêve, et tu auras vécu si tu as aimé
Alfred de Musset

Il faut un cœur solide pour aimer,
mais il faut un cœur encore plus fort
pour aimer après avoir été blessé.
Cherry Blossom

Depuis l'âge de 18 ans, j'ai toujours vécu en relation et partagée ma vie avec quelqu'un. Trente-quatre ans plus tard, je voyais la possibilité d'une pause véritable dans ce secteur de ma vie. J'y étais prêt, j'y consentais. J'estimais que j'avais aimé pour dix vies au moins. Tous ces amours m'avaient nourrit et fait croître dans le sens qu'à chaque fois ils m'avaient délogé de mes repères précédents, ouverts sur des dimensions du vivre ensemble que je ne connaissais pas. J'arrivais au bout d'une mise à l'épreuve et dans une fin de trajectoire d'un rapport à l'amour et à la dépendance affective pour lequel j'avais traversé des régions, des pays et des continents. Mais toutes grandes qu'aient été ces distances parcourues, elles restent misérables au regard de l'espace et du temps des hauts plateaux de l'être (Misrahi, 2010) et de l'immensité de l'humanité (Hillesum, 1995).

Je mettais cela aussi sur le compte d'une tranche d'âge, celle de ma cinquantaine. Moi et cet Autre en moi, on s'était mis d'accord : PAUSE ! Cela tombait à pic, j'avais une thèse à terminer, et les derniers mois m'avaient permis de mesurer que les

[55] Je fais l'expérience que je, nous sommes pluriels c'est-à-dire que certains champs de la psychologie nomment sous-personnalité ou co-identité, surmoi, anima, etc. Ce fait structurel à la psyché humaine

sollicitations liées à mon acharnement affectif et cognitif nuisait à ma disponibilité intellectuelle pour mon doctorat. Dès les premiers jours qui ont suivi le changement de cap relationnel, j'observais une efficacité venant d'une énergie nouvellement disponible. Je retrouvais un doctorant plus libre de penser, de résonner. J'écrivais depuis un lieu libéré de tensions, de préoccupations, de doute et de questionnement.

J'ai lu quelque part que nous ne choisissons pas l'amour, c'est l'inverse qui se produit. Je constate que cette pensée s'accorde à mon expérience. J'ai lu ou entendu ailleurs, que chaque relation a sa fonction. Là encore, je signe. Je ne fais pas partie des personnes qui ont cherché l'amour. Sans prétention, je crois que l'amour a toujours su que je l'aimais profondément. Il faut « apprendre à aimer » nous dit Arouna Lipchitz dans la voie de l'amoureux. Je n'ai eu la conscience de cette réalité que très tardivement. J'aime à croire que c'est probablement pour cette raison que la vie m'a offert plusieurs mises en situation et mis sur mon chemin des rencontres bien signifiantes.

Un travail réflexif d'ordre philosophique était venu m'épauler dans ce premier bilan à une reconversion majeure pour ma vie relationnelle. En suivant la pensée de R. Misrahi - devenu une sorte d'alter égo durant plus de deux mois – lui et moi, nous nous étions entretenus à ce sujet. Il me fallait cette conversion de premier ordre, revenir à ce cercle premier dans lequel le sujet se saisit lui-même, avant de s'ouvrir à l'autre, pour ensuite s'ouvrir au grand Autre. Ce n'est pas dans cet ordre que ma vie s'organise depuis vingt-cinq ans. L'ouverture à la dimension du Sensible m'a donné un lien d'accès privilégié à cette troisième conversion.[56] Et pourtant, contre toute attente, une fois encore, l'Amour semblait avoir eu un autre plan pour moi. A ma façon, je me suis fait son fidèle complice. Pour moi, l'ému a une forte connivence avec l'Amour, et celle-ci se conjugue et s'incarne de mille et une façons.

Je dois reconnaître, qu'à ce jour, le secteur de la relation amoureuse a été un secteur de mon existence où un accomplissement semble m'attendre – ce qui peut être le projet de toute relation. Il n'est pas aisé d'admettre que ce que nous sommes peut

[56] La philosophie proposée par Robert Misrahi pointe un degré de liberté propice à la naissance d'un sujet. Pour cela, trois formes de conversion sont nécessaires : une première conversion consiste au retour à soi (le retour à soi, à sa propre vie), la deuxième se concentre sur la conversion à l'autre qui représente un premier plan d'altérité (être dans la disposition et l'ouverture à autrui) et enfin, la troisième se matérialise par la conversion au grand Autre, à la Vie elle-même. Alors que pour le philosophe de la joie, l'une dépend de l'autre et doit suivre une logique du Je vers le Nous qui l'englobe, jusqu'à présent mon expérience montrait une danse entre ces trois niveaux. La valeur ajoutée de la proposition faite ici est la prise en compte de l'autre, de ses possibilités, de sa singularité, de sa différence sans perdre sa propre identité, mais sans se restreindre au registre du duo. Dans les faits, un couple vivant est une forme tripartite de ces trois composantes, chacune devant faire l'objet d'un travail spécifique.

apporter et porter de ces amours qui soignent sans nier des aspects beaucoup moins valorisant pour l'égo. Je renonce à une fausse modestie. Mon expérience aliment une croyance profondément ancrée en moi : l'homme est amour et l'amour soigne le monde. Sur un autre versant, lié à une posture de jugement envers moi-même venant d'une adhérence à une représentation sociale de la vie de couple, à mes références parentale (quand ma mère a quitté son mari, c'est parce que la mort l'a emportée et cela faisait plus de cinquante-cinq ans qu'ils étaient unis), à ma culpabilité vis à vis de mes deux enfants, je sais la honte qui m'habite au milieu d'autres affects bien plus positifs. Je me sens souvent au minimum gêné quand on me demande avec qui je vis, qui est la mère de mes enfants et où j'ai vécu, etc. Je sais le chemin réalisé pour me libérer de ce fardeau, mais à l'occasion, je retrouve mes démons. Oui, il ne m'est pas facile d'assumer cet homme et ce père qui a vécu quatre cycles relationnels - de douze, onze, sept et presque trois ans pour le dernier - en trente-six ans. J'ai arpenté ces chemins de vie et rencontrer plusieurs vies familiales, plusieurs régions et pays. J'ai découvert la force de l'émotion d'amour c'est-à-dire l'énergie que véhicule cette réalité anthropologique et cosmique que certaines sciences tentent d'objectiver. Le vivre se suffit à lui-même. Aujourd'hui, ma vie amoureuse pourrait se résumer sous la forme d'une épitre : ce n'est pas le 'toujours 'qui compte dans la vie mais le 'OK' ! Dire oui, à ce que me propose la vie et me situer dans le consentement à l'expérience, me laisser enseigner par elle. En ce qui concerne l'intégration d'une sensibilité Sensible dans la relation à l'autre de manière générique, la pensée de Christian Bobin vient soutenir une certaine vulnérabilité au regard de certains aspects de mon parcours de vie :

> Il nous faut naître deux fois pour vivre un peu, ne serait-ce qu'un peu. Il nous faut naître par la chair et ensuite par l'âme. Les deux naissances sont un arrachement. La première jette le corps dans le monde, la seconde balance l'âme jusqu'au ciel. (1999, p. 15)

Ma rencontre avec le corps Sensible a créé chez moi une nouvelle cosmogonie de la sensibilité amoureuse. Celle-ci s'exprime dans une sensualité du vivre qui inclut la sexualité, cet élément insigne des repères du couple, et la vie dans un quotidien où chacun a son parcours propre. Aimer et être aimé depuis une chair consciente, aimante, humide de l'amour nourrit d'un rapport au vivant a donné à mes relations une toute autre teneur. Oui, un art de l'amour est né de mon rapport à la dimension Sensible et s'origine dans ma matière et celle de la personne aimée. Il porte en lui une *émotionnalité bien différente* dans le sens d'une sensibilité à être touché et à toucher dans tous les sens du terme que l'on puisse imaginer. Mais alors, comment comprendre

que cette disposition partagée ne puisse pas rayonner sur tous les fronts et dans toutes les aspérités de la vie relationnelle et sociale? La confrontation à cet impossible fut souvent insoutenable pour moi... il fallut du temps pour regarder cette réalité depuis un point de vue différent et moins chargé. Une fois ce chemin fait, je pouvais voir que la dimension émotionnelle en jeu concernait plusieurs niveaux et que des expériences et des aptitudes à un niveau ne garantissaient aucunement leur présence à un niveau différent. Pour le dire autrement, vivre sur les hauts plateaux de l’être (Misrahi, 2010) ne dispense pas le sujet Sensible que je me prétendais être de se voir convoquer à la rencontre certains pans de sa structure psychologique et psychosociale ; dans ces deux espaces se traduisent des constructions générant des conduites affectives. Si ces dernières ne laissent pas altérer par le mouvement et de la subjectivité, elles restent cristallisées, sclérosées. A cette occasion, j’ai rencontré des espaces de détresse affective jamais rencontrés auparavant. Ce contexte posé comme je l’ai fait permet de prendre la mesure de l’encrage existentiel d’un des aspects de la problématique de cette recherche.

6.2.3 22 avril 2013 : démasqué à moi-même, une naissance au monde !

Notre âme regarde passer les wagons de nos projets, assise dans le fossé où elle mâche un brin d'herbe.
Christian Bobin

(…) Tout d'un coup le ciel devint rouge sang, je m'arrêtai, fatigué, et m'appuyai sur une clôture - il y avait du sang et des langues de feu au-dessus du fjord bleu-noir de la ville (…), j'y restai, tremblant d'anxiété - je sentais un cri infini qui se passait à travers l'univers et qui déchirait la nature.
Edward Munch

Mais j'aimais le goût des larmes retenues, de celles qui semblent tomber des yeux dans le coeur, derrière le masque du visage.
Valéry Larbaud

Je ne le réalisais pas vraiment, mais je sortais d’un cycle qui avait mis K.O. mon égo affectif. J’avais bousculé mes repères et tenté de transformer certaines valeurs fondatrices. Je venais de m’extirper d’un acharnement à maintenir une relation où la cohabitation de structures psycho-affectives bien différentes avait été l’objet d’une mise à l’épreuve à un point tel qu’il avait généré un rapport destructeur à ma sensibilité, prenant sous certains traits la forme de l’abus.

Lorsque je liais connaissance intime avec la personne qui accompagne ma vie aujourd’hui, une de mes premières impressions fut celle, quasi inespérée et bien intelligente, de contacter une présence et le souffle des terres connues dont l’exil que j’avais choisi m’avait éloigné. Ma rencontre avec la personne qui accompagne ma vie maintenant, de nationalité franco-québécoise, évoquait le parfum et les couleurs de l’oasis. J’étais ce pèlerin dont la marche dans une forme de désert avait asséché, puis épuisé. En dehors de tout calcul, je constatais un sentiment de sécurité. Je l’attribuais à la connivence avec une généalogie ethnique commune incarnée dans une chair métissée. Je reconnaissais la culture européenne et française, une sorte de délicatesse et de finesse, un certain raffinement. Dans l’écart entre deux présences, deux modes de communication, deux personnalités, deux tenues dans le monde, je prenais progressivement la mesure de ce que j’avais affronté et de ce qui dans moi avait bougé de façon définitive. En amont de ces états d’âme, j’entendais le murmure de la vie et cette part en moi qui demandaient une pause relationnel. Malgré cela, je me voyais aller dans un sens différent voire opposé. C’est que le courant était fort. Je n’étais pas dupe de cette contradiction intérieure, mais j’étais incapable de renoncer à une expérience qui, sous bien des aspects était en train de me soigner, de me redonner forme à ma posture

existentielle, à la fois Sensible, émotive et amoureuse. Cet événement improbable faisait un pied de nez à mes résolutions. Je regardais un processus en cours. En moi, une conscience restait sur le qui-vive. En moi encore se jouait une palette d'émotions, de sentiments et d'état d'âme. La joie, la légèreté, la reconnaissance et la gratitude, la tendresse et la confiance alimentait une subjectivité en mouvement telle qu'elle m'évoquait mes premières rencontres avec le Sensible. Je finissais une série de quatre animations de 'méditations Pascales'. Je me sentais dans une ouverture inédite. Je goûtais une épaisseur et une puissance d'être dans ma présence. J'avais consenti, tout simplement. Reconnu mes limites, acquiescé mes valeurs, gagné ma liberté. En quelques semaines à peine, mon quotidien prenait l'allure d'une vie nouvelle, signait la sortie d'une tranche de vie aux allures de camp de travail[57] et les retrouvailles dans une physiologie relationnelle au regard de ma structure de fond. J'étais curieux de laisser apparaître les fruits de ma traversée. Ce contraste me fascinait tout en apaisant les parts sidérées de moi.

Et puis, il y a eu cet échange de courriel avec cet amour quitté. L'ouverture à une ultime confidence : l'aveu d'une vulnérabilité extrême, le partage de la douleur du côté du 'bourreau'[58]. Je me souviens de cette minute de lecture, de ce moment de réciprocité quand les armes tombent et que la nudité de l'âme s'offre. J'ai vu en moi le tonus d'un amoureux vaincu vaciller quand l'amour se dresse derrière les amas et les cadavres d'une guerre fratricide. Au milieu d'un carnage, un chant se faisait hymne à la tendresse et à la reconnaissance. Moi qui m'étais jurer de ne verser aucune larme dans cette séparation, je me suis effondré quelques instants ; je rencontrais en direct et dans ma chair celui qui était prêt à tout accueillir, à cacher dans son dos la main brandie dans laquelle il tenait l'affront de vies entières, celui d'une complicité à la soumission, à la victimisation et à l'acceptation de l'abus sous ses formes les plus subtiles comme les plus grossières. Il n'y a pas de vrai pardon sans un temps pour rendre justice à ce qui a été vécu. J'ai la croyance qu'à cet instant, la vie pris les grands moyens, lasse de la surdité d'un homme ému en transition. J'avais besoin de regarder en face et pour la première fois de ma vie cet homme aux deux visages. Comme le rappelle la figure "folklorique" bien connue de "Jean qui pleure et Jean qui rit", mon expérience pourrait être interprétée comme la représentation équivalente à celle des deux visages de Janus.

[57] Le mot est fort j'en conviens, il marque l'esprit dans lequel j'ai abordé et traversé cette étape de ma vie.
[58] J'ai compris que dans mon cas, comme pour la plupart des situations relationnelles conflictuelles, le couple duel bourreau/victime est l'expression d'un système alimenté de part et d'autre, et que la souffrance est bien présente des deux côtés, seule, son expression varie.

"Jean qui pleure" est celui qui implore la miséricorde de Dieu (saint Jean-Baptiste), et "Jean qui rit" est celui qui lui adresse des louanges (saint Jean l'Évangéliste). Il me fallait une temporalité pour devenir sujet de ce que je m'étais imposé, pour faire la part des choses et laisser une herméneutique féconder une autre version de moi-même. Nos larmes les plus sacrées ne recherchent jamais nos yeux nous dit le sage (Gibran, 1990).

En vingt-quatre heures, le vent tourna. Une douleur s'installait à gauche de mes premières vertèbres cervicales, du côté des apophyses transverses. Deux jours plus tard, vers vingt-deux heures, l'immobilité du sourcil gauche signait les premiers symptômes d'une paralysie faciale. En quelques heures à peine, le côté gauche de mon visage sombrait dans une sidération motrice totale. Le diagnostic posé aux urgences de l'hôpital de Rimouski confirmait mes pronostics. Deux ans plus tôt, au moment de quitter la Grèce, j'avais connu un épisode de ce genre dans des proportions mineures puisqu'en trois séances de fasciathérapie et deux semaines tout était récupéré. Mais cette fois, les choses allaient être différentes. Je ne le savais pas, mais ce matin du 22 avril 2013, j'entamais un autre pèlerinage, une marche de quinze mois. Mes premiers pas furent de reconnaître ce visage sidéré et cassé en deux, non seulement de le reconnaître mais de m'engager intimement à être le premier à en prendre soin. Je me vois devant le miroir, une hémiface effondrée et en pleurs, et l'autre, inerte, silencieuse qui nommait d'une façon quasi performative mon histoire de vie. L'homme au deux visages, j'étais une sorte de Janus de la mythologie romaine, avec une face regardant le passé et l'autre orientée vers la promesse d'un futur. Je passais ma main sur la joue, le front et lentement avec la tendresse d'un père devant le nouveau-né en disant à voix haute : « ne t'inquiète pas, je suis là avec toi. Je vais prendre soin de toi. Je t'aime. On va vivre ensemble ce qui nous attend, quoiqu'il arrive ! ». Je savais en mon for intérieur que le m'adressais à celui qui se montrait enfin et sans aucun artifice, défiguré de ses batailles récentes et plus anciennes. Du cœur de ma somatisation, une conscience s'était dressée et demandait mon attention,

> regarde, regarde celui-là, celui dont tu n'as pas su prendre soin ! Ne poursuis pas ton existence sans prendre le temps de te laisser enseigner par ce qu'il a à te dire ! (notes personnelles)

Dans ma face sidérée et inerte émergeait une expression de l'effroi et de la détresse imperçus et que je n'avais pas pu accueillir jusqu'ici. Il y avait dans l'image renvoyée devant moi un visage montrant les mêmes traits que ce personnage peint par Edward Munch dans son tableau expressionniste, « Le Cri » et que j'avais moi-même

dessiné deux ans auparavant, lors d'un atelier d'herméneutique instaurative [59] un personnage évoquant de façon troublante l'expression d'une sidération. Cet évocation spontanée confirmait que dans un lieu mystérieux de moi, j'étais informé des défis et tiraillements vécus, mais il m'avait fallu deux ans pour poser l'acte qui pourrait m'en libérer, deux ans aussi pour prendre la mesure de blessures et de conduites affectives construites depuis bien plus longtemps et d'en d'autres circonstances relationnelles. Avec cette paralysie, sortait de l'ombre une panoplie de souffrances enfouies sous le silence des conventions, des non-dits ou interdits de dire d'ordre familial, culturel et communautaires. Tout un versant de ma vie émotionnelle et du champ de mon affectivité avait trouvé son représentant et me 'sautait à la figure'.

Dès le premier jour de cet épisode, j'avais décidé que je serai disciple de mon expérience, au service de ce qu'elle pourrait m'enseigner. Je signais une sorte de charte avec moi-même : je pouvais vivre un quotidien avec cette « gueule », bien que privé de tous ces petits miracles musculaires qui me permettaient auparavant de mâcher, de boire sans laisser échapper liquide et solide de ma bouche ; j'étais le premier accompagnateur sur le front de ma propre récupération, chaque jour et chaque nuit je pouvais apprendre de ce contexte de fragilité ; ce que je vivais était la métaphore universelle vécue du déni de la souffrance humaine et le rappel à l'humilité de ma condition humaine ; je laisserai cohabiter ma réalité Sensible avec toutes les autres, mais je m'appuierai sur elle, totalement, je me ferai l'aune de l'histoire affective de ce Jean qui pleure. Quelque chose en moi était excitée par le défi et l'aventure qui m'attendait. Dans mes pensées, une nouvelle vie débutait et j'étais libre de l'embrasser totalement. Je gardais ma joie de vivre, j'étais mobilisé par un prendre soin à mon égard, à l'égard de cette part mutilée de moi-même. Comme il est impressionnant de voir que c'est notre rapport aux choses qui fait l'événement et non l'inverse !

Malgré un traitement à la cortisone, durant quinze jours, j'ai souffert intensément. Surtout les nuits où les douleurs temporales et occipitales me tenaillaient violement. Passé un seuil de la douleur, je les accueillais comme les contractions d'un autre moi en train d'advenir. Je me souviens d'une phrase prononcée dans un de ces moments :

[59] Atelier proposée dans le cadre du programme de maîtrise en études des pratiques psychosociales à l'UQAR. L'herméneutique instaurative est une pratique de mise en sens de l'expérience à partir du support symbolique, elle s'inscrit dans la démarche de recherche-formation existentielle. Dans le cas évoqué ici, j'avais produit un dessin symbolisant au moment de l'atelier avec comme unique consigne celle de laisser aller l'imagination et ma créativité.

> Dieu ou la Vie doit me cureter l'occiput. Ce qui me fait mal, c'est ma résistance à ce mouvement qui nettoie mes mémoires et mes représentations liées à mon rapport à l'amour, à son manque et aux silences de mes émotions négatives. Cette douleur est en train de faire de la place pour celui qui m'attend. (notes personnelles)

Mon œil gauche restait ouvert en permanence jour et nuit, je l'hydratais régulièrement de larmes artificielles (un beau clin d'œil pour un homme ému !). Il y avait quelque chose d'effrayant dans ce phénomène. Une petite mort me regardait en face et pourtant, c'est elle qui me faisait renaître avec la violence de l'espérance d'un

> savoir du corps, pertinent – la sensation, en tous cas, soudaine, très forte de ne pas avoir échappé à la mort, mais de l'avoir traversée. D'avoir été plutôt traversé par elle. De l'avoir vécue en quelque sorte. D'en être revenu comme on revient d'un voyage qui nous a transformé ; transfiguré peut-être. (Semprun, 2012, p. 742)

J'étais démasqué dans ma vulnérabilité la plus profonde, mes blessures et mes plaies à la merci du regard du monde. Plus possible de feindre ou de masquer les effets de ma détresse, de mes colères contenues ou de la tristesse. Contre toute attente, impuissant, je me montrais au monde avec au moins ces deux entités affectives. Pour la première fois, elles participaient à un vivre au quotidien dans une symétrie que ma paralysie rendait effective ! Le visible et l'invisible d'une affectivité en accordage donnait une force à ma présence malgré la vulnérabilité dans laquelle je me vivais.

Au cours de ce premier mois de fragilité assumée, mon parcours d'accompagnateur vit des transformations étonnantes. Je n'avais jamais eu autant de personnes en consultation avec une demande d'aide suite à des abus, de la violence et d'autres relations délétères. Mon attitude d'accueil envers cette part vulnérable en moi, fragilisé par l'adversité, semblait générer une nature de présence favorable à un climat de confiance et de sécurité pour toutes ces personnes qui venaient à moi. Un masque était en train de tomber. Les praticiens savent que la clientèle s'accorde parfois à ce que nous avons besoin de rencontrer, de comprendre ou d'acter. J'accompagnais la gestion de parcours de maltraitance physique, morale et affective. Je me reconnaissais dans certains récits de parcours dévastateurs déposés par les personnes que j'accompagnais. J'écoutais mes résonances et observais mes manières de toucher, de recevoir les confidences tissulaires du corps de mes patients. J'accédais à une réception de leur affectivité telle que je ne l'avais jamais ressenti auparavant. Je faisais l'expérience de la puissance de reliance et de la valeur ajoutée d'une posture de l'accompagnateur qui, n'ayant plus peur de sa propre fragilité, assume une vulnérabilité en ne la cachant plus. Sans jeu de mot, j'ai appris à sourire avec le cœur quand la face est de marbre ; malgré

cela, j'expérimentais l'isolement qui naît de l'incapacité à exprimer ses émotions, la souffrance de ne pas pouvoir être reçu à cet endroit. Je vivais en direct et dans mon propre corps deux réalités mises en relation.

Sur un plan, l'application des outils et des soins prodigués issus de la praxis du Sensible réanimait peu à peu un contingent anatomique gelé à sa racine. Un dialogue au cœur de l'intime de ma matière donnait sens à mon épreuve. Je dirais qu'à ce niveau d'implication, j'accédais à une résurrection. Je n'avais pas besoin de la mobilité objective pour la sentir effective. J'expérimentais une manifestation de la vie dans son essence. Allongé sur la table de soin, je bénissais ces mains et le travail de mes thérapeutes. Je me sentais privilégié de jouir d'une telle aptitude et expertise à entrer en dialogue avec une activité devenue infiniment discrète durant les premières séances. Progressivement, le pouls d'une vie désertée reprenait son rythme, un être retrouvait ses terres. Au fur et à mesure que le psycho-tonus réinvestissait mon visage gelé, malgré l'immobilité de ses fascias, j'étais capable de ressentir à nouveau des orientations et des amplitudes dans le mouvement interne et ce sur tout le trajet anatomique de la plupart de mes muscles faciaux[60]. Mes dix premières séances de fasciathérapie furent l'occasion de l'émergence et de l'évocation d'une série d'événements dont la plupart avaient marqué ma structure psychoaffective. Pendant le soin lui-même, à l'occasion de points d'appui, de libérations tissulaires et vasculaires ou de phases de résistance, des mémoires épisodiques et sémantiques défilaient. Ensemble, elles formaient le récit du pan occulté de ma vie affective, une vie restée calfeutrée dans l'intimité de mes silences, qu'ils aient été volontaires ou non. Chacune de ces émergences étaient une perle. Ensembles elles formaient un collier de sens ; ce genre de collier qui se passe autour du cou, des poignets ou des chevilles dans les rituels de passages dont on rit trop en occident. Depuis mes 'abîmes affectifs', sorties du silence de mes os, de mes membranes crâniennes, de mes vaisseaux, de mes muscles ou de ma peau, séance après séance, se faisaient entendre et sentir des plaintes. Je reconnaissais certains faits et me souvenais qu'ils m'avaient blessé. D'autres apparaissaient comme des ballons lâchés de mes profondeurs. À leur apparition, j'étais mis en lien avec la trace affective de celui

[60] Je m'étais amusé à dessiner tous les muscles du visage, à les nommer, à les visualiser, à en repérer le trajet précis. Depuis cette conscience, il m'était possible d'y imprimer une intentionnalité. Dans la nuit de ma paralysie, le jour n'était pas exclu pour autant. Une lumière invisible sortait mon visage de l'ombre. Percevoir le psycho-tonus de certains muscles, l'absence de cette habilité pour d'autres me donnait le baromètre de ma récupération sensorielle, récupération invisible pendant un certain temps – deux mois au moins sans le moindre soubresaut moteur -. Dans moi, en lien avec cet intime, je restais plus vivant que jamais car j'étais le complice d'une naissance, celle de l'expression d'un autre homme ému.

qui les avait vécues. Il avait dix, quinze, vingt-cinq ans ou cinquante ans. Tous sans exceptions, concernaient des moments de violence morale, de dureté et agressions physiques ou de 'tortures' affectives. Je prenais conscience qu'il existe aussi des types d'agression et d'effractions qui se construisent dans des gestes bien banals de la vie quotidienne. Oui, assurément je vivais un rituel de passage initié au cœur même de ma matière et de mon corps affecté, altéré. Être authentique dans tous les secteurs de la vie affective : l'ému était là aussi, redressé. Je me remémorais mes nuits de douleurs, leurs interprétations et ces moments de soin vécus paradoxalement comme une grâce absolue car ils portaient la promesse d'une heuristique pour l'être de chair, de pensée et d'émotion que j'étais. Ces moments, qu'ils se présentaient à l'occasion de soins manuels ou d'introspection et de méditation me plaçaient dans un sentiment de plénitude. Ils apportaient un nouvel espace dans mon corps, une autre perception de ma cavité thoracique, de mes côtes, de mon péricarde et de mes poumons. Dans cet espace se vidant progressivement de ses charges biographiques, je trouvais une réponse à la question suivante : d'où me venait cette ténacité à l'adversité affective? *Je comprenais pourquoi cette thèse était incontournable pour moi, comment sa thématique était un fil me tenant suspendu dans les tourbillons de ma vie affective*. Je portais en moi quelque chose qui parlent de tous les hommes et de toutes les femmes de cette terre. La problématique du silence des émotions comme du bruit qu'elles font dans nos vies, dans nos familles, dans nos communautés et dans nos sociétés est une gageure pour l'humanité. Je suis jusqu'au tréfonds de ma chair une énigme anthropologique d'une affectivité comme mode d'apprentissage d'un vivre en soi, d'un vivre avec, d'un vivre ensemble. *Apprendre*, c'était bien cela que ma paralysie me permettait de faire.

À bas bruit, un autre phénomène, assez inattendu, piquait la curiosité du chercheur. L'expression corporelle gelée conduit peu à peu au gel de ses émotions et à un essoufflement thymique. En quelques semaines à peine, je constatais que le curseur de mes résonances affectives à toute chose était descendu de plusieurs crans. Les choses et les gens ne m'affectaient plus comme avant comme si mon visage contenu dans une camisole perdait une mémoire émotionnelle, je me retrouvais dans une humeur neutre, bien différente de mes conduites affectives habituelles. Cet état m'intriguait, me fascinait à la fois. Je comprenais par l'expérience comment la médiation de l'activité myofasciale participe au partage de mes émotions et combien ce mécanisme nourrit un

sentiment d'existence et identitaire[61]. Le sens de cette expérience est venu alimenter ma réflexion sur l'incarnation, l'actualisation et la socialisation de certaines émotions, sur les impacts d'une censure de certains états émotionnels et affectifs. *Je revisitais mon rapport à l'expérience Sensible et la dimension émotionnelle qui lui était propre.* Je constatais que le processus en cours venait altérer les frontières entre différentes manières d'être affecté. J'interprétais l'ensemble de ces vécus comme s'ils me montraient dans une amplitude extrême en quoi l'homme Sensible que j'avais été s'était coupé d'une réalité affective par orgueil ou pour répondre à des conduites culturellement valorisées. Ma face défigurée montrait l'étendue d'un désastre personnel. Il m'avait fallu un événement de cette intensité pour réaliser à quel point l'homme que j'étais ne pouvait plus occulter un univers affectif dans la gestion de son existence. Il lui fallait penser une autre nature d'alliance entre l'émotion du Sensible et les émotions quotidiennes, *inventer d'autres avenues dialogiques pour éviter la concurrence entre deux univers au profit de la créativité de leur co-présence* peut-être ?

Après deux mois et demi de soins très réguliers en fasciathérapie et quelques-uns en acuponcture, je retrouvais l'usage partiel de mon visage. La récupération physique était lente. Ma paupière gauche, elle, ne se fermait qu'à moitié. Ma joue restait amorphe. Jour après jour je suivais l'évolution. En six mois, il m'était arrivé deux fois de me décourager, d'être pris de lassitude devant mon état. J'avais entrevu le gouffre d'où la dépression me tendait une main. Enfourchant mon vélo, je partais pédaler ma vie, maintenir un rapport à l'effort, valider que je pouvais jouir du bonheur de bouger tout le reste de mon corps. Me battre encore et ne pas renoncer, accepter cette temporalité et ses incertitudes, reprendre la poignée d'une confiance inébranlable sans nier la peur et l'impatience. Je restais là, en contact et en interaction avec mes états d'âme, sujet de toutes mes émotions. Parfois, en présence de mes amies soignantes, je laissais ma tristesse et ma peur s'exprimer. Je pleurais quand cela se donnait – et d'un seul côté. L'émotion se présentait, je l'accueillais comme elle venait, sans emphase ni retenue, telle quelle, dans sa physiologie. Je me souviens de l'éclosion de la première larme après trois mois de diète lacrymale. *Pleurer est une grâce.* La nature est perfection. Jusqu'alors, mon canal lacrymal gauche était sec comme le désert, mais un beau jour,

[61] Certaines recherches effectuées montrent deux types d'effets secondaires à des interventions chirurgicales sur le visage réduisant ou gelant l'activité de certains muscles autour des lèvres, des yeux ou du front. Par exemple, dans certains cas, le Botox agit comme un antidépresseur, alors que dans d'autres, l'atteinte de l'intégrité motrice des muscles du visage entraîne des épisodes dépressifs et des dispositions alexithymiques.

une émotion présente fit montée une larme, je l'ai vu naître dans un visage encore meurtri et inerte. J'étais émerveillé de pouvoir pleurer. Ce don m'était redonné. Par contraste, dans cette expérience symbolique d'une capacité de me laisser toucher, *j'imaginais l'homme privé de cette aptitude, pris dans un univers sec*. Le fait d'en avoir été privé pendant un temps avait éveillé une vigilance et une plus grande sensibilité perceptive à ce phénomène. Pour une toute première fois, dans le silence des organes, je vivais la poussée lacrymale dans son conduit, l'impulsion qui l'avait activée, l'événement organique dans son processus en entier. La portée heuristique ne se fit pas attendre. À cet instant, j'avais su ce que cela faisait dans le corps de l'homme, conçu organiquement pour vivre sa vie, y résonner à en pleurer- il y a mille et une façons et raisons de pleurer- la joie, la tristesse, la mélancolie, la colère ou l'émerveillement. A travers le phénomène vécu et imprévisible de la larme, je revivais à rebours les effets de contenir une physiologie qui dit ce que nous sommes dans certaines circonstances, avec certaines personnes dans un moment donné de notre vie. Les larmes sont ces messagères au goût salé de nos résonances émues, qu'elles soient joyeuses, impuissantes, privées ou intimes, divines ou culturelles, etc… A les laisser couler, elles racontent bien des choses que nul esprit ne pourraient décrire ou partager. Autant que de fusionner avec la première émotion qui survient, il est terrifiant pour l'homme d'enfermer l'ému derrière le masque des convenances ou dans la camisole de la terreur d'une fragilité portée au monde. C'est une sorte de 'génocide' fait à des parts sensibles de soi-même. Sans romantisme, animé d'un pragmatisme existentiel et social, j'imaginais une 'pédagogie de la larme' autre que celle de nos artistes acteurs qui sont de véritables sportifs affectifs? *Eduquer un savoir-s'émouvoir pour enrichir le vivre ensemble…, quel beau projet pour soi et pour le monde !* Quelque chose de l'ordre d'une éthique affective était en train de naître en moi. Je me rencontrais à cet endroit particulier où le pèlerin est en chemin vers un lieu d'équilibre entre plusieurs tendances culturelles de l'affectibilité. Même si l'analyse de Maine de Biran montre de la pertinence, sa proposition est loin de me satisfaire car elle élague trop vite certaines réalités et possibilités humaines.

> L'inconstance et la mobilité continuelle de nos affections, de nos désirs, de nos volitions, tient à celle de nos dispositions organiques ou sensitives qui varient nécessairement et d'une manière extraordinaire dans certains individus faibles du nombre desquels je suis. Si nous pouvions être dépouillés de cette affectibilité mobile ou la tenir sous la dépendance de la volonté, nous serions plus calmes, plus sages et plus heureux. (1816, p. 238)

Et si nous pouvions d'abord éduquer à recevoir cette affectibilité dans un espace plus grand que nous, et que ce dernier ne l'avale pas toute cru avant qu'elle ait porté sa cause? Je ne savais quelle forme encore cela pouvait prendre, mais un processus s'amorçait, irrémédiablement. Dans mes états d'âme nés de faits d'expérience et de conscience, une connaissance portait les promesses d'une « affectabilité ». J'avais appris l'habileté motrice pour mieux bouger, l'habileté perceptive pour accéder à des réalités improbables, il existait une habilité à découvrir et à acter : celle de me laisser émouvoir depuis un rapport différent à mes espaces affectifs connus et notamment à ceux que j'avais rejetés pendant une trop grande partie de ma vie.

6.2.4 Un point d'appui dans et pour mon processus doctoral

Dès le début de cet événement, j'ai dû repousser mes ambitions doctorales. Après ma première traversée hyper douloureuse pendant laquelle il n'était plus question de me placer devant un ordinateur ou un livre, j'avais à protéger mon œil constamment découvert. J'apprenais que toute bonne récupération neurologique demandait un retrait radical des sources électromagnétiques. Lire plus de dix minutes m'était devenu impossible. Pendant trois mois au moins, je n'ai rien entrepris de ce genre. Mes tentatives de reprise furent progressives, mais elles restaient encore nocives pour ma récupération. Après une heure ou deux de travail, la partie de mon visage atteinte montrait des crispations, l'œil donnait des signes de fatigue Je rétrogradais d'une semaine au moins par rapport aux progrès gagnés. Décidément, il me fallait accepter l'existence d'un handicap que je j'espérais provisoire. Mon processus doctoral prenait les allures d'un chantier abandonné.

Les propos lucides et soutenants de ma directrice de thèse lors de notre rencontre en juillet 2013 sont venus atténuer la culpabilité de ne pas avancer et mes questionnements sur le devenir de cette entreprise. Il me fallait prioriser avant toute chose ma récupération, changer le fusil d'épaule, viser un prendre-soin de moi et ne pas lâcher cette cible le temps nécessaire ; ce temps que ni elle, ni moi pouvions pronostiquer. Qu'importe la durée, il ne fallait rien entreprendre qui ne puisse mettre en péril mes chances de récupération totale. Je devais me résigner à un long point d'appui dont l'issue avait ses zones d'ombre. Je me maintenais dans un espace de confiance nourrit par une progression continue, par l'évolution de ma vie relationnelle et des apprentissages en cours. Ensemble ils formaient le terreau à partir duquel ma nouvelle

forme de chercheur était en train de croître. Toutes ces résolutions s'accordaient dans un point d'orgue au moment où je rencontrais un médecin validant mon incapacité à suivre les contraintes physiques et intellectuelles propres à l'entreprise d'un doctorat et ce pour une durée indéterminée. À la fin septembre 2013, je demandais une suspension d'inscription doctorale pour un an. Début décembre de la même année, au retour d'un voyage en Europe durant lequel j'avais exposé mon visage aux douceurs chaudes et à la lumière de la Grèce avant qu'il n'affronte l'hiver, je convoquais mes amis, collègues rimouskois, mes professeurs et ma directrice de stage de l'UQAR. Je m'offrais l'occasion d'une rencontre de co-développement[62] pour faire le point et peut-être renouveler mon rapport à ma thèse. Je voulais apprendre de la phase de transition dans laquelle j'étais, prendre un temps de réflexion en groupe et avec des professionnels de la recherche et de l'accompagnement du changement. Dans cette équipe, j'avais partagé mes réflexions récentes sur la thématique de ma recherche, j'avais fait le tracé historique des événements majeurs étant survenus depuis mon inscription initiale au doctorat. En faisant ce travail associé à une investigation dans les paradigmes herméneutiques issus des champs d'étude qui travaillent à partir de la symbolique[63], et suite aux résonances de mes co-accompagnateurs, je réalisais l'ampleur du bouleversement dans lequel je me trouvais.

Ce qui m'était arrivé depuis mes débuts en recherche doctoral était tout bonnement énorme. Je m'étais séparé d'une personne avec qui j'avais construit un lien durant sept ans, j'avais quitté un pays, une situation professionnelle et changé de statut. J'étais devenu un immigrant canadien. J'avais rencontré une personne, vécu dans un étau relationnel dont j'avais été un complice assidu, et qui m'avait broyé en petits morceaux. Je venais de quitter une fois de plus quelqu'un pour qui j'avais tout bousculé dans ma vie. Je sortais d'une paralysie faciale et m'engageait dans un autre lien amoureux depuis quelques mois à peine. Cette vue très synthétique de quatre années se suffisait à elle-même ; je me trouvais dans l'œil du cyclone d'une tempête existentielle

[62] Le co-développement est une pratique proposée dans les cursus du baccalauréat en psychosociologie à l'UQAR. Il est couramment utilisé dans les communautés des apprenants comme des praticiens ou formateurs au sein de la communauté des chercheurs rimouskois.

[63] J'avais ressemblé dans un document écrit les verbatim de consultations personnelles en tarot de Marseille, en référentiel de naissance, en numérologie dans l'optique d'élargir ma pensée et ma représentation sur les motivations. Je trouvais dans ces données passionnantes pour donner du sens à mon investissement doctoral comme à la traversée en cours. Voir : Payette, A. et Champagne, C. (2000). " Le groupe de comme-développement professionnel : une approche d'autoformation en groupe ", dans Foucher, Roland (sous la direction de). L'autoformation reliée au travail. Apports européens et nord-américains pour l'an 2000, Montréal, Editions Nouvelles (chap. 16).

majeure et ce, aux bordures de ma cinquantaine. Il y a avait de quoi remettre tout en question. Une expression revenait dans mon cercle d’amis, elle se formulait dans ces termes : *une thèse est une entité vivante, elle était en train d’œuvrer en moi et son processus me traversait de bord en bord. Certains chercheurs font une thèse alors que pour d’autres, c’est la thèse qui les fait.* Visiblement, j’appartenais à cette deuxième catégorie. Les événements rencontrés depuis 2010 m’avaient déplacé - dans tous les sens du terme -. Cette pause d’une année pour des raisons médicales se révélait être une aubaine. À moi de la rentabiliser et de lui donner la possibilité d’apporter une valeur ajoutée à ma recherche si je décidais de la poursuivre et à ma vie tout simplement.

De façon téméraire, je poursuivais ma route, retrouvant jours après jours mes capacités. Je n’ai pu reprendre pleinement mon activité normale qu’au bout de quatorze mois, c'est-à-dire vers le mois de juin 2014.

Je ne le savais pas, mais au moment d’écrire ces lignes, je mesure l’intelligence et la fécondité de cet arrêt. Ce qui pouvait m’apparaître comme étant une très mauvaise passe est en train de prendre la forme d’une bénédiction au regard de ce qui m’a été permis de rencontrer, de conscientiser, de ‘mâturer’. Car le chercheur, c'est-à-dire moi ici, qui va lire, traiter et interpréter les données sur des expériences d’hommes et de femmes émus et celui qui lit des auteurs quels que soient leur champ d’appartenance ne porte plus les mêmes lunettes.

En incluant ce récit, je rends compte d’une tranche de ma vie à qui je donne une nouvelle légitimité. J’en fais une pertinence supplémentaire dans la problématique d’une recherche sur la dimension émotionnelle dans le champ des pratiques et des théories du Sensible en questionnant différentes facettes de son intégration dans le vivre au quotidien.

6.2.5 L’autorisation noétique de l’homme ému : révélation, validation, actualisation

En revenant sur le déroulement de mon récit de formation, à partir de souvenir-références, j’ai retracé un parcours durant lequel se sont révélés des phénomènes, des expériences et des prises de conscience d’ordre personnel, professionnel, spirituel importants pour ma vie et pour mon rapport à cette recherche en cours. En regardant de plus près certaines confrontations avec l’émotion du Sensible, j’ai pu repérer et valider des altérations du sens et de l’émoi chez le praticien-chercheur que je suis. J’ai rendu

compte de mon ouverture culturelle aux émotions et à l’affectivité à travers une rencontre d’âmes. J’ai questionné la présence d’une utopie quand à une éthique du vivre ensemble à partir du mode du Sensible tel que je l’ai intégré au fil du temps. J’ai nommé l’impact de mes premiers contacts avec le champ des pratiques psychosociales rimouskoises comme celui de ma rencontre avec une manière de dialoguer avec l’univers des émotions dans la présence à soi et en relation. J’ai également placé le moment starter de mon parcours, honoré l’audace des premiers pas, ceux de mon inscription à ce doctorat avec des promesses et des projets à la clé. A travers une maïeutique et une herméneutique de l’écart, j’ai relevé des défis imprévisibles au sein de mes conduites affectives et relationnelles. J’ai présenté des processus de métissage et mes déplacements identitaires comme ayant été l’occasion de vraies transformations de ma sensibilité et de ma cosmogonie affective.

Dans le deuxième mouvement de mon récit de formation de doctorant, je me suis appliqué à décliner les facettes d’un événement majeur à plusieurs titres : celui de ma paralysie faciale. J’ai marqué les points herméneutiques de cet épisode de fragilisation extrême, de déconstruction de ma personne physique et bien plus encore : de tout mon être. Sur un autre versant, il y a eu une véritable mise en forme de la version inédite du chercheur qui conçoit et produit cette thèse aujourd’hui. Apprendre à savoir dire « Non ! » par moment, avoir la foi pour acquiescer dans certaines circonstance a abouti à une re-naissance au monde après avoir été démasqué, défiguré en deux parties au moins, chacune d’elle demandant à se rencontrer dans toute sa véracité.

En conclusion, ce long processus que je qualifie de « doctoral », pointe l’autorisation noétique et l’actualisation d’un homme et d’un chercheur ému qui advient. En produisant ce récit, j’ai revécu certains moments-clé d’une histoire de vie. J’ai pu les assimiler un peu plus. Je me suis rapproché de moi-même, c'est-à-dire de mon identité propre pour en assumer davantage ce parcours singulier-pluriel ; pluriel, car il va de soi que mes aventures et mésaventures sont le lot de chacun. Chemin faisant, cet exercice s’est avéré formateur et transformateur dans le sens où comme je l’ai déjà signalé, il a permis un niveau d’intégration plus profond d’épisodes douloureux et traumatisants. Il en a mis certains dans une perspective nouvelle et féconde pour ma recherche, mais aussi pour ma vie. En me laissant traversé par l’acte d’écriture de mon histoire de vie, en ’re-construisant’ du sens à partir de souvenirs-référence, j’ai conscience d’avoir créé mon mythe personnel (Lessourd, 2008). Déposé ainsi, ce récit a installé à la fois une

distanciation du chercheur face à son objet d'étude et un engagement en tant qu'un saut qualitatif de présence du Sujet *à, dans et pour* sa recherche. Je constate une clinique herméneutique (*Ibid.*) de ce travail préparatoire de l'analyse des verbatim de mes co-chercheurs. A l'arrivée, ces lignes d'écriture ont été soignantes ; elles emportent un mouvement de joie au sens spinoziste et Mishrahin du terme, une santé au sens de Philon d'Alexandrie[64]. En ce sens, je bénis cette recherche et car déjà, elle m'offre des fruits imprévisibles et inespérés.

Cette touche finale clôt le premier mouvement de problématisation de ma recherche. Avant de présenter la question principale de cette étude et les objectifs qu'elle sert, je dépose en épilogue les propos de Joëlle Marquez-Maurel au sujet de l'homme noétique, cet homme qui s'autorise à cheminer vers lui :

> C'est à partir du conflit entre la quête de son identité propre et l'identité donnée ou imposée que l'altération et la transgression des valeurs reçues peuvent se produire et conduire l'homme vers l'autorisation à devenir auteur et créateur de son existence (…) Cette progression vers la réalisation de soi, vers l'autorisation noétique, semble entrer dans une démarche gradualiste, c'est-à-dire qui prend du temps, correspondant à une méthode de connaissance de soi ouvrant peu à peu vers l'évolution de la conscience humaine. Pourtant, paradoxalement, l'évolution de la conscience ne peut s'effectuer par accumulation de connaissances, elle se produit par l'expérience soudaine nous arrachant à l'état précédent où nous étions fixés. [Quelques] caractéristiques de l'homme noétique (…) sont la paix avec soi-même et le monde, (…) une acceptation totale de ce qui est, une grande qualité d'écoute, une absence de ressentiment, une complète autonomie, une grande rigueur et de la fermeté, le sens de la responsabilité, la conscience d'être relié et le besoin de transmettre ce dont il[s a] fait l'expérience, une compréhension du sens de la vie et du monde. Ces qualités (…) sont axées sur l'épanouissement de l'être et non sur la performance et le paraître. Sans nier l'importance du savoir et des sciences actuelles, n'est-il pas urgent pour les sciences de l'éducation [et j'ajoute, pour les sciences sociales] de s'interroger sérieusement sur la reconnaissance de la fonction noétique à l'université et sur ses possibilités de permettre un certain progrès, une certaine ouverture de la conscience humaine? [65]

[64] Voir le bel ouvrage de Jean-Yves Leloup sur Philon et les Thérapeutes d'Alexandrie. (Leloup, 1993).
[65] http://www.barbier-rd.nom.fr/AutoNoetJMacrez.html voir aussi : Maurel, J. (2012). *S'autoriser à cheminer vers soi*. Paris : Psychologie spirituelle, Broché

CHAPITRE 2 : LA DIMENSION EMOTIONNELLE ET AFFECTIVE AU CONTACT DU SENSIBLE

PREMIERE APPROCHE, PREMIERES QUESTIONS

Le « Sensible » est la forme lexicale choisie par D. Bois pour désigner l'ensemble des phénomènes constitutifs de la praxis proposée par la psychopédagogie perceptive.

Le « Sensible » spécifie aussi la sensibilité à l'œuvre dans cet univers expérientiel ; sensibilité renvoyant à plusieurs catégories de phénomènes. Elle est à la fois source et conscience disponible, ouverte et éduquée du rapport que peut déployer le sujet à son corps et à sa vie.

Dit autrement, le Sensible renvoie […] à la fois à l'ensemble des phénomènes qui émanent de ce monde intérieur et à la modalité perceptive capable de nous informer de son existence.
Eve Berger

Introduction

Mais de quoi s'agit-il ici? La première étape dans ce chapitre consistera à répondre à cette question. A travers un bref historique, je présenterai la création et la construction progressive d'un paradigme né d'un effort de conceptualisation et de modélisation initié en 2001. J'ai été un témoin impliqué de ce processus demandant un glissement de la pratique et de la clinique à la recherche scientifique, puis un jeu de réciprocités entre ces deux univers dont les frontières sont plus poreuses qu'il n'y paraît ; glissement et réciprocités qui n'ont pas été sans heurts ni sans émotions. Présenter le paradigme du Sensible, c'est exposer l'ensemble des modèles théoriques et pratiques qui constituent un axe organisateur de pratiques concrètes et de réflexions, qui accordent une place privilégiée à la formation sensorielle comme une source irriguant des manière d'aborder le monde et de s'y inscrire dans des formes socio-professionnelles et institutionnelles.

Dans un deuxième mouvement, je décrirai l'univers des perceptions du Sensible. Nous découvrirons l'existence d'une expérience subjective corpéoréisée – sous la forme d'un mouvement interne – et un ensemble de phénomènes vécus lui étant lié que je détaillerai. Je parlerai d'une séries d'altérations, altérations prises au sens de modulations et de modifications fécondes, et donc il ne s'agit pas ici d'un processus négatif comme le laisse supposer l'usage courant de ce terme déjà abordé dans le

chapitre 2 sur l'apport de la phénoménologie. Parmi l'édifice théorique du paradigme du Sensible et l'ensemble des modélisations existantes, je mentionnerai deux modèles nés de la recherche, celui de *la modifiabilité perceptivo-cognitive*[66] et celui de *la spirale processuelle du Sensible* [67](Bois, 2005 ; 2007).

Ce trajet en deux temps forme une première approche descriptive et compréhensive du paradigme du Sensible et une incursion intime dans les vécus et les expériences qu'il revêt. Chemin faisant, la problématique de cette recherche se dessine et avec elle va émerger la question principale de cette thèse, et ce, dans une première formulation. Pour finir, je présenterai les trois objectifs visés dans cette étude doctorale.

1. LE PARADIGME DU SENSIBLE : DE QUOI S'AGIT-IL?

Aller à la rencontre de ce potentiel, (…) relève d'une démarche de recherche, de prospection vers le dedans des choses… de soi, pour découvrir ces « imperceptions », celles qui sont trop petites pour être remarquées.
D. Bois

Le paradigme du Sensible peut être présenté comme étant l'ensemble constitué de pratiques et de théories, d'études et de recherches faites à partir du terrain de l'expérience vécue dans un cadre spécifique relatif la rencontre avec une dimension corporelle très singulière. Il fait naître une conception du monde ancrée dans la perception et dans le corps Sensible à partir de protocoles aujourd'hui stabilisés, mais restant ouverts à des changements par les recherches qui les font évoluer. Il est une science des rapports dont la portée est soignante et formatrice, existentielle et spirituelle. Spirituelle dans le sens inspiré par Bernard Honoré[68], c'est-à-dire, un prendre-soin par une recherche des moyens d'exprimer dans notre agir ce que nous avons de meilleur dans notre humanité. Le paradigme du Sensible s'inscrit dans le mouvement d'une existence en tension vers son plein épanouissement. Dans cette section, je suis animé par la pensée issue de l'expérience vécue d'Eve Berger pour qui,

> la fécondité de la rencontre entre le paradigme du Sensible et la phénoménologie se tient en grande partie [ici,] dans la visibilité et la transparence que l'expérience

[66] Voir la thèse de doctorat inaugurale de Danis Bois : Le corps sensible et le changement de représentation chez l'adulte - Vers un accompagnement perceptivo-cognitif à médiation du corps sensible, Université de Séville (2007)
[67] *Ibid.*
[68] Bernard Honoré est psychiatre et philosophe du soin et de la formation. Son œuvre sur la question de la santé et de la formation a inspiré la mise en place du paradigme du Sensible comme les pratiques psychosociales telles que proposées à l'UQAR.

> trouve dans sa propre description, une description qui ose viser, au-delà des impacts de nos pratiques, les phénomènes constitutifs du Sensible eux- mêmes. Il est clair pour moi aujourd'hui que la recherche sur la nature et les implications de la dimension Sensible de l'être humain doit passer par ces deux voies conjuguées de l'analyse de ses impacts sur tel ou tel secteur de la personnalité ou de l'existence du sujet, et de la description méthodologique rigoureusement menée de l'expérience à laquelle ils se réfèrent. C'est ainsi que nous pourrons poursuivre l'établissement d'une « phénoménologie du Sensible », projet cher à D. Bois et à notre équipe de recherche, qui repose par ailleurs sur la formulation de plus en plus claire d'un positionnement théorique original au sein du courant phénoménologique. (Berger, 2009, pp. 455, 456)

1.1 Petite histoire : les six étapes à l'origine du paradigme du Sensible

Dans une note affective en résonance à un parcours de plus de trente ans. Retrouver la genèse de ce qui est aujourd'hui installé socialement revient à fouler – à rebours – les pas d'une aventure humaine et d'un groupe à laquelle j'ai participé avec ferveur. En regardant de plus près les moments marquants et les principaux acteurs de cette belle histoire, j'y vois différentes étapes[69]. Elles évoquent la grille d'analyse de Csikszentmihaly dans son étude de la créativité auprès de grands inventeurs et créateurs porteurs de nouveaux paradigmes (2006).

Entouré de quelques personnes dévouées, une *dynamique de créativité* (1), en écho avec *l'engagement initial* (2) indestructible de son initiateur[70] et *l'immersion continue au sein de l'expérience* (3), a permis de nombreux *moments de révélation et de création* (4). Une phase ardue, faite de confrontations aux acquis conceptuels et demandant une écoute attentive et des outils d'explicitation du sens caché de ses jaillissements, a rendu possible la *compréhension et la mise en mots* (4) de vécus improbables et imprévisibles. Une fois encore, la mémoire de moments merveilleux remonte à la surface. Je revis ces temps d'écoute et de partages en lien avec l'engouement à chercher puis à trouver une terminologie ajustée et vivante pour rendre compte d'une expérience extra-quotidienne[71]. D'autres souvenirs reviennent dans une

[69] Les six étapes du processus vécu chez des grands créateurs sont : 1) l'engagement initial, 2) l'immersion dans l'expérience, 3) la phase d'incubation, d'imprégnation, de recul, 4) le moment de l'illumination, du déclic, de « formation créatrice », 5) La compréhension et la mise en mots, 6) La communication, la socialisation. (Csikszentmihalyi, 2006), (Lieutaud & Ouellet, 2013, pp. 5, 6).

[70] Dans le prolongement de Still, fondateur de l'ostéopathie en 1892, ***Danis Bois*** est initialement kinésithérapeute et ostéopathe. Il innove dans le domaine du soin et de la santé en créant au début des années 80 la fasciathérapie puis, dans les années 90, la somato-psychopédagogie rebaptisée pédagogie perceptive. Il dirige le CERAP depuis 2004.

[71] Ce terme est majeur dans le paradigme du Sensible. Il sera développé. Retenons qu'il distingue par le préfixe 'extra' la mise entre parenthèse des attitudes naturelles de la vie quotidienne quand il s'agit d'écouter, de porter son attention ou de percevoir.

tonalité différente, ils se rapportent à la résistance et au sentiment d'incompréhension ou de lassitude face aux remises en question de terminologies installées.

Mais sans ce travail minutieux, la tâche suivante était impossible. Elle a débuté dans les années 2001/2002 avec les premières théorisations faisant l'objet de travaux de recherche scientifique[72] et de partages avec des chercheurs d'institutions universitaires. Avec cette phase de *socialisation* (6), nous bouclons un processus interne/externe en rappelant qu'il a été sans cesse nourrit par des allers-retours entre la pratique et l'élaboration d'une théorie contemporainement évaluée sur le terrain. Cette étape a fait office de *prise de recul ou d'imprégnation* (5) de découvertes effectuées sur l'arête vive de l'expérience vécue de moments extra quotidiens, et par l'observation de leurs effets sur les compétences professionnelles. Expérientiellement, les processus inhérents à cette cinquième étape ont commencé bien tôt avec la confrontation à d'autres pensées, dont celles de la rencontre avec la philosophie, et même avec la réflexivité développée lors de notre carrière de formateurs.

L'ensemble de ce processus a donné naissance à des formations professionnelles et de développement personnel et des formations à la recherche. Il a donné lieu à des sujets de communications dans différents secteurs (médical, éducation, art, formation d'adultes, accompagnement de la femme enceinte, managérat, etc.) et a ouvert la voie pour des participations à de nombreux colloques. Ce trajet abouti s'incarne aussi par de nombreuses publications d'ordre scientifique. Les étapes de cette œuvre sont schématisées (Schéma 78) :

[72] La thèse de doctorat inaugurale de Danis Bois, en 2007, en science de l'éducation à l'Université de Séville en Espagne est l'aboutissement de ce long processus. Notons que la thèse de Maria Léo, en 2003, traite du paradigme du Sensible. Son livre, *La présence totale au mouvement* rend compte des processus que je vais décrire dans cette section.

Une dynamique de création à l'œuvre pour un nouveau paradigme : L'étude de l'expérience du corps Sensible

C'est avec une belle émotion que je retrouve des images, des lieux, des discussions et des états d'âme partagés dont l'empreinte est encore vivace en écrivant ces lignes. Depuis le début des années 2000, le Professeur Danis Bois[73], accompagné d'une équipe de recherche, s'est lancé dans l'étude de « l'expérience du corps Sensible » (Bois, 2001, 2006, 2007), expérience ancrée dans l'immédiateté qui se trouve au fondement d'approches professionnelles de soin et d'accompagnement de la personne (Berger & Austry, 2013). Comme le précisent Anne Lieutaud et Sylvie Ouellet[74] citant Rogers,

> c'est au sein de cette expérience immédiate, personnelle et subjective que toute science et toute recherche scientifique individuelle trouvent leur origine. (2013, p. 6)

[73] Professeur cathédratique en psychopédagogie perceptive à l'Université Fernando Pessoa (Porto)
[74] Lieutaud A. & Ouellet S. (2003) Processus créatif et mutation de paradigme chez le chercheur. La logique de la découverte en recherche qualitative, Jun 2013, Fribourg, Switzerland, p.20.

1.1.1 La fasciathérapie à l'origine d'un processus d'émergence de pratiques

Vingt ans plus tôt, dans les années 80, la fasciathérapie[75] proposait déjà une perspective innovante du rapport au corps par un toucher manuel spécifique, dont la caractéristique était une sollicitation de l'unité corps-esprit à travers la mobilisation des forces de régulation somatiques et psychiques du patient. La fasciathérapie, comme son nom l'indique, est une thérapie des fascias[76] et pour Danis Bois (2007),

> le fascia est véritablement le squelette psychique de l'individu, imprimant en lui tous les stress physiques ou émotionnels qu'il subit. Cela se traduit au niveau corporel par des crispations durables du fascia, créant des zones plus ou moins denses qui entravent sa mobilité.

Je dois dire que mon engagement en tant que patient dans cette pratique soignante a été salutaire dans mon parcours de santé et de vie, puisque qu'avec l'aide d'une fasciathérapeute en 1989, je me suis extirpé d'une dépression post traumatique consécutive à une gestion désastreuse d'un problème de santé. J'ai bénéficié de cette approche dont la conception de la santé et de la personne humaine est bien spécifique. Elle m'a convenu et conquis dès ma première prise de contact. L'ensemble des propositions actuelles, qu'elles soient pratiques ou théoriques puisent leurs racines dans cette praxis manuelle. Son développement continu a permis la création de pratiques corporelles connexes, gymniques, artistiques et performatives dont la portée touche des domaines aussi variées que ceux de la santé, du sport, de la rééducation, des arts, de l'éducation, de l'accompagnement de la femme enceinte, de la formation d'adultes, de certains secteurs de la psychiatrie, du coaching, etc.

Dans les années 1990, la fasciathérapie s'enrichit d'une pédagogie de l'action pour permettre à la personne d'éveiller son rapport à l'expérience de son propre corps en mouvement. C'est l'émergence de la gymnastique sensorielle[77], une pratique de mouvement visant à permettre la mise en action dans le visible d'une perception

---

[75] Il existe plusieurs méthodes de fasciathérapie qui s'adressent au tissu conjonctif. Je parle ici de la pratique manuelle de soin et d'accompagnement mise au point par Danis Bois.
Voir, notamment : http://www.methodedanisbois.ch/docs/article_fascia1.pdf et le site www.

[76] Le fascia est un terme médical qui désigne le tissu qui recouvre et compartimente les muscles et les organes. La peau est un fascia, l'aponévrose des muscles est également un fascia. Danis bois a classifié des structures semblables dans l'ensemble du corps. Voir, notamment : Une thérapie de la profondeur (Bois, 1990), Le mouvement dans tous ses états (Berger, 1998), La pulsologie (Queré, 2004), La fasciathérapie (Eschalier, 2005), Le moi renouvelé (Bois, 2006).

[77] De nombreux livres abordent la gymnastique sensorielle. Voir, notamment : La Gymnastique sensorielle, Agnès Noel (2000), La Gymnastique sensorielle pour tous, Isabelle Eschalier (2009), et travaux de recherche au CERAP, Schreiber, F. (2011). L'accompagnement verbal en gymnastique sensorielle - Etude croisée de la parole du formateur et des témoignages des participants. Mémoire de Mestrado en Psychopédagogie perceptive, Université Fernando Pessoa, Porto.

subjective initiée dans l'intimité silencieuse du corps. Expérientiellement, j'ai beaucoup apprécié cette étape et la richesse qu'elle apportait sur les plans perceptif, cognitif, éducatif, artistique, curatif et spirituel. Je me souviens de ces années de pratiques intensives où toutes mes articulations étaient mobilisées avec minutie et subtilité dans une lenteur inédite et une profondeur jamais atteinte pour moi. Je voyais la valeur ajoutée d'une pratique de soi offrant la possibilité d'un travail autonome et individuel comme de groupe. La création d'un ensemble de mouvements codifiés totalisant plus de deux heures de pratique en continu donne la mesure des possibilités à explorer. Avec une gymnastique sensorielle[78] à visée d'éveil de la perception interne et d'informations somato-psychiques, le fasciathérapeute pouvait devenir un pédagogue ayant à sa disposition, pour lui et ses patients, des outils concrets sous la forme de séquences d'une gestuelle codifiée. La mise au point de la gymnastique sensorielle a contribué à une meilleure construction de la personne par son autonomisation en lui donnant un support concret pour poursuivre un processus en dehors des séances chez le praticien. Ce mouvement a généré le glissement de la dimension soignante à celle de la formation. De cette évolution est née la somato-psychopédagogie. C'est ce qu'a étudié Doris Laemmlin-Cencig dans sa recherche sur la dimension soignante et formatrice en psychopédagogie perceptive[79] :

> Nous pouvons observer tout d'abord qu'à travers l'expérience en somato-psychopédagogie se donne une dimension soignante avec une action directe sur les symptômes physiques, psychiques et psychosociaux dans le sens d'un retour à une santé profonde, puis une dimension formative, au sens de la construction de soi, c'est- à-dire de la morphogenèse de soi. À travers le déploiement de nouvelles potentialités, c'est d'un véritable processus de renouvellement du moi dont il est question. La personne apprend à mobiliser des compétences d'autoévaluation au sens d'une écoute de son état tensionnel par exemple, et des compétences d'auto-traitement. (2007, p. 8)

Puis, vers la fin de cette décennie, l'introspection sensorielle est venue constituer un nouvel instrument pratique du mode du sentir, mais également du mode du penser. Une caractéristique de taille de la mise en place de ces deux outils est que l'introspection sensorielle comme la gymnastique sensorielle peuvent se pratiquer seul, chez soi, ou en groupe, et offrent par conséquent l'ouverture à une autonomie et une auto-formation du sujet qui les pratique. En complément des relations d'aide manuelle et gestuelle, elle invitait à une analyse et une exploration très active de l'intériorité du corps. A mon sens, ce dernier mouvement préparait en silence toute la phase suivante,

[78] La gymnastique sensorielle telle que proposée en psychopédagogie perceptive.
[79] Le terme de somato-psychopédagogie est aujourd'hui remplacé par celui de pédagogie perceptive.

inattendue pour tous ceux et celles qui suivaient l'enseignement de cette méthode depuis plus de quinze années : celle de l'entrée et de la confrontation de 'nos pratiques' dans l'univers complexe du champ de la science. Je me souviens des résistances rencontrées provenant d'un rejet de toute intellectualisation d'une pratique dont l'accès originel avait été permis par une mise entre parenthèse d'habitudes réflexives, et même de toute pensée. Il fallait du courage et une sacrée dose de confiance pour proposer un tel virage. Quinze ans après, je regarde ce mouvement avec une réelle gratitude pour son audace : le chercheur qui est là, affairé à sa thèse de doctorat, est né de ces bouleversements et de ces mouvements dans lesquels, comme le précise Danis Bois,

> il m'a été donné d'ouvrir le débat autour de la question : est-il possible d'accompagner une personne à instaurer une plus grande proximité avec elle-même? Cette présence à soi dans l'expérience m'a conduit également à questionner le lien entre le mode du sentir propre à l'art et à l'expérience, et le mode du penser propre à la philosophie. (2008, p. 2)

Un autre tournant dans l'évolution de cette discipline se présente à travers la venue de la verbalité sensible. C'est un moment fort dans l'historicité du paradigme du Sensible[80] car il donne doute la valeur au vécu par une pratique de mise en mots pour décrire l'expérience rencontrée, pour apprendre à s'exprimer depuis un rapport plus intime à soi à partir « d'un corps qui délivre[rait] sa propre pensée, une subjectivité corporeisée qui se glisse[rait] dans la parole » (*Ibid.*, p. 9). En donnant une voix à cette expérience née du silence, la personne, qu'elle soit le praticien, l'étudiant, le patient, la personne accompagnée ou le chercheur, laisse

> vivre une parole authentique, ancrée, incarnée dans la chair, une parole qui ne laisserait aucun espace entre ce qui est perçu dans le corps et ce qui est dit et qui, finalement, exprimerait le contenu de l'état d'être jusque-là silencieux. (Bois D. , 2008, p. 8)

Cette praxis n'est pas sans effets dans l'histoire de la construction du chercheur du Sensible et de l'assise d'un paradigme puisque la parole peut se prolonger sous la forme de l'écriture.

Cette dernière est un outil d'accompagnement et d'auto-accompagnement utilisé et mis en place sous la forme de journal de bord ou de formation. Ce processus d'écriture de soi depuis un ancrage corporel et Sensible fait l'objet de formations et

[80] Le Sensible dont il est question ici ne renvoie pas aux cinq sens ni au sens proprioceptif du corps humain. C'est un concept mis au point par Danis Bois et qui prend son origine dans « un contact direct, intime et conscient d'un sujet avec son corps […], dans un rapport à des manifestations vivantes de l'intériorité du corps. [il ne s'agit] plus alors de perception sensible, dévouée à la saisie du monde, mais de perception du Sensible, émergeant d'une relation de soi à soi » (Bois, 2007b, p. 14). Pour figurer cette distinction il devient substantif, affublé d'un S majuscule.

d''interventions dans différents milieux[81]. Il est devenu une posture méthodologique et épistémologique face à une nouveauté radicale, celle de la perception de sensations corporelles totalement inédites et signifiantes qui mobilisent l'attention de la conscience par contraste à d'autres phénomènes corporels plus habituels. Cette expérience est décrite comme un jaillissement en gerbe (Berger, 2009) d'une part de soi réputée plus informelle ou floue à première vue. Pourtant, et c'est ce que présentent Eve Berger, Anne Lieutaud et Didier Austry,

> la recherche radicalement en première personne de Berger (2009a) montre que l'exposé de cette part plus informelle, plus floue, plus diffuse, est possible. Nous pensons qu'elle a un rôle crucial à jouer dans l'amplitude que peuvent prendre les explorations et innovations de la recherche, quel que soit le champ scientifique concerné, puisqu'elle est un outil majeur d'objectivation de la subjectivité notamment corporelle du chercheur à l'œuvre, dans le cours même de son processus réflexif conscient et inconscient. (2013, pp. 19, 20)

1.1.2 A l'arrivée : la psychopédagogie perceptive

En conclusion, on peut retenir un trajet historique aboutissant à la psychopédagogie perceptive comprenant plusieurs cycles : le premier concerne la fasciathérapie, le second renvoie vers une dimension subtile de la gestuelle corporelle – la gymnastique sensorielle, le troisième nous amène vers l'introspection sensorielle, le quatrième nous conduit à la parole du Sensible, le cinquième ouvre à l'écriture, une écriture performative et Sensible. Le point commun à toutes ces applications-créations est en premier lieu une expérience du corps

> vécu, compris et étudié comme lieu d'émergence et d'entrelacement de processus perceptifs, affectifs, cognitifs et relationnels renouvelés. Le corps Sensible est donc ce corps qui déploie et actualise sa sensibilité potentielle pour ouvrir à de nouvelles capacités de perception, d'action, de relation à soi et à autrui, de création de sens et d'expression créatrice. (Berger & Austry, 2013, p. 79)

L'expérience faite en psychopédagogie perceptive renvoie au sens même de la vie dans la mesure où celui qui en fait l'expérience se perçoit vivant et concerné au plus profond de lui, soigné et en *trans-formation*.

> La personne s'expérimente en formation tout autant qu'en soin et c'est le fait d'être en transformation qui fait le lien entre ces deux dimensions vécues au contact de cette approche. La transformation concerne le rapport à soi, au corps et au monde. (Laemmlin-Cencig, 2012, p. 8).

---

[81] Voir la recherche de Mestrado de Jacques Hillion (2010) *Écriture et processus de transformation - Analyse d'une expérience d'atelier d'écriture auprès de personnes engagées dans une démarche en psychopédagogie*. Université Fernando Pessoa *et* la thèse d'Eve Berger (2009) *Rapport au corps et création de sens - Etude à partir du modèle de somato-psychopédagogie*, Université Paris VIII.

Poursuivons la rencontre de cette dimension Sensible, celle qui donne son nom au paradigme faisant l'objet de notre attention. Tout en 'maîtrisant' l'émergence et le jaillissement d'une expérience Sensible pour en faire une pratique reconductible à volonté par des protocoles professionnels, le saut vers la recherche se trouve dans le passage d'une évidence empirique à une mise en évidence d'effets et de processus qui restent invisibles quand on est plongé dans la pratique. La recherche a permis de mieux comprendre les ressorts de « comment ça marche » et puis, de valider scientifiquement une expérience dont l'application dans différents domaines d'activités par des professionnels et des chercheurs de terrain ont donné une valeur ajoutée à la compréhension de son fonctionnement.

La figure suivante rend compte visuellement de la richesse et de l'évolutivité d'une discipline émergente. On retrouvera en référence l'adaptation du modèle de Csikszentmihaly (2006), elle illustre le processus itératif à l'œuvre aboutissement à l'actuelle situation d'une discipline à l'issue d'un trajet débuté au début des années 80 !

De la fasciathérapie à la psychopédagogie perceptive et applications connexes: Inscription d'une pratique dans l'univers de la recherche scientifique

1.2 Genèse d'une identité épistémologique : des praticiens et des professionnels du corps Sensible se forment à la recherche[82]

Il y a d'abord pour nous une évidence, presque naïve,
que tout chercheur a bien un corps et que ce corps, son corps,
est un partenaire incontournable de la recherche.
Eve Berger, Anne Lieutaud et Didier Austry

On pourrait penser l'expérience dont il est question comme inaccessible à toute saisie régulière et dont la réitération l'est tout autant car elle est un jaillissement de l'instant, une émergence venue des profondeurs de la chair. De même, il est aisé d'imaginer la difficulté d'articuler une pratique ancrée dans la subjectivité d'une expérience singulière avec sa théorisation répondant au critère de scientificité, sans la dénaturer. Un des défis fut de créer ou de trouver un espace institutionnel pour permettre ce mouvement. Combien de praticiens ou de disciplines offrant à vivre des expériences nourrissantes, soignantes et utiles pour l'homme restent à l'écart de la communauté scientifique ! En 2004, la création du Centre d'Etude et de Recherche Appliquée en Psychopédagogie Perceptive, le CERAP, est venu incarner et socialiser un espace de recherche propre à l'étude d'un vécu corporel riche de nuances nouvelles : *le corps Sensible* (Bois, 2001, 2006, 2007 ; Bois, Humpich, 2006 ; Bois, Austry, 2007 ; Berger, Bois, 2008).

Mais dès 2001, la création de programmes universitaires de troisième cycle et les premières recherches en psychopédagogie perceptive[83] inauguraient le terrain d'un nouvel espace scientifique. Je me souviens de mes voyages au Portugal, et de mes premières journées à Lisbonne pour suivre ces cursus ; la joie, l'enthousiasme et une fierté non dissimulés à mes retours en France devant le regard et l'écoute de mes patients et étudiants quand je leur partageais certaines de mes découvertes occasionnées tout au long de ces moments de recherche-formation. Nous changions d'univers, passions du cabinet de soin ou des lieux de stages à des bâtiments et à des salles de cours ou amphithéâtres portant la notoriété de l'institution universitaire et la force qu'elle évoque dans le social et le socio-professionnel. Cette nouvelle appartenance a

[82] Cette section est inspirée de l'article publié dans la revue Réciprocité N° 8 du CERAP. Voir : Berger, Austry, & Lieutaud (2008). *Faire de la recherche avec et depuis son corps Sensible : dix ans de recherches en psychopédagogie perceptive*.

[83] La psychopédagogie perceptive est l'appellation sous laquelle le premier programme de mestrado (appellation portugaise du master) a été validé par le Ministère portugais de l'enseignement supérieur et de la recherche. C'est donc aujourd'hui la discipline universitaire qui a pour objet l'étude des pratiques de terrain correspondantes.

constitué un élément signifiant du trajet de vie de très nombreux praticiens. Bien qu'il soit difficile de le quantifier et de rendre compte de la valeur ajoutée dans la vie, l'estime de soi, le sentiment d'intégration socio-professionnel, etc., je n'ai aucune hésitation à affirmer la portée et une vraie révolution à ce niveau (parmi tous les autres concernés) chez mes amis et collègues qui marchaient avec moi chaque matin dans le quartier de Santa Maria de Belém pour se rendre à l'université Moderne de Lisbonne. Nous traversions les beaux jardins qui jouxtent le magnifique centre culturel de Lisbonne[84] dans un soleil éclatant. L'air du Rio Tejo, le Tage dynamisait les poumons de nouveaux chercheurs foulant les pas d'une terre d'accueil, le Portugal. Oui, c'était bien cela, ce pays et cette ville offraient l'hospitalité à une formidable aventure humaine ! J'ai encore dans les yeux et dans le cœur ces moments de pause dans le jardin de la Tour de Belém et les soirées chaudes du mois de juin dans les rues du centre de Lisbonne où je logeais avec mon ami québécois devenu aujourd'hui un collègue et doctorant dans le même laboratoire de recherche. A cette époque déjà, je réalisais notre contribution à la mise en place d'un nouveau paradigme, paradigme pouvant être compris comme un cadre de formation, d'auto-formation, un système comprenant des règles permettant de guider le scientifique ou un groupe dans la mise en œuvre d'une pratique visant à résoudre une énigme[85] (Lieutaud A. , 2014).

L'ensemble des propositions de recherche pointait des questions scientifiques fondatrices, dont les deux suivantes :

> que pouvions-nous dire, au-delà des observations empiriques de terrain, des processus mis en jeu par l'expérience du corps Sensible? Que révélaient-ils, par exemple, quant à l'éducabilité de la perception, la plasticité des représentations, ou encore les modalités possibles de l'accès au sens? (Berger, Austry, & Lieutaud, 2008, p. 9)

Progressivement se sont établies les nuances et des frontières d'une vision, d'une fonction, d'un statut et d'une posture du corps dans la recherche. En écho avec Berger, Austry et Lieutaud (2008), l'émergence du paradigme du Sensible fait suite à une évolutivité sémiotique du corps dans le domaine de la recherche. Je veux dire le corps comme support vivant de la recherche *via le corps vivant et Sensible de la personne* en tant que support du chercheur lui-même qu'il abrite.

Il a fallu dépasser la conception d'un corps-obstacle, c'est-à-dire un corps devant être inspecté pour saisir des effets non prévus, les implicites non reconnus liés sa

[84] Ce centre a reçu en 1993 le prix international des constructions en pierres.
[85] Voir dans la thèse d'Anne Lieutaud le chapitre 2.1 Paradigmes scientifiques et franchissement des frontières pp 29-90 (Lieutaud A. , 2014).

présence et sa mise en jeu dans la pratique de terrain. Ce premier franchissement de la barrière conceptuelle d'un *corps-obstacle*, en tant qu'il ne peut pas figurer un lieu crédible de travail ni une ressource appropriable (Memmi, 2009 cité par *Ibid.*), ouvre l'espace conceptuel sur un deuxième corps, le cor*ps-médium* caractérisé par une présence et une participation reconnue tout en restant passive. Ce dernier offre des compétences pour le chercheur comme celles par exemple, d'une perception polymorphe dont le dépassement des sensations classiques permet une écoute plus subtile. Avec une finesse conduisant l'implication et la résonance du chercheur dans une autre tonalité,

> la confrontation avec le terrain n'est pas seulement intellectuelle, mobilisant des représentations ou des changements de représentations, mais [qu'] elle est mobilisation en acte du corps, dans ses dimensions pratiques et sensori-motrices, une prise par le corps du terrain. (*Ibid.*, p. 11)

Cette implication a son incidence sur l'émergence de phénomènes inter personnels, intersubjectifs et sur les données recueillies. Dans cet univers, le corps n'est plus uniquement un médium. Il devient un acteur, un partenaire de la recherche car, lui-même, porteur de sens.

Dans leur analyse, les auteurs présentent une dernière catégorie, celle du *corps sensible* ou *corps partenaire.* Elle se caractérise par une vie « sentante » et « ressentante » dont les bouleversements occasionnés altèrent le chercheur et le processus de l'étude elle-même. La manière d'être en réciprocité avec le terrain et ses acteurs fait voir des dimensions jusqu'ici hors d'atteinte comme celles relatives au foisonnement d'émois et de sens issus d'une activité silencieuse et intime, corporelle et charnelle. *Pourrions-nous parler d'une organicité, d'une intelligence performative des situations et des rencontres, voire d'un art d'être en recherche par et depuis les corps et les êtres affectés?* M. Laéo propose que :

> L'aisthesis et le pathos ne s'éprouvent pas seulement dans l'accord du sentir et du ressentir, la Stimmung [qui], dans l'être-affecté par une atmosphère ou une ambiance, inaugure le processus de compréhension de l'enquête. (Laéo, 2006, p. 54, cité par Ibid., p. 12)

Une remarque synthétique repère les premières assises identitaires épistémologiques du paradigme du Sensible dans un corps investi dans sa vitalité évolutive, déterminé par un balisage sémantique expérientiellement éprouvé comme le vecteur d'informations émergeant d'une intimité reconnue. Elle est source d'une production de connaissances immanentes en tant que pratique signifiante. Un pas énorme est fait quand on garde à l'esprit l'histoire des sciences et son contentieux avec

le corps incarné de la personne du chercheur. *Mais peut-on aller au-delà?* Les premières réponses à cette question sont données dans les travaux au sein du CERAP et des études connexes. Eve Berger (2009) puis Anne Lieutaud (2014) donnent à voir des dynamiques cognitives, perceptives et affectives permettant un ancrage nouveau à soi, à son expérience. Ce rapport très spécifiques à l'œuvre ouvre sur de nouvelles figures méthodologiques et épistémologiques dans ou pour la recherche. Ces dernières se caractérisent par la rencontre de deux niveaux de sens indissociables de plans de réalités expérientielles issues du terrain de la pratique de l'introspection, des approches manuelles ou gestuelles décrites précédemment. Le premier niveau prend sa source dans un éprouvé de soi changeant et donc à réactualiser sans cesse, informant le chercheur de manière continue sur ses états internes, ses réactions, ses résonances face à ce qu'il rencontre au cours de sa recherche. Le deuxième niveau

> recouvre le surgissement et la saisie d'une information nouvelle qui vient surprendre la structure perceptive et cognitive du chercheur, parfois jusqu'à remettre en question certaines représentations fondamentales qu'il avait, soit de son objet de recherche, soit de sa problématisation en cours, soit encore de sa lecture ou de son interprétation des données. (Berger, Austry, & Lieutaud, 2008, p. 14)

Cette expérience rappelle la pensée de Fransisco Varela qui, en 2001, affirmait l'existence d'un jaillissement venant de nulle part et percutant la conscience du chercheur par un sentiment de certitude lié à une immédiateté. Ce processus conduit des phénomènes en lien avec l'émotion, la numinosité[86], le caractère non analytique et gestaltiste de l'expérience et une relation préverbale et prénoétique qu'entretiennent l'intuition et la créativité (Varela, opus cité *Ibid.*, p.15). L'expérience du corps Sensible propose une aventure similaire, mais dans une orientation et dans une amplitude différentes :

> La sensation productrice du sens émergent est elle-même déjà le fruit de tout un processus perceptif, que le chercheur a appris non seulement à reconnaître mais

[86] Le concept de « numineux » ou « numinosité » est introduit par Rudolf Otto en 1907. Ce concept se réfère à une expérience dans laquelle un être singulier est soudain mis en présence d'une réalité irréductible à tout ce qui relève de l'ordre du cosmos ou de l'humain. Ce qui est alors vécu et éprouvé échappe à toute pensée comme à toute volonté.
Il revient aux travaux de Carl Gustav Jung d'avoir montré ces processus à l'œuvre au travers de ce qu'il a appelé l'énergétique de l'âme. (…) Une telle expérience se révèle d'ordre archétypique, en ce qu'elle permet l'irruption en la conscience de contenus transindividuels, mais qui ont puissance d'individuation. Comme l'écrit Jung dans *Ma Vie* : « De telles expériences ont une influence secourable ou dévastatrice sur l'homme. Il ne peut ni les saisir, ni les comprendre, ni les dominer, il ne peut pas plus s'en libérer qu'il ne peut leur échapper, et c'est pourquoi il les ressent comme relativement subjugantes, voire toutes-puissantes. »
Voir : Alain DELAUNAY, « NUMINEUX », Encyclopædia Universalis [en ligne], consulté le 31 janvier 2015. URL : http://www.universalis.fr/encyclopedie/numineux/

> aussi à accompagner pleinement, dans un soutien attentionnel qui devient le berceau possible de l'émergence du sens neuf. Cette expérience profondément corporelle du sens interpelle quant au changement de catégorie d'activité qu'elle représente : une transmutation d'une sensation corporelle en une véritable expérience de compréhension, voire d'illumination, sans médiation réflexive apparente de type traduction, déduction, inférence… Les sensations corporelles, à la fois expressions et témoins du fait que le corps est vivant, s'intensifient dans ces moments d'émergence de la nouveauté ; c'est justement cette intensification du ressenti corporel qui à la fois annonce la nouveauté, et attire l'attention du chercheur sur le fait qu'« il va se passer quelque chose », l'invitant à se tourner vers ce qui s'annonce. (*Ibid.*, p. 15)

La présente étude est au cœur de tout ce qui a été décrit jusque-là. Le paradigme du Sensible est maintenant situé dans son originalité au sein du champ des sciences et des recherches qualitatives, avec pour slogan, « pour le corps et par le corps » ! Le schéma suivant illustre les espaces occupés, les postures et la manière dont le chercheur porte et soutient son paradigme, mais aussi comment l'êtreté de sa recherche est arrimée à un socle auquel il est *attaché*, et ce, dans les trois sens du terme : institutionnellement et donc identitairement, mais aussi pathétiquement.

Du corps-obstacle au corps partenaire - le corps Sensible
(Inspiré par Bois, 2007 ; Berger, Austry et Lieutaud, 2008 ; Berger, 2010 ; Lieutaud 2014)

Je vois un isomorphisme avec la dimension émotionnelle et le champ de l'affectivité. Je suis un chercheur ému et affectable, engagé *dans* l'étude de la dimension émotionnelle et à partir d'elle. Je ne prétends pas appliquer à la lettre les dispositions présentées : il y a un écart entre le chercheur du Sensible – celui qui étudie des phénomènes - et le chercheur Sensible - celui qui est mu par eux. Dans cet espace se loge une herméneutique et une heuristique qu'il convient d'assumer et de stabiliser. J'y vois un art auquel je m'exerce, un art de vivre, une manière de voir le monde, de concevoir l'humain sans quitter l'espace de la recherche : une praxis et une poïésis de l'émouvoir dans et pour la recherche ?

1.3 Une manière de voir le monde et de concevoir l'humain : éloge de la sensibilité au vivant

Un paradigme est

> une représentation du monde, une manière de voir les choses, un modèle cohérent de vision du monde qui repose sur une base définie, c'est une forme de rail de la pensée dont les lois ne doivent pas être confondues avec celles d'un autre paradigme et qui, le cas échéant, peuvent aussi faire obstacle à l'introduction à de nouvelles solutions plus adaptées. [87]

Il est intéressant de repérer combien la perception est à la base des pratiques cliniques, des pratiques d'éveil ou d'enrichissement de la conscience de soi, des autres et du monde ; elle est aussi une base possible de la recherche tout court dans le sens où son étude fait naître un ensemble de théories et de pratique. Dans l'expérience du Sensible, l'étude de la perception en question propose 'un rail de la pensée' dont l'axe est une sensibilité spécifique.

> La sensibilité dont nous voulons parler est donc directement liée au corps. Mais pas au corps représenté et représentant de la sociologie, pas plus qu'au corps pulsionnel et symbolique de la psychanalyse : le corps que nous invitons à rencontrer est un corps perçu en première personne, profondément vécu et ressenti, fruit d'une perception interne des manifestations du vivant au cœur de la chair qui nous constitue. [88]

Pour Eve Berger, le paradigme est à entendre ici autant comme procédure méthodologique de référence (pour nos pratiques thérapeutiques et psychopédagogiques) que comme modèle théorique orientant la recherche et la réflexion (Berger, 2009). Le paradigme du Sensible est né d'une vision non naturaliste de la perception, puisque trente ans de pratiques ont montré .que le sujet Sensible se découvre au fil de l'éducation d'un sens complémentaire au cinq sens connus, le sens du mouvement que nous aborderons très bientôt, sens qu'il ne faut pas non plus confondre aux kinesthèses motrices propres à la proprioception. Avec le Sensible, nous appréhendons l'humain dans des potentialités sondées depuis ses profondeurs subjectives et incarnées en lien avec une espèce d'intelligence corporelle, une forme de sensibilité convoquée et éduquée grâce à des protocoles précis d'ordre phénoménologique puisqu'ils mettent en suspension des habitus perceptifs, réflexifs et affectifs.

---

[87] Wikipédia Contributors s.d.-a cité par Lieutaud (2014, p.p. 14, 15)

[88] Berger E. & Bois D. (2011). Du Sensible au sens : un chemin d'autonomisation du sujet connaissant In revue Chemin de formation. N°16. Université de Nantes : Téraèdre. pp117-124, site personnel de Danis Bois ; http://danis-bois.fr/

Dans sa recherche doctorale[89], Hélène Bourhis nous explique que

> le déploiement de [ces] différentes formes d'intelligence implique des conditions d'accès spécifiques. (2012, p. 353)

et que les participants à sa recherche attribuent

> **le statut d'intelligence du corps à la force d'autorégulation du mouvement interne, au sens qui se donne au contact de cette puissance d'agir interne et à la pensée spontanée qui émerge**. (*Ibid,* p. 354) (écrit en gras par l'auteure)

L'auteure note une nature de relation à l'expérience nécessitant une écoute du silence, une mobilisation attentionnelle de haut niveau avec une présence à soi et à autrui. Voici les qualités essentielles qui définissent les contours de la perception du Sensible. Quelque chose se donne alors, disponible et non encore atteint, semblant être en attente d'être reconnu :

> **Sous l'autorité de la perception du Sensible, le déjà-là s'actualise dès lors que les conditions de sa conscientisation préalable sont réunies.** (*Ibid*., p. 356) (écrit en gras par l'auteure)

Dans la prochaine section, nous allons découvrir les coulisses d'un 'théâtre vivant' mettant en scène *l'homme Sensible*. Ce dernier est né d'une expérience subjective corpéoréisée – sous la forme d'un mouvement interne – et d'un ensemble de phénomènes vécus qui constituent une expérience que je vais détailler.

2. L'UNIVERS DES VECUS DU SENSIBLE

2.1 L'accompagnement en pédagogie perceptive

Qu'est-ce qu'une séance de pédagogie perceptive ? Quelle est sa durée ? Combien de séances faut-il pour obtenir des résultats ? A qui cela s'adresse ? Il n'est pas aisé de se figurer une pratique et une expérience dans laquelle il ne nous a pas été donné de s'y plonger. Mon souci dans cette section est de permettre au lecteur de se faire une idée la plus claire et simple possible de l'expérience qui irrigue en profondeur toute cette thèse, et ce, au début de mon développement sur le paradigme du Sensible.

Le public concerné par cette pratique est très large. Les demandes sont multiples, elles concernent des préoccupations physiques (maux de la sphère musculo-squelettique, viscérale, troubles neuro-végétatifs, neuro-vasculaires et endocriniens, rééducations,

[89] Voir la thèse d'Hélène Bourhis : http://www.cerap.org/images/publications_travaux/these-helene-bourhis.pdf

etc.), le soutien et le déploiement de conduites intra personnelles (estime de soi, rapport à la confiance, sentiments de présence, attention, concentration, mémoire, etc.), le soutien, le déploiement de conduites inter personnelles (meilleure assise dans les relations, gestion des émotions, capacité de recul en situation de confrontation, etc.), accompagnement des projets (soutien somato-psychique dans toutes les contextes de création, d'organisation et de gestion), et accompagnement des transitions de vie (professionnelles, familiales, personnelles). La liste est longue, mais voici les principales au vu de mon expérience. En général, la durée d'une séance d'accompagnement, qui peut être manuelle (allongé, assis ou au sol), gestuelle (allongé parfois, assis et debout très souvent, faite de mouvements codifiés ou libres) et verbale (mode d'intervention pour valoriser, questionner l'expérience vécue), varie entre une heure et une heure et demie selon les cas et les praticiens. La tenue pour recevoir un soin n'est pas imposée, il est souvent recommandé d'avoir des vêtements souples. Les personnes ne se dévêtissent pas pour leur soin en général, bien que cette pratique reste présente, surtout chez les praticiens médicaux (kinésithérapeutes, médecins). La pédagogie perceptive se pratique également sous la forme de séminaires, de session en demi-journée allant jusqu'à plusieurs jours. La fréquence des séances est très adaptée au cas par cas, comme l'espacement entre les séances en fonction de la demande, de la situation rencontrée, du projet établis entre le praticien et la personne ou le groupe, sans écartée la prise en compte des ressources des personnes accompagnées. Dans mon expérience, la fréquence peut varier d'une à deux séances par semaine pour des cas urgents ou critiques, à une fois par semaine, puis au deux ou trois semaines, mais quasi systématiquement, un bilan et un re-questionnement du projet se fait au trois séances. Certaines personnes s'offrent l'une ou l'autre séance plusieurs fois par ans. Et enfin, d'autres s'investissent différemment et considère ces rendez-vous faisant partie d'un prendre-soin existentiel, et dans ce cas, l'engagement et le suivi peut durer plusieurs années.

Les sensations du Sensible proviennent du corps. Elles s'ancrent dans une animation au sein des matériaux corporels que D. Bois a nommé dans un premier temps « dynamique vitale » (Bois D. , 1989) puis plus tard « mouvement interne » (Berger, 2006; Bois, 2007; Courraud-Bourhis, 2005). Sa perception n'est pas accessible naturellement, elle demande des conditions particulières regroupées sous le vocable « extra-quotidien ».

Pour finir et illustrer mon propos, voici un extrait de récit écrit par d'une personne accompagnée à la suite d'une première rencontre. A travers ce témoignage, nous le lecteur peut se faire une petite idée de comment se déroule une séance de pédagogie perceptive.

Une séance de pédagogie perceptive : le récit de Linda…

Je suis rentrée dans la pièce, c'était calme et silencieux. Jean me propose de m'asseoir là, à côté de la table de massage. Il me demande le motif de ma venue, puis après m'avoir posé différentes questions sur mon état corporel, mes antécédents médicaux, les rapports que je pouvais faire avec mes contextes de vie, il me propose de m'allonger sur la table, habillée comme je suis, en me mettant à l'aise. Je sens ses *mains* se poser doucement et lentement sur la région douloureuse au niveau de mes épaules et de la nuque. Je suis surprise de la douceur du toucher, bien que par moment la pression soit forte. Ses mains ne glissent pas sur mes vêtements ou mon corps, mais sont comme aimantées à la profondeur de mon corps et de mon être.

De temps en temps, il me demande de décrire ma perception, mon expérience. Ces mains se déplacent peu et dans une lenteur surprenante, et pourtant j'ai la sensation qu'elles occupent bien plus que leurs empreintes. Au début, je me sentais tendue, un peu préoccupée par cette première rencontre. Très vite, la voix, la lenteur des mouvements, le sentiment que rien n'était brusqué dans moi, mais simplement écouté, reconnu, entendu m'a mis dans une confiance.

Durant la séance, Jean me demande de me retourner sur le dos, à plusieurs reprises, ses mains changent de place comme si elles avaient entendu là où je voulais qu'ils les posent, là où venait de naître une tension. Je ne me souviens plus exactement quand, mais à un moment, tout était si silencieux, calme, si éloigné de ce dans quoi je suis tout le temps, que je me sentais ailleurs tout en étant plongée dans l'ensemble de mon corps, un corps que je ne connaissais pas ou plutôt, dont j'avais été éloigné depuis bien longtemps.

Le paradoxe d'éprouver la joie de trouver ce dont on a été éloigné depuis longtemps. A ce moment-même, il me demande « Vous allez bien, c'est surprenant n'est-ce pas ? ». Je lui réponds que je n'avais jamais vécu cela auparavant. La séance se poursuit, avec des temps d'échanges où je suis concernée dans mon attention ; ma respiration a changé, elle est plus lente, plus calme. La chaleur est présente sous les mains, mais partout dans mon corps, et la nuque.

Tranquillement, je suis invité à m'asseoir, faire des mouvements lents et guidés par Jean, ses mains m'accompagnent, c'est toujours très lent, avec des moments de pause. J'ai le temps, oui, le temps de m'apercevoir et de me rencontrer. Cela me touche beaucoup. Je suis assise et pourtant, je suis relaxe comme tout à l'heure.

Puis, je reprends ma place, assise à côté du petit bureau. Nous échangeons sur mon expérience, mes ressentis, l'état de mes tensions et de la douleur, son évolution. Nous convenons de trois autres séances, et nous ferons le point ensemble. Jean me demande de lui envoyer d'ici deux jours quelques lignes sur mon expérience de cette séance et ses effets ou toute autre chose qui me viendrait.

La séance a duré une heure, j'ai l'impression à la fois que je suis rentré ici il y a cinq minutes et tant de choses se sont passées…

2.2 À la source du sensible : la perception du mouvement interne

2.2.1 Le mouvement interne : un principe actif

Le « mouvement interne », comme on peut le soupçonner, renvoie à une dimension spatiale d'intériorité. Il est « interne », à l' « intérieur », en « dedans ». Il s'agit ici d'un mouvement présent dans un corps, constitué de peau, de muscles, d'os, d'organes, etc. Dans une première acceptation, le mouvement interne peut renvoyer au mouvement respiratoire, au mouvement cardiaque, au mouvement péristaltique des intestins par exemple. Il peut également se référer à différentes catégories de modifications : celles des états psychiques, affectifs comme celles relatives à l'état de tension corporelle. C'est dans ce sens que ce terme est abordé chez Gendling. (Gendling, 2006 b).

Mais le mouvement interne qui constitue le sol de l'expérience du Sensible est d'une nature encore différente. N'étant pas visible, il anime néanmoins tous les tissus du corps qu'il fond en une sensation commune, dont certains d'entre eux sont rassemblés sous le vocable de « fascias [90] ». Comme le précise D. Bois,

> on doit aux fondateurs de l'ostéopathie, les docteurs Still et Sutherland, la description d'un mouvement interne dans le corps, entrevue comme force de régulation organique autonome. (…) Cette force interne, je l'explorais partout dans le corps de mes patients, mais plus spécifiquement dans les fascias, tissu omniprésent dans le corps qui s'immisce et de faufile autour et à l'intérieur de toutes les structures anatomiques afin de réaliser l'unité fonctionnelle du corps. (Bois D. , 2009, pp. 52, 53)

Ce qu'il est important de retenir, c'est la qualité de la force interne et du dynamisme qui la caractérise. Le mouvement interne est sur un plan en filiation avec celui de l'ostéopathie dans le sens qu'il est une force invisible qui détient un potentiel de régulation autonome. Mais la convergence du mouvement interne de l'ostéopathie

[90] Le terme latin « fascia » signifie bandelette, bande. En médecine, il est ce matériau qui recouvre l'ensemble des tissus conjonctifs arrangés en nappe, en couches inter reliées : aponévroses (enveloppes des muscles), membranes dure-mériennes (enveloppes du cerveau et de la moelle épinière), péritoine (enveloppe des viscères), plèvre (enveloppes des poumons), périoste (enveloppes de l'os), etc. Il est présent partout dans le corps dans son étendue comme dans sa profondeur qu'il relie dans un ensemble solidaire.

avec celui découvert par D. Bois s'épuise là ; d'abord en raison de son rythme bien plus lent[91] et d'autre part, en raison que sa source est étendue à l'ensemble du corps et non localisée à un endroit précis.

L'adjectif « interne » renvoie à un mouvement qui

> anime la profondeur des tissus de notre corps d'une mouvance invisible de l'extérieur ; il est pourtant actif quelle que soit notre activité, et même quand nous sommes allongés, apparemment tranquilles et immobiles. Il rythme l'ensemble des tissus de notre corps selon une organisation spatiale et temporelle précise, formalisée progressivement au cours de ces dernières vingt-cinq années. (Berger E. , 2009, p. 46)

L'accès au mouvement interne que je viens d'introduire n'est pas disponible spontanément, c'est ce qui ressort de mon expérience pratique et des nombreuses études faites depuis plus de dix ans au sein du CERAP[92] et de toutes nos pratiques depuis 30 ans. Cet accès demande un contexte particulier pour être « saisi ». C'est dans des conditions « extra-quotidiennes » conduites par des outils pédagogiques spécifiques que cette expérience corporelle peut advenir et prendre son statut concret pour la personne qui souhaite la vivre. C'est ce que vais développer maintenant.

2.2.2 Les conditions extra-quotidiennes d'expérience corporelle

Bien heureusement, nous n'avons pas besoin de réfléchir à l'action de respirer pour que ce mouvement se fasse et se perçoive. Il est encore moins nécessaire de nous occuper de nos battements cardiaques. Tout cela s'effectue à l'insu de notre volonté, tout en remarquant au passage que ces deux manifestations qui caractérisent l'homme en vie peuvent faire l'objet d'altération sous l'effet de notre volonté ou de notre sensibilité. Dans notre vie quotidienne, il en va de même pour la majorité de l'activité visible de notre corps, qui est régie dans une forme de « nuit » perceptive dans le sens où notre conscience du processus à l'œuvre est en quelque sorte 'muette'. Il suffit pour s'en convaincre de s'engager dans une petite analyse de ces actions quotidiennes comme celles de bouger un bras, soulever un objet, porter un enfant, caresser un chat, marcher ou parler. Cette grâce dont celui ou celle qui entame une rééducation après un

[91] Le rythme décrit par l'ostéopathie se manifeste à la fréquence de huit à quatorze cycles par minutes, alors que le mouvement interne identifié par D. Bois se déroule en deux cycles par minute. L'organisation temporelle et spatiale du mouvement interne a fait l'objet d'une étude minutieuse, voir notamment (Courraud-Bourhis, 2005).

[92] Le Centre d'Etude et de Recherche Appliquée en Psychopédagogie perceptive de l'Université Fernando Pessoa à Porto est un laboratoire de recherche dirigé par D. Bois et produit des travaux scientifiques sur l'expérience du Sensible depuis sa création en 2004. Pour plus d'informations, voir la revue en ligne de *Réciprocité*. http://www.cerap.org/index.php/fr/revue-reciprocites

traumatisme physique ou neurologique prend pleinement la mesure a cependant un revers. Le mouvement automatique rend la perception de soi quelque peu passive. Il peut même éloigner la personne de sa perception d'elle-même. Ainsi, la plupart des mouvements du corps n'ont pas besoin d'être conscientisés pour être effectués.

L'exercice qui consiste à se percevoir consciemment n'est pas courant. Ce fait est pour ainsi dire constitutif de notre condition physiologique de vie. Une activité foisonnante tisse la possibilité de notre vie quotidienne au cœur d'un exil de soi. Cette « pauvreté » perceptive pouvant aller jusqu'à une « cécité » constitue le mur sur lequel bute l'attention ordinaire, et avec elle, l'inaccessibilité spontanée du mouvement interne. Il fallait trouver un terrain propice, en dehors d'habitudes rendues souvent à l'automatisme et au machinal. Seules des *conditions extra-quotidiennes* se sont révélées efficaces pour sortir la personne d'une zone aveugle de l'expérience d'elle-même et permettre à une dimension invisible et insoupçonnée d'être mise en lumière. C'est ce qu'a entrepris de mettre en place et d'explorer D. Bois pendant de près de trente années. On peut anticiper le rôle essentiel de l'attention et d'un travail particulier sur elle dans ce revirement intra-personnel et relationnel. Aujourd'hui, plusieurs cadres d'expérience sont à la disposition de toute personne qui souhaite faire l'expérience de cette activité invisible qui porte un dynamisme que nous allons découvrir tout au long de ce chapitre. Eve Berger complète d'une façon claire mes propos : « La mise en situation extra-quotidienne est ainsi nommée par opposition à (ou en complément de) l'expérience quotidienne, cette dernière se composant à la fois d'un cadre habituel et d'une attitude naturelle en ce qui concerne le rapport à l'expérience. Par contraste, une situation extra-quotidienne implique qu'elle se déroule dans des conditions non usuelles ; elle est obtenue, dans la pédagogie que nous utilisons, dans quatre grands types de situation : la situation de toucher manuel, la situation de mouvement gestuel, la situation d'introspection sensorielle [93] et la situation d'entretien verbal dit « à médiation corporelle[94].» (Berger E. , 2009, p. 47). Mais la signification des deux derniers cadres de mise en condition d'extra-quotidienneté ne coule pas de source.

[93] L'introspection sensorielle mobilise l'attention de la personne sur son intériorité, effectue un mouvement perceptif à elle, et précisément éclaire la conscience sur le mouvement interne et ses effets. Ce phénomène sera développé progressivement dans cette thèse.

[94] Pour une approche complète de ces situations pédagogiques, voir (Berger, 2006 ; Bourhis, 2007 ; Bois, 2006) Pour une présentation et des applications plus spécifiques, voir pour le toucher manuel **Source spécifiée non valide.**; **Source spécifiée non valide.**, **Source spécifiée non valide.** pour l'approche gestuelle.
Source spécifiée non valide.

On peut dire que l’introspection sensorielle est un temps privilégié d’écoute silencieuse qui privilégie l’accueil de phénomènes accessibles dans une posture « d’époché » c'est-à-dire, par la suspension d’automatismes intentionnels, attentionnels et perceptifs ; la situation d’entretien verbal à « médiation corporelle » propose un contexte de partage en mots et de mise en sens à partir de l’expérience corporelle générée par l’un ou plusieurs des trois outils précédents. Ces cadres d’expérience extra-quotidienne peuvent faire l’objet d’une pratique personnelle. Ils sont proposés dans la pratique d’accompagnement en psychopédagogie perceptive ou en fasciathérapie, à deux dans la relation avec un praticien ou à plusieurs dans un travail de groupe. En plus de l’entretien verbal, le support de l’écriture quand elle est initiée par un rapport à l’expérience Sensible constitue un cinquième cadre d’extra-quotidienneté.

Pour illustrer les conditions d’extra-quotidienneté dont j’ai parlé dans les lignes qui précèdent, prenons le cadre du toucher manuel. L’expérience quotidienne du toucher manuel, du toucher de notre corps ou de celui de quelqu'un d’autre renvoie bien généralement à un geste plutôt automatique, sans une attention portée sur tous les détails qui sont à l’œuvre dans le mouvement qui le réalise. L’invitation à agir dans une lenteur bien plus grande qu’à l’habitude, puis à repérer l’empreinte progressive de chaque détail de l’anatomie de la main qui touche, comme celle de la partie du corps qui est touchée ou encore, la proposition de jauger la pression exercée puis de prendre le temps d’écouter la résonance de cette « attitude touchante » constitue les items qui conduisent une expérience du toucher souvent inédite. La mise entre parenthèses (époché) des conduites usuelles dans l’agir qui prédisposent l’expérience du toucher ouvre un champ de vécus nouveaux. C’est sur la base de déplacements intentionnels et attentionnels par rapport aux usages de la vie de tous les jours que la perception du mouvement interne devient accessible. De là, une expérience différente sur le contenu de l’acte même de toucher (soi, autrui ou toute chose) est permise. Une relation nouvelle entre la personne et son propre corps ou celui d’autrui éclot ; événement qui n’aurait pas vu le jour sans ces conditions *hors* de la routine quotidienne :

> Les conditions extra-quotidiennes sont donc conçues pour ‘produire’ des perceptions extra-quotidiennes, c’est-à-dire des perceptions inédites, qui n’auraient pas existé en dehors des conditions dans lesquelles l’expérience a été faite. Elles créent l’étonnement, qui fait qu’un intérêt va se dessiner de la part de la personne pour des aspects d’elle-même et de son expérience qu’elle ne connaissait pas jusque-là (…). (Berger E. , 2009, p. 48)

2.2.3 Le Sensible : une subjectivité corporeisée émanant du mouvement interne

L'expérience vécue issue des conditions extra-quotidiennes ouvre l'accès à une subjectivité corporeisée sous la forme d'une matière animée d'un mouvement, d'une matière mouvante[95]. Il faut entendre ici par « matière » l'ensemble des matériaux du corps (muscles, peau, os, etc.) se livrant au sujet sous la forme d'une substance unifiée et indifférenciée. Cette matière-même constitue le substratum spécifique du Sensible. La personne accède à un univers singulier fait de sensations corporelles uniques. Dans ce contexte expérientiel, elle se relie à l'univers du Sensible qui

> désigne alors la qualité des contenus de vécus offerts par la relation au mouvement interne, et la qualité de réceptivité de ces contenus par le sujet lui-même. Le mouvement interne est, pour nous, l'ancrage premier d'une subjectivité corporeisée. Sous ce rapport le sujet découvre un autre rapport à lui-même, à son corps, et à sa vie, il se découvre sensible, il découvre la relation à son Sensible. (Bois & Austry, 2007, p. 7)

2.3 Les phénomènes du Sensible : manifestations et effets du mouvement interne

Ève Berger, dans la continuité de l'analyse de D. Bois (2007), fait une distinction intéressante entre deux natures de phénomènes : les sensations rencontrées par la personne en contact avec le mouvement interne et celles relatives aux effets de ce même mouvement alors que la personne n'en n'a pas encore la conscience. Cette observation permet de comprendre que sous les termes de « contenus du Sensible » ou « phénomènes du Sensible », il faut entendre un ensemble de manifestations dont certaines ne sont pas conscientisées et le deviendront en différé. Ce décalage peut s'effectuer dans l'autre sens. Il arrive aussi que la personne témoigne de sensations propres au mouvement interne, et que les effets de cette matière mouvante et invisible se révèlent à la conscience plus tard. Plusieurs temporalités sont donc à l'œuvre et portent la diversité des vécus du Sensible.

2..3.1 La conscience du sujet percevant

Dans l'un et l'autre de ces cas, nous assistons à l'émergence d'un sujet percevant, progressivement conscient de l'expérience qui se déroule en lui, puis par la suite chez

[95] L'expression « matière mouvante » est essentielle dans le sens où nous découvrirons plus tard que cette dynamique, cette « mouvance matièrée » est en lien avec l'affectivité que je cherche à étudier.

autrui. Après la présence d'un principe actif, une subjectivité matièrée, nous avons le troisième élément réunissant les conditions de l'expérience du Sensible. Ce dernier élément est essentiel et constitue le bras de levier pour faire de l'expérience vécue un processus de formation et de transformation, d'éveil à soi et à ses manières d'être. C'est la naissance du sujet Sensible, une personne caractérisée par l'accès

> à des informations par la perception immédiate de sa réalité organique, peut s'ajuster aux conditions du moment et répondre de façon inédite à des sollicitations qui jusqu'ici l'auraient mis en échec ou dans des réactions stéréotypées. (Florenson, 2012, p. 145)

Ces informations se font *via* des effets du principe actif constitué par le mouvement interne ou par sa perception propre.

2.3.2 Les effets du mouvement interne avant la perception du mouvement interne

Sans que cela soit systématique, la personne qui n'a pas de rapport privilégié avec sa corporalité éprouve des difficultés à percevoir la présence du mouvement interne dans son corps. Elle accède plus facilement aux effets de celui-ci sous la forme de manifestations de fonte du tonus musculaire, d'étalement de son corps, d'apaisement physique, psychologique ou émotionnel. Elle décrit une forme de bien-être dont l'origine est un sentiment de confort ou d'allègement global - local lorsqu'elle avait une douleur ou une tension précise -. L'ensemble des fascias (peau, muscles, organes ou articulations et tuniques vasculaires) manifeste un changement d'états, le corps se réchauffe ; une douceur contagieuse de la profondeur à la périphérie témoigne de la libération vasculaire. La personne se décrit vitalisée, déposée, reposée, détendue avec un goût d'elle-même et parfois même, elle est touchée par une saveur du vivant qu'elle ne soupçonnait pas pouvoir percevoir avant cette rencontre. Les effets de la libération du mouvement interne se fond durant les heures ou les jours suivant son activation. La personne constate une hausse de la vitalité, un sommeil de meilleure qualité et un enthousiasme bien significatif de l'amélioration de son rapport au vivant dans elle.

Bien plus rarement, toujours sans percevoir le mouvement interne, la personne témoigne de la présence exacerbée de crispations, de tensions ou se vit prise par un sentiment d'impatience. Ces manifestations sont bien connues par les praticiens. Le corps sortant d'une sorte de « gel » intérieur manifeste des gênes ou douleurs d'«éveil » et de transformation d'état. Lors de cette transition, la sphère psycho émotionnelle peut

présenter des réactions inhabituelles, la force de vie contenue dans le mouvement interne libérant des élans retenus, des non-dits, une conscience endormie ou des mémoires enfuies. La mise en mouvement du mouvement interne est donc réelle et effective dans bien des secteurs et au-delà du stricte cadre corporel où on l'entend classiquement. Par exemple, les personnes font régulièrement l'expérience d'une aisance nouvelle dans ma manière d'écouter et d'être en empathie avec l'autre quand le mouvement interne est venu réguler des tensions présentes dans leur crâne ou dans leur thorax. Ils n'observent pas seulement un gain dans l'aisance de leurs mouvements moteurs volontaires, mais constatent le gain de qualité dans d'autres actes de leur vie, actes cognitifs et affectifs comme ceux relatifs à l'écoute de l'autre. Cette phase transitoire ne dure pas, elle est souvent annonciatrice d'une libération à plusieurs niveaux qu'il n'est pas utile de présenter maintenant.

Je précise que toutes ces manifestations « agréables » ou « désagréables » sont des vécus pouvant être présents chez la personne qui perçoit le mouvement interne. Découvrons à présent, le contenu spécifique de la perception du mouvement interne lui-même.

2.3.3 La perception du mouvement interne lui-même

L'autre aspect des manifestations qui constituent les vécus du Sensible est la perception propre du mouvement interne. Ce contact concret pour la personne vient avec le temps et la pratique (parfois, il est immédiat). La personne décrit une animation lente qui prend certains de ces tissus corporels ou leur ensemble sous la forme d'une mouvance différenciée ou indifférenciée. L'animation prend la forme de mouvements circulaires, multidirectionnels ou linaires dans des amplitudes variées. Avec plus d'expérience, les personnes décrivent la présence d'un silence intérieur, d'une luminosité souvent bleutée ou indigo (les yeux fermés). Les mots employés pour décrire l'activité propre du mouvement interne sont variés, mais les personnes utilisent souvent les expressions comme « vagues » se déployant dans tout leur corps ou dans certaines régions, ou « balancements » rythmés qui bercent l'intérieur de leur corps et de leur « être ». Le mouvement interne se donne sous différentes catégories de vécu qui sont principalement : *une lenteur spécifique, une amplitude variable dans son étendue, une cadence sous la forme d'un va-et-vient régulier, et des orientations serpentées ou linéaires.* J'ajoute que ce mouvement est une *émergence « pure »* dans le sens que son

apparition n'est pas préméditée, ni déterminée par une quelconque volition. C'est d'ailleurs cela qui crée un émerveillement chez la personne qui découvre nos pratiques et qui constitue pour moi un étonnement constant bien que je côtoie cette expérience depuis plus de vingt-cinq ans.

Un autre fait énoncé est le phénomène imprévisible et souvent inédit du mouvement interne, les personnes témoignent d'une rencontre qui

> a ceci de particulier qu'elle n'est pas concevable, au sens où on ne peut pas l'extrapoler d'une expérience antérieure en rapport avec le corps ou le mouvement. La rencontre avec le mouvement interne relève en fait d'une véritable 'première fois'. (Lefloch, 2008, p. 36)

La description de la perception du mouvement interne faite ici est partielle. Il n'est pas nécessaire de la développer davantage à ce stade. Voyons maintenant les effets de la mise en rapport avec la vie subjective du Sensible, et précisément les effets du rapport au mouvement interne.

2.4 Effets du rapport au mouvement interne

Je présenterai les différents effets du rapport au mouvement interne en les associant au terme d'« altération » qui signifie ici bien « changement dans la nature d'une chose » et non pas, comme on l'entend dans le sens commun, de résultat de dégradation, ou dégénérescence. Connotation négative habituelle qu'il faut prendre le temps d'insister sur ce point. Dans la réalité de ma pratique, et on le découvrira tout au long de ma recherche, l'expérience proposée, vécue, relatée par la personne qui en fait l'épreuve renvoie à cette évidence : *le rapport au mouvement interne change la nature des choses* ! Je ne développerai pas les éléments suivants dans toute leur richesse, j'exposerai les notions de base répondant à mon objectif initial qui est de comprendre le contexte de travail, la pratique de la pédagogie perceptive et d'expérience propre au Sensible qui la caractérise.

2.4.1 Altération des processus attentionnel et intentionnel

Dans sa proposition pratique initiale, la psychopédagogie perceptive sollicite une mobilisation perceptive et cognitive inhabituelle. La personne est invitée à faire un « geste » de 'retour à soi' car

> reconnaître « le mouvement interne » et le vivre exige l'état de « présence » à soi, à l'autre et au monde simultanément (…) Le sujet présent se vit comme un être au cœur d'une attention vigilante à tout ce qui est et advient. Il passe sans cesse de l'intention à l'attention dans une perception directe de la réalité. Plus exactement, la seule intention est de faire attention. (Josso M. , Préface, Sujet sensible et renouvellement du moi, 2009, pp. 14,15)

Nous saisissons ici un trait singulier d'une dimension procédurale à l'œuvre. La personne découvrant le mouvement interne se révèle être en même temps dans une conduite attentionnelle maintenue par un effort intentionnel original et parfois déroutant. Elle est attentive à sa vie et l'envisage autrement que par une démarche intellectuelle. « Poser mon attention sur moi, et maintenir mon intention là, vers mon corps pour m'écouter tout simplement, c'est toute une aventure ! » m'a confié un jour une patiente et mère de famille dévouée dans ses tâches parentales. L'attention est à comprendre au-delà d'une activité intellectuelle et comme un geste cognitif, perceptif et sensible. En poussant plus loin, je pourrais dire que la praxis attentionnelle constitutive de la psychopédagogie perceptive opère un glissement vers une dimension éthique. Pour la personne engagée dans un agir attentionnel entrelacé de lâchers-prises qui le sont également, recevoir les phénomènes liés à une subjectivité vécue dans la chair aboutit à une *posture attentionnée* à elle, aux autres et au monde. Nous sommes là dans l'exercice d'*une véritable gestuelle apportant toute l'épaisseur et la saveur au vivre* et non seulement un attribut cognitif. Ma découverte d'un *rapport pluriel à l'attention* est explicitée dans les propos de N. Depraz :

> La notion de geste est particulièrement appropriée [à l'attention], puisqu'elle permet de saisir l'empan de l'attention comme expérience tout à la fois corporelle (motrice et proprioceptive), sémantique (expressive), agissante (performative) et relationnelle (intersubjective et communicationnelle). (Depraz N. , 2104, pp. 60, 61)

J'accueille avec un grand intérêt une telle conception pratique et méthodologie de l'attention car elle synthétise en miroir la complexité de la réalité expérientielle que je cherche à décrypter ; complexité, et donc, richesse, dont il est vain de vouloir saisir dans toutes ses nervures par la pensée intellectuelle et rationnelle uniquement. Il me faudra revenir sur la diversité des liens possibles entre l'attention et les émotions tels qu'ils sont abordés par la phénoménologue française. Je spécule que ce projet peut ouvrir des pistes dans mon exploration théorique de l'émotion et de l'affectivité.

2.4.2 Altération de la perception ordinaire

Dans une première acceptation et la plus courante, celle de la physiologie : percevoir, c'est sentir avec ses sens. On peut dire aussi que c'est un agir de la conscience. Je dis « agir » pour insister sur la part dynamique du sujet qui oriente son attention vers tel ou tel objet du monde qu'il va percevoir. L'agir de la perception ordinaire est une conduite à fonction utilitaire qui vise essentiellement les actes ou les événements de la vie quotidienne. Même quand il est question de la perception du corps, c'est bien souvent celle de son esthétique ou de sa performance. La perception, c'est aussi une façon de voir les choses et on peut la comprendre dans un sens psychologique. Sans être métaphorique, je peux dire : « Je ne perçois pas les choses comme mon voisin sur le thème de l'éducation des enfants ». La perception qui est mobilisée dans la psychopédagogie perceptive tout en prenant sa racine dans le physiologique le dépasse. Elle s'ancre dans la « sensation » en tant que stimulus de la perception qui elle est déjà, en quelque sorte une interprétation de ce stimulus. Elle n'est pas de l'ordre du psychologique (nous y reviendrons avec la construction du sens dans la section suivante).

La rencontre avec le mouvement interne met à jour une mobilisation attentionnelle et une nature de perception, une fois encore, inhabituelle. Le propos praxique de la perception du mouvement interne vise l'accès à soi et non l'analyse du monde perçu des événements extérieurs. Autrement dit,

> le corps n'exerce pas une fonction de connaissances uniquement dirigée vers l'extérieur, mais est capable de se retourner sur lui-même, de devenir source et finalité de son exploration, de ses démarches gnostiques. (Dauliac, 1998)

Dans les pratiques du Sensible, la perception est introspective et bien qu'elle emprunte (dans nos protocoles) la voie proprioceptive ou nociceptive[96] en recueillant le retour sensoriel des états du corps, ces éléments ne constituent qu'une partie de l'horizon perceptif lui-même. Par une mise à l'épreuve de nature phénoménologique, la personne est invitée à se vivre dans sa chair comme lieu de « manifestations vivantes de l'intériorité de son corps ». C'est dans ce sens qu'on peut considérer l'accès à

[96] La proprioception est un sens intéroceptif qui informe le cerveau, par des capteurs logés dans les muscles, les tendons et les articulations, de la posture et des mouvements du corps. La nociception est le processus sensoriel à l'origine du message nerveux qui provoque la douleur. Dans les pratiques du Sensible, la personne peut être amenée à entrer en relation avec sa posture, avec le tonus de ses muscles ou la géométrie de son corps. Elle est aussi à l'écoute de manifestations de gêne ou de douleur. Mais ces deux vécus restent périphériques de l'axe attentionnel sur la dynamique interne et les sensations propres au mouvement interne qui forment une catégorie sensorielle spécifique.

l'expérience du mouvement interne comme une altération de la perception ordinaire et comme une altération de l'usage ordinaire de cette dernière.

2.4.3 Altération de la construction du sens

Le rapport au mouvement interne influence les dimensions attentionnelle, intentionnelle et perceptive de la personne qui en fait l'expérience. Le cadre strict de la pratique qui permet cette rencontre s'élargit. Le rapport agit également dans la manière de construire du sens en donnant naissance à

> une manière subtilement nouvelle de se laisser toucher par la vie, la nature, les situations et les êtres ; il se révèle du même coup être, beaucoup plus qu'une simple sensibilité particulière du corps humain, le support possible d'une véritable 'révélation' du sujet à lui-même, et la voie d'accès à un foyer d'intelligibilité spécifique. Au contact du Sensible, en effet, les sensations qui remplissent l'espace expérientiel corporel sont profondément signifiantes : les mouvements internes qui animent le corps sont aussi des 'mouvements de sens', chargés d'informations. (Berger E. , 2009, p. 19)

Expérientiellement parlant, il semble que lorsque la personne est en contact avec le mouvement interne, la production de ses idées soit différente, la construction de la signification d'un événement change aussi, de façon ténue mais parfois bien radicale. L'expérience vécue s'aligne avec l'expression proposée par les éditions point d'appui[97] : « Le savoir du corps, le mouvement des idées »[98].

2.4.4 Altération de l'évaluation, de la prise de décision et de la mise en action

Les altérations qui ont été présentées jusque-là ouvrent une perspective nouvelle sur d'autres processus à l'œuvre et qui conditionnent la physionomie de la façon de vivre le quotidien. L'accès au mouvement interne modifie la manière qu'à la personne d'évaluer les événements de sa vie. Le terrain d'accueil de la vie courante faite de prises de décision et de mises en action évolue depuis qui peuvent se prolonger par la manière et le contenu des actions. Dans une étude, à propos des impacts du rapport au Sensible sur le changement d'attitude de vie, Bois, Duprat & Angibaut (2013) relèvent une altération dans l'évaluation de certaines situations de vie :

---

[97] Expression proposée par Jacques Hillion vers les années 2004 lorsqu'il dirigeait les éditions Point d'appui. Voir : http://editions.pointdappui.fr/Editions/Presentation.html

[98] De nombreux témoignages en accompagnement individuel montrent ce processus, les personnes utilisent dans ce cas l'expression : « Quand je suis en contact avec le mouvement, je ne pense pas pareil ! ».

> Julia remarque par exemple qu'elle se sent moins affectée par les situations stressantes de la vie quotidienne, elle découvre qu'elle prend plus de recul et juge avec plus de discernement. « Cela a été intéressant quand j'ai vu que dans les moments de tension externe du quotidien, ça ne m'affectait pas tant que cela » (J, L. 337-338). En particulier, sa manière de voir les autres et les choses se fait avec plus d'objectivité (…). Elle relie ces changements à ce travail actuel en fasciathérapie[99] : « J'établis une probabilité de lien avec le traitement, parce que j'avais tenté de faire cela il y a de nombreuses années, et maintenant ça commence à couler. (J, L. 396-398) (p. 31)

La prise de décision qui consiste à examiner des options et les comparer en vue de choisir une option est un phénomène complexe qui met en jeu le rapport à soi, et notamment le rapport au corps. C'est ce qu'à démontrer Damasio en mettant à jour l'existence des marqueurs somatiques (Damasio, L'Erreur de Descartes, la raison des émotions, 1995). Depuis cette réalité, on peut comprendre qu'une modification de l'état du corps, mais aussi de celle du rapport à soi *via* le mouvement interne contribue à des changements organisationnels dans les différentes étapes qui conduisent la prise de décision. L'exemple cité précédemment montre que l'identification du problème - qui est la première étape de ce processus -, se voit altérée. En effet, Julia, n'identifie plus les mêmes stimuli de stress suite à sa rencontre avec cette part « Sensible » d'elle-même. Le rapport à soi liée à l'état d'«être » généré par le mouvement interne – son activation, sa présence ou le rapport conscientisé à lui - devient un critère supplémentaire parmi ceux déjà à l'œuvre dans cette étape qui préfigure la mise en action.

On constate que les personnes manifestent un besoin plus grand pour un accompagnement en psychopédagogie perceptive dans les moments importants de leur vie personnelle ou professionnelle. Dans ces périodes jalonnées de décisions ou de mises en action, la personne témoigne que l'expérience de son corps – et de la vie qui l'anime - constitue une aide face à l'impuissance des conduites ordinaires. Ce rapport à soi représente le recours pour élargir l'horizon des possibles au sein d'une existence perdant de sa consistance et devenue *liquide* (Delory-Momberger, 2003; Bauman, 2013). J'ai évoqué ce phénomène à plusieurs reprises dans mes pertinences personnelles. De nombreuses études de cas et l'analyse de journaux de formation confirment également mes propos. Ils ont fait l'objet de la thèse inaugurale de Danis Bois à l'origine de deux

[99] La fasciathérapie est la pratique manuelle spécifique au sein des pratiques du Sensible. Elle se fonde sur l'écoute et la libération du mouvement interne dans le corps. Pour plus d'information, consulter la revue en ligne *Réciprocité :* http://cerap.pointdappui.fr/index.php/fr/publications/travaux-universitaires, en particulier dans la rubrique Santé où de nombreux travaux explicitent la fasciathérapie et présentent son application dans différents domaines.

modèles générés par la recherche sur le terrain de l'expérience Sensible : la spirale processuelle du rapport au Sensible et la modifiabilité perceptivo-cognitive.

2.5 La spirale processuelle du rapport au sensible : une rumeur affective ?

Dans sa thèse de doctorat, Danis Bois met en évidence le fondement de ce qui apparait comme un ensemble dynamique au-delà de l'accès à une simple expérience du corps ou des sensations comme facteurs statiques d'une individualité. Le « corps ressentant »[100] livre une organisation dans l'apparition des vécus dont l'œuvre construit en bout de ligne un ensemble cohérent et parlant pour les sujets interrogés. Les analyses faites dégagent trois principaux modes d'altération : une conversion perceptivo-cognitive radicale suite au vécu du Sensible, une conversion progressive et une impossibilité de changement de point de vue même au contact de l'expérience Sensible. Les deux premiers modes donnent à voir un enchaînement de contenus de vécus qui sont la chaleur, la profondeur, la globalité, *la présence à soi et le sentiment d'exister*[101]. Dans la proposition de la spirale processuelle du Sensible,

> l'idée est de modéliser le processus de transformation réalisé par le 'moi ressentant' en relation avec le mouvement interne selon une sorte d''onde de propagation' à la conscience du sujet des différentes manifestations du Sensible. (Bois D. , 2007, p. 294)

Ainsi, en partant de l'objectif d'interroger

> le vécu du corps dans sa relation au sensible, dans l'objectif de comprendre la nature des impacts de cette relation sur les représentations initiales des sujets (Bois D. , 2007, p. 337),

l'auteur s'est vu engagé dans la mise au point d'un modèle mettant en lumière les différentes étapes du processus de découverte du sensible corporéisé et de leurs significations.

[100] L'expression est parlante : le corps ne sert pas uniquement à inter agir avec le monde, à servir d'un outil de production quelconque. Le « corps ressentant » place le sujet face à face avec un corps de l'expérience, un corps vivant renvoyant un vécu autonome et constituant une instance discursive avec lui et le monde sous la forme de manifestations singulières que nous verrons bientôt. La « présence à soi » précède le sentiment d'existence dans ce modèle et suscite également mon intérêt.

[101] Cet élément de la spirale processuelle du Sensible nous intéresse particulièrement. La formule « sentiment d'exister » s'est élaborée en fonction d'un vécu et d'un langage pour le représenter. Le « sentiment d'exister » évoque un item de l'affectivité. La « présence à soi » précède le sentiment d'existence dans ce modèle et suscite également mon intérêt. Cela sera déployer bientôt.

2.5.1 La présence dans le paradigme du Sensible

Ce thème de la présence justifierait le travail d'une thèse entière. Je veux juste en faire une courte évocation dans cette section. La présence à soi est une des cinq catégories émergentes et étapes de la spirale processuelle du rapport au Sensible (Bois, 2007).

> L'étape de la présence à soi signe le retour à soi qui se caractérise par un fort sentiment de plaisir, de bonheur. (Ibid., p.305)

Dans la vie quotidienne, la présence est souvent entendue comme un phénomène rattaché à autrui ou au monde extérieur. On dira aisément : « Je suis présent à toi » ou « je serai présent à votre soirée ». Or, la présence quand elle se tourne à soi ouvre un contexte expérientiel - voire existentiel - d'une nature bien différente des deux évocations précédentes car ici,

> il s'agit d'une présence à soi, à partir d'un contact conscient avec l'intériorité du corps, que le sujet découvre comme étant un support inédit de relation. Dans cette vision, vivre et exister se caractérisent par une autopoïèse, pour dire l'auto-révélation et l'auto-création de soi à partir de l'éprouvé corporel. Comprendre quelque chose, c'est bien sûr apporter une attention soutenue à cette chose, reconnaître un phénomène (au sens phénoménologique), mais surtout éprouver une expérience afin de se la représenter au mieux pour l'introduire dans sa manière de vivre. (Bois D. , 2007, p. 341)

Les personnes en contact avec la praxis telle qu'elle se donne dans la dimension Sensible ne sont pas saturées par une compréhension conceptuelle du vivre. Elles ouvrent leur « conscience » à d'autres modes d'appréhension, d'appréciation. Je pose l'hypothèse avec Patocka (1995) qu'il s'agit là d'un processus d'accès à une connaissance immanente éprouvée par les sujets-eux-mêmes en tant que chemin vers une compréhension de leur existence

> essentiellement corporelle, incarnée (…). [Où], c'est l'être qui est tout ensemble compréhension de ses possibilités les plus fondamentales, (…) sans lesquelles la vie d'expériences (…) ne serait pas possible. (p. 107).

2.5.2 Du sentir au sentiment d'existence

Le *sentiment d'exister*, rapporté de façon récurrente dans les témoignages, et sorte de « couronnement » dans la spirale processuelle du Sensible, est le résultat d'une relation qualitative à soi. Il désigne l'accès intérieur en même temps que le prolongement d'une émotion non encore clairement définie à mon goût. La personne aperçoit ce qui se passe en dedans d'elle-même, y pénètre au-delà même des possibilités

soupçonnées par elle. Le terme « exister » traduit dans ce cas une forte auto-validation au cœur de l'expérience ;

> Le sujet ne fait pas seulement l'expérience, il se vit percevant lui-même dans l'expérience. En découvrant ce sentiment d'exister, l'étudiant accède à une nouvelle connaissance de lui-même, mais aussi à des possibilités infinies de manières d'être à soi, qui apparaissent comme étant universelles dès lors que la singularité est appréhendée comme exemplaire d'un possible. (Bois D. , 2007, p. 343)

Je présente ci-dessous le modèle de la spirale processuelle du Sensible dans laquelle figure la présence du sentiment d'exister. A la faveur des recherches de Bois, l'expérience du Sensible se caractérise par un attribut de nature affective. Plus qu'une rumeur, l'affectivité constitue un des éléments fondateurs du passage de la perception à l'affection.

De l'expérience d'une sensation à une affectivité :
Le sentiment d'exister dans la spirale processuelle du Sensible
(Bois, 2007)

2.6 Le modèle de la modifiabilité perceptivo-cognitive (MMPC)

Un regard panoramique conduit par une analyse herméneutique a donné forme à une seconde modélisation : le modèle de la modifiabilité perceptivo-cognitive (Bois D. , 2007) rend compte du processus transformateur constitutif de la « phénoménologie pratique » que les lecteurs devrait être en mesure de cerner maintenant. Il est de mise d'ajouter au MMPC la mention « et comportementale » car nous le verrons plus loin le modèle rend compte de cette dimension très clairement dans une phase que l'on nomme justement la phase « cognitivo-comportementale » et qui complétera l'abréviation MMPC par MMPCC. J'ai mis en en évidence une subjectivité corporelle traduisant un langage du corps en lien avec l'atmosphère psychique de la personne. La mise en liens entre corps et psychisme, entre pensée et ressenti, entre attention et action inaugure une nature de dialogue intra personnelle et une unité très souvent perdue. En abordant les points-clés de ce modèle, nous clôturons une première avenue de la découverte d'une œuvre à contre-courant d'une instrumentalisation et d'une superficialisation *d'un corps spectaculaire qui lui fait perdre sa profondeur* (Barbier R. , Sujet sensible et renouvellement du moi. Les apports de la fasciathérapie et de la somato-psychopédagogie -Bois, Danis; Josso, Marie-Christine; Humpich, Marc, 2009, p. 12).

Introduisons le modèle la modifiabilité perceptivo-cognitive et comportementale en citant les différentes étapes de ce *constructivisme immanent* ainsi nommé par l'auteur. En référence au constructivisme piagétien et pour marquer la prise en compte d'informations internes dans le processus d'apprentissage, sept étapes marquent la transformation des manières d'être de la personne au contact de la dimension Sensible. Le MMPCC distingue une phase perceptivo-cognitive et une phase cognitivo-comportementale. La première concerne trois étapes et la seconde quatre. Les trois premières sont relatives à la rencontre avec le mouvement interne et aux liens possibles entre des perceptions et une signification. Il s'agit 1) du fait d'expérience, 2) du fait de conscience et 3) du fait de connaissance. Comme le précise bien E. Berger, ce

> sont des faits au sens où ils sont conscientisés par le sujet avec la force de l'évidence : il ne peut les remettre en question. Le mot « fait » renvoie ensuite à l'idée que la perception du mouvement interne est une perception de réalités physiologiques et non le produit d'actes imaginaires. (Berger E. , 2009, p. 52)

Lors des trois premières étapes, la personne est conviée dans la mise à l'épreuve d'elle-même à travers un « éprouvé » au sens que *l'éprouvé* va plus loin que le ressenti et que d'autre part, le sujet est impliqué dans le rapport à l'expérience dans laquelle elle

est plongée. En effet, il ne s'agit pas seulement de vivre l'expérience de ces phénomènes corporels, mais d'en saisir les effets à différents niveaux (ce que ça me 'fait'). La personne est à la fois actrice et spectatrice de son expérience.

Depuis des vécus singuliers à la personne elle-même et uniquement depuis cette réalité, s'en suit une phase cognitivo-comportementale au sein de laquelle la personne peut faire le lien entre cette signification générale et ses attitudes de vie quotidienne, ses modes d'action, ses stratégies, etc.… Cette phase se constitue de quatre temps et à la suite des trois premières étapes, ainsi nous avons : 4) la prise de conscience, 5) la prise de décision, 6) le passage à l'action et 7) le retour réflexif sur l'action. Ces quatre étapes forment un deuxième aspect de la transformation des manières d'être et ouvre sur de vraies révolutions au sein de savoir-faire dont les appellations sont plus familières. Expérientiellement parlant, je retiens combien

> la qualité de présence installée au cours de l'expérience éprouvée permet de l'imprimer dans ses moindres détails, en tout cas à un niveau de détails inaccessible dans un rapport plus habituel à l'expérience. (*Ibid.*, p.53).

Plus généralement, la perception sous le mode du Sensible semble procurer une valeur ajoutée aux dimensions dialogiques et discursives de la personne dans un vivre pour soi et avec l'autre. C'est ce que confirment certaines recherches comme celle de Lefloch-Humpich sur son étude relative à la relation de couple

> il se donne à vivre, au contact du mouvement interne, une qualité d'attention qui hisse celui qui l'habite à un point de vue éclairé sur son expérience intra corporelle. (Lefloch, 2008, p. 37)

Dans le syntagme[102] de la MPCC, le placement en première position de la dimension perceptive - « perceptivo » - annonce la prévalence de l'acte du « percevoir » en tant que champ représentationnel perceptif et moteur, sur celui du champ représentationnel conceptuel propre au « réfléchir ». Le modèle de la modifiabilité perceptivo-cognitive met en évidence l'enrichissement de la cognition quand elle est reliée à une cognition corporéité vécue et conscientisée. Il contre l'idée selon laquelle la mobilisation cognitive procède exclusivement d'une sollicitation volontaire et active de l'intellect. En gros, nous pouvons dire que le sujet Sensible pense tout court comme tout le monde, mais AUSSI parce qu'il sent et « s'aperçoit ressentant de lui-même ». Depuis cette expérience, un renouvellement du moi[103] peut advenir.

---

[102] Groupe de mots qui se suivent et forment une unité fonctionnelle.

[103] Le « Sujet sensible et le renouvellement du moi » est d'ailleurs le titre d'un ouvrage collectif de synthèse dans lequel D. Bois développe les motifs et le contenu du modèle qui nous intéresse. Voir dans les éditions Point d'Appui, Collection Forum : *Sujet sensible et renouvellement du moi : Les apports de la*

En définitive, le modèle de la modifiabilité perceptivo-cognitive dont j'ai évoqué brièvement la structure retrace la ligne de transformation de la personne au contact d'un élément fondateur, le *mouvement interne* et de toutes les subtilités perceptives et cognitives qui en découlent.

> C'est ainsi que nous sommes amené à mettre au point un cadre d'accompagnement complet, englobant trois éléments : tout d'abord aider la personne en formation à reconnaître ce qui lui est donné à vivre pendant l'expérience, ce qu'elle observe, ce qu'elle éprouve ; ensuite, l'aider à donner une valeur intelligible à ce qu'elle vit ; enfin, l'aider à opérer le retour réflexif post-expérientiel, c'est-à-dire à envisager ce qu'elle va en faire, à quoi cela va l'amener à réfléchir, etc. (Bois D. , 2007, p. 349)

Avec cette qualité de présence à son expérience et à soi dans l'expérience, dans le temps réel de son expérience, la personne s'engage dans sa vie intra personnelle. Ce trajet dans l'intimité aboutit à poser des actes et en écouter en retour les effets dans sa sphère Sensible. On peut comprendre la danse, souvent inédite, entre une vie intime et une extériorisation dans laquelle la vie intérieure n'est pas exilée ou rejetée, mais bien au contraire convoquée et consultée à un niveau très subtil de manifestations. Je présente ci-dessous une schématisation inspirée du modèle initial présenté par D. Bois[104] (2005, p. 6).

---

fasciathérapie et de la somato-psychopédagogie. (2009) Sous la direction de Danis Bois, Marie-Christine Josso et Marc Humpich, pp 60-65. Je recommande cet ouvrage au lecteur qui souhaiterait connaître l'histoire et les contenus de la discipline qui fait l'objet de cette thèse. Il recèle une multitude d'articles et de regards qui donnent à voir et à comprendre l'horizon des apports de la fasciathérapie et de la somato-psychopédagogie.

[104] « Immédiateté du sensible – Rapport à l'intuition et développement des compétences », Annexe, p. 6. Recherche en vue de l'obtention du Diplôme d'études avancées (DEA) en Didactique et Organisation des Institutions Éducatives de l'université de Séville.

Les sept étapes de la modifiabilité perceptivo-cognitive et comportementale
(À partir de Bois, 2005, p.6)

2.7 Petite synthèse sur l'univers du Sensible

L'immersion dans l'univers du Sensible nous a permis de découvrir sa source ontologique et les manifestations qui lui sont intrinsèques, puis des ressources inattendues qu'il offre. Nous avons pris la mesure de l'originalité d'un corps pourvoyeur de sensations avec des effets à différents niveaux intra personnels. Nous avons vu que l'accès aux phénomènes du Sensible fait appel à des expériences subjectives qui jaillissent du champ de l'immédiateté. Le *mouvement interne* se donne telle une émergence sans filtre représentationnel, perceptuel ou affectif. En ce sens, elle donne *un ton d'immanence et d'émergence* aux pratiques du Sensible. Nous sommes bien dans une phénoménologie considérée en tant que pratique (Depraz N. , Comprendre la phénoménologie : Pour une pratque concrète, 2006). L'introduction du mouvement interne dans le paysage du Sensible ouvre de nouvelles perspectives et notamment une véritable *philosophie de l'expérience comme praxis phénoménologique du sensible*, au *sens où l'expérience concrète et tangible du corps sensible ouvre à une compréhension renouvelée de la phénoménologie.* (Bois D. , 2007, p. 338) Ainsi :

> Dans cette perspective neuve du rapport au sensible, se construit progressivement un paradigme supplémentaire : le paradigme du sensible ; le sensible étant ici défini comme capacité du corps à réceptionner et à traiter des informations en amont de l'intervention des sens classiquement décrits. Le sensible est un mode de préhension de soi-même et du monde global et immédiat, qui obéit à des lois, à des règles et à une cohérence spécifiques, permettant l'accès à l'intelligibilité de

> l'univers des sensations corporelles sous l'autorité de la perception extra-quotidienne. (*Ibid.*)

Une *formation sensorielle* révèle la présence du mouvement interne - un événement sensoriel en soi - donne l'occasion d'une rencontre au cœur de l'intime et de ce qui fait sens pour la personne. A travers cette rencontre authentique de soi à soi, comme de nombreuses personnes que j'ai pu accompagner, je suis personnellement témoin et bénéficiaire du passage d'une information expérientielle ancrée dans le corps à une véritable formation existentielle. Il faut le redire, ce passage prend sa source dans une expérience concrète, dans un *corps de l'expérience* (Berger E. , 2005). Danis Bois s'allie à la proposition de M.C. Josso pour qui la formation existentielle emporte avec elle une métamorphose profonde de l'être (Josso M. , 1991) et la prolonge dans une praxis phénoménologique et ontologique pour un projet de développement humain (Bois D. , 2007, p. 336). A travers la spirale processuelle du rapport au sensible et le modèle de la modifiabilité perceptivo-cognitive (Bois D. , 2007) et comportementale, nous avons découvert les repères de ce processus de transformation. J'utiliserai souvent tout au long des écrits à suivre la formule « dimension Sensible » pour faire référence au corps de l'expérience dans sa tonalité expérientielle et existentielle spécifique à cette potentialité, celle caractérisée par une intimité perceptive au corps et à la vie en soi.

Dans cette partie, j'ai voulu donner un aperçu suffisant pour que le lecteur non spécialisé dans les pratiques et les théories du Sensible puisse se faire une première représentation de ce qu'elles recèlent, tant dans leur dimensions conceptuelles, expérientielles, existentielles que formatrices. A l'arrivée, la pertinence de ma recherche ayant été présentée et une première approche ayant balisé le territoire du paradigme du Sensible, le temps est venu de formuler la problématique et la question de recherche de ma thèse, ainsi que les objectifs qui la servent.

3. Première formulation de la problématique et de ma question de recherche

3.1 Un projet de recherche constitué à différents carrefours

A ce stade de ma réflexion, mon projet de recherche se constitue à un *premier carrefour*, celui des savoirs théoriques et des pratiques de la pédagogie perceptive telle qu'elle est proposée aujourd'hui *et* celui du spectre de connaissances théoriques

relatives à l'émotion et au champ de l'affectivité. Les balises théoriques posées dans mon étude précédente[105] constituent des points de repère intéressants, mais elles me semblent insuffisantes pour questionner en profondeur les éléments constitutifs de la dimension émotionnelle et du champ de l'affectivité tels que je veux les décrire et les comprendre aujourd'hui. Des liens entre l'expérience d'une affectivité vécue nommée « émotion du Sensible[106] » (Bois, 2006, Humpich, 2007, 2009 ; 2013) et différents champs qui étudient l'émotion et l'affectivité sont encore à expliciter. Si expérientiellement parlant, je n'ai pas de doute sur la présence d'une émotion au contact de ma pratique et de mon corps Sensible, ne suis pas encore convaincu de sa *filiation conceptuelle* avec le champ de l'émotion et de l'affectivité tel qu'il est admis par diverses conventions et épistémologies. L'émotion du Sensible est-elle une expression connexe de l'émotion décrite dans le champ des recherches classiques et contemporaines comme celles décrite dans le champ de la phénoménologie ? J'ai besoin de mieux cerner les concepts d'émotion et de champ de l'affectivité.

La résonance et l'implication dans l'expérience extra quotidienne initiée par la pédagogie perceptive aboutit à l'émergence d'une émotion que j'ai qualifiée « du Sensible » d'une part, et d'autre part, a convoqué un homme qualifié d'« ému » - deux résultats issus de ma recherche de mestrado -. Chemin faisant de mon parcours personnel depuis mes premières rencontres avec le Sensible et lors de mon trajet doctoral, la co-présence de deux univers 'émotionnels' s'est montrée pour le moins délicate voire franchement problématique par moments, si bien que se pose la question de leurs modalités dialogiques. Mon objet de recherche se situe donc à un *deuxième carrefour*, celui au cœur des deux expressions suivantes, « émotion du Sensible » et « homme ému », ce dernier, tel que je l'avais esquissé à la fin de ma recherche précédente, étant la personne capable de vivre cette émotion du Sensible et de se tenir au monde avec elle. Plus évident à repérer dans la première formule dans le « du » qu'il serait plus heureux de modifier par « sur le mode du » et que l'on pourrait adopter pour l'homme ému ; ce qui donnerait : *l'émotion sur le mode du Sensible* et *l'homme ému sur le mode du Sensible*.

Une question récurrente taraude le chercheur et le praticien, celui de la place de l'émotion dans le paradigme du Sensible. *Où placer l'émotion et l'homme qui s'émeut*

[105] Mestrado en psychopédagogie perceptive en 2007 (Humpich, 2007).
[106] L'expression « émotion sur le mode du Sensible » m'apparaît plus ajustée.

dans une pratique du sentir et du ressentir dans et depuis la profondeur de l'être sans prétendre à un émotionnalisme et à un sensualisme exacerbé ? …Ou encore, sans en nier l'importance ? Dit autrement, comment ne pas déplacer la notion de l'émotion et de l'ému, ne pas la voir être travaillée au contact de l'expérience du Sensible ? Mais tout autant, comment ne pas risquer de déplacer ou de travailler la notion-même de « Sensible » au contact de la dimension anthropologique de l'émotion et de l'affectivité ? Je n'ai pas à ma disposition d'informations et d'argumentations convaincantes me permettant d'emprunter une voie satisfaisante, tant sur le plan épistémologique, méthodologique, que pédagogique. Au regard de mon vécu, de mes activités d'accompagnateur et de formateur, de mes aventures affectives, existentielles et spirituelles, j'ai besoin de me positionner clairement à la fois sur le statut de cet émoi rencontré et sur son devenir pour commenter, dialoguer ou conduire une existence. Loin d'être une préoccupation redondante, mon questionnement sur l'identité de l'émotion sur le mode du Sensible reste à peaufiner pour être davantage assumée, y compris dans ces facettes problématiques. Quant à l'homme ému, il est temps de lui enlever son manteau pour faire ressortir ses formes cachées, saisir le cœur et l'âme de ses manières de vivre de façon plus concrète tout en préservant sa poésie. Pour cela, j'ai besoin de l'apport du vécu phénoménologique d'hommes et de femmes émus en situation et en relation avec le vivre au quotidien. Je ne dispose actuellement de ce matériau pour confronter mes modélisations précédentes ni dans celles existantes dans le paradigme du Sensible.

3.2 Formulation de ma question de recherche

A la faveur de mon projet de recherche issue de ma problématique, ma question de recherche s'inscrit résolument dans une dynamique exploratoire et une perspective dialogique entre un corpus théorique et le terrain empirique, ce qui m'amène à formuler ma question dans les termes suivants :

> ***Qu'apportent les explorations théoriques et les vécus phénoménologiques du Sensible à la compréhension de la dimension émotionnelle et affective en psychopédagogie perceptive ?***

3.3 Clarification de la visée de ma recherche

La question des émotions, de l'affectivité et du rapport à cette dimension anthropologique forte est une thématique transversale dans les métiers de l'accompagnement, du soin et de la formation d'adultes (Barbier & Galatanu, 1998; Honoré, 2009; 2011). Ce thème mobilise davantage dans les contextes de changement – souhaité, décidé ou inattendu (Bridge, 2006; Lessourd, 2009; Josso M. , 1991; 2011). Dans les moments-pivots d'une vie, apprendre à percevoir ou à anticiper les manifestations de ses émotions, repérer leurs origines et réguler leurs effets constitue un effort axiologique de la quasi-totalité des dynamiques de formation au changement. Les neurosciences affectives ont confirmé la valeur ajoutée d'une 'bonne' gestion de la dimension émotionnelle dans les processus d'attention, d'intention, de prise de décision, de mise en action et de mémorisation et ce dans différents registres de la vie quotidienne et professionnelle, qu'elle soit individuelle, groupale, sociétale.

L'accompagnement de la personne tel qu'il est proposé en psychopédagogie perceptive vient convoquer et éduquer à sa manière la dimension de l'implication et de la résonance du corps, ce qui est cruciale dans l'économie affective[107]. L'ancrage à l'éveil de la perception d'un Moi via un corps-sujet - un corps sensible - constitue une spécificité de la psychopédagogie perceptive ; un Moi capable de se laisser altérer, affecter par le vivant au sein de sa matière (Bois D. , 2006; Humpich J. , 2007). Les émotions, les sentiments et les états d'âme existent bien chez le praticien, chez le patient ou l'étudiant engagés au cœur de sa pratique au sein de notre discipline. Comme ils sont présents dans les groupes de formation personnelle ou professionnelle. Une dynamique touchante et émouvante se manifeste entre l'accompagné et l'accompagnateur, l'enseignant et l'étudiant. De quoi est faite cette dynamique affective et comment en rendre compte? Quelle est la manière de la vivre, de la décrire et de l'articuler au monde et en relation?

[107] J'aime ce terme introduit par le sociologue suédois Goran Hyden à propos de la force de « l'économie affective » dans son étude sur la paysannerie africaine **Source spécifiée non valide.**. L'économie affective peut renvoyer à deux notions éclairantes sur la place des émotions dans la société. La première évoque l'échange, le commerce, la transaction : les émotions sont une monnaie d'échange dans nos relations, qu'elles soient personnelles ou professionnelles. Il n'y a rien de péjoratif ici mais simplement une dimension phénoménologique sociale de l'affectivité à l'œuvre entre les humains. La seconde évoque le jeu d'équilibre des forces entre les gains et les pertes à l'échelle individuelle, inter personnelle, sociétale et civilisationnelle. La métaphore ouvre sur la dynamique de création et de production d'un savoir vivre ensemble lié spécifiquement au domaine de l'affectivité et des émotions. Qui dit économie dit possibilité de mouvement, de stagnation ou de transformation, d'abondance ou de pénurie agissant sur la qualité de vie d'une personne et/ou de son environnement.

Je dois préciser que malgré une attention jouant en permanence sur les touches « formation, accompagnement ou changement », cette thèse *ne vise pas à déchiffrer la musicalité de ses actions et encore moins d'en saisir la composition*. Mon étude cherche à rendre compte de ce qui*, en amont ou en aval* – et souvent en silence – leur donne une tonalité singulière. Toujours métaphoriquement, il s'agit pour le praticien-chercheur de décrire et de comprendre la rythmicité thymique d'une œuvre en évolution permanente, d'en approcher l'âme, ce qui fait qu'elle agit ou pas dans le cœur des gens et des groupes. J'aspire à mieux cerner ce qui bat et danse dans la profondeur invisible et inaudible des contextes de la vie de tous les jours d'un praticien du Sensible comme d'un chef en cours de création culinaire. Bref, ma recherche s'engage corps et âme dans l'exploration d'un univers qui restaure pleinement la dimension appétitive de la raison (Forthomme, 2007). Cette étude en pointant la dimension émotionnelle et affective s'intéresse entre autre à ce que chacun pourrait palper derrière les mots, les attitudes et les aptitudes ; ce qui pourrait leur être originel. Expérientiellement, spirituellement, dans mon horizon, il y a cet amour qui nous façonne et que les sciences ont parfois du mal à assumer, ce qu'Erich Fromm[108] définit comme *la sollicitude pour la vie et la croissance de ce que nous aimons* (1986).

Cette thèse poursuit plusieurs objectifs que je présente maintenant.

4. OBJECTIFS DE RECHERCHE

4.1 Dégager de nouveaux compréhensifs à propos du champ théorique de l'émotion et du champ de l'affectivité

Mon premier objectif de recherche est de dégager de nouveaux compréhensifs sur l'émotion et l'affectivité. En m'appuyant sur certains acquis théoriques qui sont les miens à l'issue de ma recherche de Mestrado, je peux envisager une exploration bien plus poussée dans ce doctorat à travers plusieurs corpus théoriques, et en particulier, celui issu de l'approche phénoménologique.

[108] Le psychanalyste allemand Erich Fromm (1900-1980) était convaincu que l'amour n'était pas un sentiment à la portée de n'importe qui, rompant avec la vision romantique des philosophes du XIXe siècle qui concevaient l'amour comme un affect passif, au sens où il s'emparait du sujet sans prévenir et prenait possession de lui. Pour Fromm, l'amour est une "activité", "un "prendre part à" bien plus qu'un "se laisser prendre".

4.2 Caractériser la dimension émotionnelle et affective de l'expérience du Sensible

J'ai pu établir certains contours de la nature d'émotion présente dans l'expérience de l'implication et la résonance au contact de la dimension extra-quotidienne en pédagogie perceptive. Les résultats obtenus dans mon mestrado n'ont fait que renforcer ma quête de précision sur la nature de ce que j'ai appelé spontanément « l'émotion du Sensible ». Mon parcours exploratoire théorique est lié en creux à un deuxième objectif de cette thèse qui est de caractériser la dimension émotionnelle et de l'affectivité propre à l'expérience du Sensible et à la pédagogie perceptive en puisant dans la manière dont ces champs théoriques parlent de cette dimension.

4.3 Rendre compte de la valeur donnée aux dimensions émotionnelles et à l'affectivité dans l'expérience du Sensible

En revenant sur les recherches déjà effectuées au CERAP, en rendant compte de mon processus dans la production de cette recherche depuis une posture de praticien-chercheur ému, en entrant en résonance avec des données empiriques, mon troisième objectif est de rendre compte de la valeur donnée aux dimensions émotionnelles et affectives dans l'expérience du Sensible.

4.4 Mieux comprendre les effets de la prise en compte des dimensions émotionnelles et affectives sur le Vivre avec et le Vivre ensemble

En lien avec les compréhensifs issus de mon exploration et d'un dialogue avec trois corpus distincts chevillés à mon objet de recherche (le champ de la recherche classique et contemporaine, le champ phénoménologique, et le champ empirico-théorique de la psychopédagogie perceptive) d'une part, à la faveur de la nature singulière de ma posture de praticien-chercheur ému et de l'expérience vécue d'homme ému ou de femme ému d'autre part, ma recherche pourrait-elle dégager des effets de la prise en compte des dimensions émotionnelles et affectives sur le Vivre avec et le Vivre ensemble ? En d'autres termes, un dernier objectif - formulé dans une interrogation - pointe une pédagogie donnant accès à une meilleure « écologie » affective au service des personnes et des groupes.

CHAPITRE 3 : POSTURE EPISTEMOLOGIQUE ET METHODOLOGIE DE RECHERCHE

Une recherche en science humaine est toujours une aventure.
Pierre Paillé

Le paradigme du Sensible fonde, probablement
pour le mouvement des personnes et professionnels qu'il alimente
et l'alimente, une cosmogonie renouvelée.
Marie-Christine Josso

Les mots construits sont des « œuvres –d'art »,
le « mot-œuvre d'art » est caractérisé par une irréductibilité au monde.
Marc-Alain Ouaknin

INTRODUCTION

D'emblée, j'informe le lecteur que tout au long du texte, le « Je » est au présent lorsque je souhaite informer de l'avancée de la recherche et de l'écriture au fur et à mesure de son évolution. Lorsque j'utiliserai le passé, en particulier dans cette partie, c'est dans un choix délibéré, compte tenu de ce que le lecteur va comprendre de mon processus de recherche présenté tout au long de ce chapitre.

En guise d'introduction, je tiens à relever la distinction faite par Paillé entre deux termes et notions, « posture » et « attitude », car elle est éclairante et rassurante à cette étape consistant justement à les présenter. Très brièvement, pour cet auteur :

> La posture concerne « qui je suis » du point de vue théorique large […] alors que l'attitude relève du « comment » […]. Autrement dit, la posture renvoie à l'état d'une construction des repères théoriques alors que l'attitude relève du type de regard posé sur le réel ainsi que du statut accordé aux données de l'enquête. (2012, p. 136)

Ma posture de chercheur va être définie dans ce qui suit et précise donc la position détenue par le chercheur, la toile de fond en quelque sorte dans laquelle il se reconnaît, et tisse son alliance à une communauté scientifique, un laboratoire, en lien avec une situation ou un objet. L'attitude est la disposition particulière qui va être la mienne, la plus cohérente et congruente avec la cosmologie à laquelle je me sens relié. Cependant, Paillé nous avertit :

> Toutefois, s'il est vrai que le chercheur détient une posture, ceci ne doit pas présumer de son attitude. Ce point est tout à fait fondamental, et nombre de querelles concernant le rôle de la théorie en lien avec l'analyse qualitative résulte d'un amalgame entre posture et attitude. Or, la première est une position alors que la deuxième est une disposition. (*Ibid.*)

Je vais tenter de prendre en compte le rapport dialogique entre ces deux instances inter reliées dans le développement suivant, comme tout au long de ma production.

Objectif de ce chapitre

Au départ de toute entreprise scientifique, la posture adoptée par le chercheur est à établir. Pourtant, cette posture ne s'est pas donnée d'emblée dans la clarté telle qu'elle m'apparaît au moment de la décrire dans et pour ce chapitre. Elle s'est construite au fur et à mesure et ce n'est qu'une fois la recherche presque aboutie et dans une visée à rebours que se prend pleinement la mesure des lieux, des démarches et des inspirations les plus motrices du processus qui s'est opéré pour moi. Ce troisième chapitre expose donc le cadre épistémologique et méthodologique sur lesquels se sont bâtis ma réflexion personnelle, la nature de mon engagement et l'ensemble de mon expérience de chercheur au service de la production de cette thèse ; une expérience vécue comme un chemin d'avènement et d'accomplissement d'un praticien-chercheur, d'un homme inscrit dans le monde et la culture plurielle à laquelle il est lié, et comprenant la recherche scientifique. Ces deux cadres sous-tendent et soutiennent au sens propre du terme une manière de penser et de pratiquer la recherche à assumer pour asseoir la cohérence d'un processus à l'œuvre, pour donner à comprendre les émergences, les enjeux, mais aussi les difficultés rencontrées liées à un *pari, celui de l'authenticité*. Vu ainsi, il me semble m'accorder avec l'objet-même de cette recherche puisqu'il s'agit d'une enquête sur l'affectivité et la dimension émotionnelle qui se présente dans la psychopédagogie perceptive.

Après avoir présenté en quoi cette recherche s'inscrit dans deux axes d'étude du laboratoire du Cerap, je présenterai quatre éléments fondateurs, quatre espaces de délimitation de ma posture épistémologique sous la forme de sections distinctes et qui conduiront le deuxième mouvement de ce chapitre, celui de l'approche méthodologique évolutive de mon objet de recherche.

Le premier lieu est celui de la *recherche qualitative* à laquelle se rattache très

naturellement ce projet. J'énoncerai rapidement quelques caractéristiques fondamentales qui l'y inscrivent. Le second est la posture du *praticien-chercheur* dont je préciserai à travers différents visages de l'implication, un certain nombre de réalités psychiques, cognitives, affectives et corporelles se montrant et se rencontrant tout au long de la recherche, appelant des prises de position variées. Par contraste, la troisième section déclinera une spécificité, liée à la pratique qui est la mienne, celle de la pédagogie perceptive ; en d'autres termes, il s'agira de poursuivre une cohérence annoncée et appliquée dans la première partie de cette thèse, dans laquelle le praticien et le chercheur baignent dans un climat singulier produisant en quelque sorte, par l'énergie qu'il porte et met à disposition, le *praticien-chercheur du Sensible*. Enfin, dans une dernière section, je présenterai l'intérêt d'une décision liée à la supposition générique de cette étude : il existe une dimension affective spécifique au contact du sensible, que j'ai choisi de mettre en œuvre tout au long de ma recherche. J'introduirai la posture et l'attitude en conséquence - distinction importante apportée plus haut par Paillé (2012, p.136, 137) -, celle d'un *praticien-chercheur ému.*

En guise de synthèse, je rendrai compte d'une double-posture qui nécessite d'être clarifiée : double en raison de la permanence d'une atmosphère à *la première personne* depuis laquelle se donne à vivre une *dynamique d'altérité* vécue à la fois en tant que véhicule et de 'carburant' d'une véritable expédition. Dans une visée très pragmatique, le 'chercheur qualitatif', le praticien-chercheur Sensible, puis le praticien-chercheur ému s'équipent non seulement de matériaux de base aussi 'simples et évidents' à reconnaître que ceux de la lecture, de l'écriture, de la schématisation, de l'interaction avec différentes natures d'expériences et avec des personnes, etc., mais il envisage aussi sa recherche comme une expédition possible, dans un corps à corps, depuis un rapport très singulier – le corps Sensible. Enfin, un apport et rapport plus marqué du cœur introduit une attitude relationnelle et dialogique intra et inter personnelle encourageant la participation d'un 'CORPS' et d'un 'CŒUR' de manière moins courante à ma connaissance. Par une analogie bien proche de la réalité vécue de la performance physique, affective, intellectuelle à l'œuvre dans une thèse, nous nous trouvons face à une attitude dans laquelle apparaissent un corps et un cœur solidaires, reliés dans l'effort, le plaisir et d'autres états, comme des sherpas lors d'une expédition. Le 'marcheur-chercheur' suit ses guides en confiance et avec respect, dans une certaine humilité et avec gratitude car il sait bien que sans eux, tout sommet est inatteignable.

1. POSTURE EPISTEMOLOGIQUE

1.1 Une recherche au sein du CERAP

Mon appartenance au Centre d'Étude et de Recherche Appliquée en Psychopédagogie Perceptive et l'inscription de ma recherche dans les axes du laboratoire[109] constitue une expérience formatrice et humaine à laquelle je suis attaché depuis sa création en 2004. Ma question de recherche : « Qu'apportent les explorations théoriques et les vécus phénoménologiques du Sensible à la compréhension de la dimension émotionnelle et affective en psychopédagogie perceptive ? » se situe dans le champ de l'expérience du Sensible car elle vise la compréhension en profondeur de ce que vivent les personnes de la dimension émotionnelle et affective au contact du Sensible. De fait, cette étude s'inscrit et rayonne autour de deux axes inclus dans la ligne de recherche du CERAP. Mon étude s'inscrit dans l'axe B : « Elaboration et conceptualisation de la psychopédagogie de la perception et du paradigme du Sensible. Innovation conceptuelle, épistémologique, méthodologique ». Comme son intitulé le laisse comprendre, cet axe de recherche est centré sur l'élaboration de concepts novateurs qui fondent la psychopédagogie de la perception et le paradigme du Sensible qui lui est associé et concerne également leurs implications pratiques. Les recherches qui s'y placent s'adressent à des concepts clés qui justifient et valident les conditions innovantes de l'expérience corporelle vécue en première personne comme par exemple, la spirale processuelle du rapport au corps Sensible, la modifiabilité perceptivo-cognitive et ses sept étapes du processus de transformation, la connaissance par contraste, etc.

La dimension émotionnelle et de l'affectivité telle que la pédagogie perceptive la fait vivre à ceux qui bénéficient de la praxis qu'elle propose a des effets sur une pratique professionnelle, sur la dynamique des sujets et des groupes auxquels elle s'adresse. Certains de ses effets sont connus et en attente d'être conceptualisés, d'autres sont encore inconnus ou pourraient être davantage explicités, voire valorisés. Ma recherche a comme projet de faire des liens entre une expérience en partie déjà étudiée et ayant donné lieu à une théorisation ancrée, et un aspect non encore conceptualisé dans toute sa

[109] http://www.cerap.org/axes-de-recherche. Ce site donne accès aux publications de Danis Bois et de ses collaborateurs. Il donne des liens avec d'autres sites rendant compte du réseau grandissant de praticiens et d'universitaires intéressés et engagés dans le champ de pratique lié au corps Sensible.

dimension phénoménologique, celui relatif à l'affectivité sur le mode du Sensible. Elle cherche à structurer le sens d'une expérience en partie muette, à découvrir, voire à inventer son langage pour la donner à comprendre et l'adresser au monde dans une sémiotique dont la matière semble glisser entre les doigts au fur et à mesure d'un dialogue entre le penser, le sentir, l'agir et l'émouvoir.

Ma recherche entre dans l'axe D : « Démarche de biographisation et analyse des pratiques singulières » qui regroupe des travaux issus de recherches biographiques qui s'appuient sur des vécus expérientiels au contact du Sensible, et qui ont vocation d'acquérir de nouvelles connaissances (auto-connaissance, auto-conscience, auto-formation, ...). En effet, il est question d'un parcours porté par un effort de biographisation implicite et explicite ; implicite car tout chercheur ne 'tombe et ne s'invente pas' vierge de toute histoire, culture, héritage ou événement dans un processus de recherche qu'il choisit (et pourquoi le choisit-il ?). Il n'est pas obligé d'écrire pour que soit tracé en lui l'empreinte de temporalités fondatrices de son engagement dans une thèse et de toutes les vicissitudes du parcours en question. J'ajoute « biographisation explicite », car le lecteur a pu constater dès la première partie[110] l'engagement du sujet-chercheur dans un parcours ouvert sur une 'zoï-graphisation' dans le sens où il s'agit de parler de ma vie, non pas seulement en tant qu'une 'Vie- Bio' – celle d'une force autonome en sous-main de toute existence, non pas seulement en tant que 'Vie-Zoï' - celle de l'existence d'une personne humaine et sociale, chemin faisant d'événements anecdotiques intra et inter personnels, perceptifs, intellectuels, affectifs et spirituels, une 'Zoï' portée par un souffle lui donnant une sensibilité propre, celle du contact à la dimension Sensible.

En réalité, dans cette thèse, il s'agit de m'appliquer à rendre compte du jeu évolutif et permanent entre 'deux catégories' du vivre, et que l'expression proposée de bio-zoï-graphisation figure bien car il s'agit de mettre en contact et en dialogue ces deux dimensions, l'une bien plus invisible et que la praxis du Sensible permet de sortir de son enclave silencieuse, et l'autre souvent repliée dans une intimité que la recherche impliquée à la première personne dévoile dans toute sa dimension herméneutique et heuristique.

D'autre part, dans cette recherche, le chercheur n'est pas isolé du monde, il s'y engage, en allant à la rencontre d'auteur(e)s de cultures variées, en interrogeant

[110] Pertinence à partir de mon parcours doctoral.

l'expérience de praticiens évoluant sur un terrain commun, celui de l'exercice de la profession de psychopédagogue de la perception. Il va également à la rencontre d'un public extérieur et novice de la psychopédagogie perceptive, mais expert dans d'autres domaines.

Cette recherche puise donc sa force – et présente forcément des faiblesses – par le fait de la diversité de ressources en co-présence et leur mise en dialogue. Le tout conduit une unité de sens et de signification, se donnant et s'élaborant chemin faisant de résonances livrées dans une écriture au « Je » dans le cours-même de restitutions de savoirs théoriques. Ces savoirs sont de deux natures, les premiers sont extérieurs à ma culture et constituent un territoire à 'con-quérir', les autres sont plus familiers voire explicitent une intimité partagée par mes collègues, et les 'usagers' de la pédagogie perceptive. Comment désigner et nommer dans sa plénitude ce processus et toutes ses alliances ? Ils tiennent à la fois de la réciprocité actuante (Bois, 2009), de l'empathie, de l'extimité – concept jungien actualisé par Tisseron (Tisseron, 2010; 2011). Elle peut être nommée dans une formulation longue qui a le mérite d'être explicite : l'*auto et hétéro-bio-zoï-graphisation.*

Il s'agit bien d'une démarche compréhensive du sens de ce que peut être cette vie. Ici, comme à certains moments de ma recherche, j'ai tenté et je tenterai de jouer la carte de l'innovation en insufflant un esprit dynamique alliant simultanément une vitalité anticipatrice et une ouverture à la *créativité*, depuis une force émouvante (Bergson) d'un rapport particulier à la vie, à ma vie et aux personnes s'y présentant. Comme l'a précisée Bourhis pour sa recherche :

> Cette audace épistémologique [et méthodologique] est encouragée par R.C. Kohn quand elle invite à s'émanciper des cadres établis : « Le cadre intellectuel n'est pas donné une fois pour toutes en venant directement des sciences, bien ancré dans la tradition scientifique. Il y a des approches de recherche qui arrivent et qui obligent à réinterroger tout. (Kohn, 1990)

Voyons maintenant comment se décline les spécificités en quatre points de la posture épistémologique adoptée pour cette recherche.

1.2 Une approche qualitative : un paradigme compréhensif et interprétatif

Mon inscription épistémologique s'établit dans le champ des sciences humaines et sociales dont l'objet d'étude concerne les êtres humains, leurs expériences, leurs sociétés. La logique à l'œuvre dans mon entreprise est celle de la découverte et de la

construction de sens. Ce qui prévaut ici rejoint une démarche discursive de reformulation, d'explicitation ou de théorisation de témoignages, de phénomènes (Paillé et Mucchelli, 2012, p. 11). Toujours à la lumière de ces auteurs, deux données essentielles caractérisent mon étude. En premier lieu, mes données sont 'naturelles' dans le sens où elles ne sont le résultat ni d'un support d'appareillages et d'une technologie pour les faire apparaître, ni de mises en situation artificielles. Deuxièmement, les instruments et les méthodes utilisées sont conçus pour recueillir des données qualitatives et non quantitatives ; leur analyse, est, elle aussi, de nature qualitative. Le résultat de ce type de recherche est dans son essence une qualité, une dimension, une extension ou une conceptualisation de l'objet (*Ibid.*).

La question posée dans cette étude embrasse l'ontologique et l'ontique et met en jeu le sens, la valeur et la spiritualité. En ce sens, mes préoccupations s'inscrivent dans une mouvance où

> la question du sens est de plus en plus présente dans les sciences humaines. Il est question de plus en plus d'aller au fondement des situations explorées. (Legrand, cité par Bourhis, 2011, p.140).

Par son objet et par sa méthode d'une part, par le 'simple' fait qu'elle vise l'élucidation de la structure d'un vécu et non une généralisation statistiquement fondée sur un grand nombre de cas d'autre part, cette recherche s'inscrit naturellement dans le champ des recherches qualitatives (Lessard-Hébert, M., & G., 1997; Poupart et al., 1991; Paillé P. 2007; Paillé et Mucchelli, 2008 ; 2012).

En fait, l'effort est avant tout centré sur la *dénomination* dans le sens où je cherche à nommer quelque chose, un phénomène au sein d'une expérience et une expérience au sein de ce phénomène. Sans jeu de mots, ces deux entités se chevauchent, s'entrelacent, se contiennent dans un lien quasi-indissociable. Je m'inscris donc, comme le précise Craig (1978), dans

> un processus de recherche qui met l'accent sur la compréhension plutôt que sur la preuve, sur le sens plutôt que sur la mesure, sur la plausibilité plutôt que sur la certitude, sur la description plutôt que sur la vérification. (p. 43)

1.3 La posture du praticien-chercheur : la place du terrain

L'élan de ma recherche s'ancre dans un fait d'expérience, une expérience vécue initialement sur le terrain de ma vie professionnelle puis dans un deuxième temps et par contagion, elle est venue irriguer les autres secteurs de ma vie ; cette expérience (du

Sensible) concerne des collègues, patients et étudiants à la fois sur le terrain de leurs activités professionnelles et souvent celui de l'ensemble de leur existence. Je me trouve dans un contexte empreint de simultanéité, de synchronicité à plusieurs plans, dont celui où le chercheur est en quelque sorte toujours praticien et le praticien toujours chercheur, les deux en formation permanente de par le réfléchissement d'un univers dans l'autre (Lanaris, 2001, p. 234). Chercher, c'est prendre des risques et aller à l'aventure comme j'aime le penser et le vivre. Dans cette optique, l'agir, le sentir et le penser ne sont jamais anodins, comme ne l'est pas moins l'articulation entre ces trois modes consubstantiels du Vivre, et encore une fois, du 'Vivre dans la recherche'. Ce mouvement rejoint la pensée de Pujade-Renaud pour qui, il s'agit

> d'essayer d'ouvrir une brèche dans l'opacité de ses résistances personnelles comme des résistances collectives, c'est s'engager dans une certaine traversée des apparences, au prix d'une transgression éventuellement. (Cité par Berger, 2005, p. 60)

Le chercheur franchit le pas hors des frontières, remet en question des paradigmes (tels que les définit Kuhn (1983)) et bouscule l'appartenance à des croyances sur la manière de construire les théories de la réalité que l'on voudrait capturer, à commencer par celle du chercheur-lui-même. Comme le précise Lieutaud (2014) en écho des penseurs sur une nouvelle identité de chercheurs reliant deux mondes (Kohn, 1986; Kohn & Mackiewicz, 2001), le praticien-chercheur est un 'squatteur des frontières' entre deux pays, celui de la recherche et celui de sa profession. A l'instar de De Lavergne pour qui :

> Le 'praticien-chercheur' est un professionnel et un chercheur qui mène sa recherche sur son terrain professionnel, ou sur un terrain proche, dans un monde professionnel présentant des similitudes ou des liens avec son environnement ou son domaine d'activité (De Lavergne, 2007, p. 28),

le praticien-chercheur se présente à la fois comme un professionnel ET un chercheur. Il a donc deux casquettes, deux fonctions qu'il exerce dans une forme de simultanéité dans la formule 'deux métiers en un'. Ce rapport dialogique a ceci de remarquable qu'il permet la venue de nouvelles ressources, l'émergence de ré-orientations professionnelles suite à des avancées réflexives, conceptualisantes ou praxiques de part et d'autre avec le passage obligé par des remises en questions, des confrontations propres à la véracité du terrain, où le semblant et le « comme si » résistent peu au courant de l'expérience vécues, à la rigueur scientifique et les contraintes qu'elle sait installer.

Dans cet état d'esprit et de pratique de la recherche, deux espaces s'alimentent, l'un constitué par l'apprentissage à la recherche, et l'autre, l'expérience professionnelle regardée et traitée depuis une posture dont le projet peut être plurielle : le développement personnel, l'action sociale et la production de connaissance. C'est ainsi que Kohn envisage et reconnaît une fonction double du praticien-chercheur :

> Quels que soient les motivations et les objectifs, s'engager dans une recherche à partir de et à propos de sa propre sphère d'action, constitue une situation paradoxale : c'est en examinant de prêt leur pratique que les acteurs prennent de la distance par rapport à elle. C'est en portant une interrogation systématique sur un aspect particulier que les facteurs en jeu et leurs articulations peuvent être mises au clair. (Kohn, 1986, p. 818)

Une recherche qualitative menée par un praticien-chercheur peut donc aboutir à une transformation effective de la pratique et du praticien lui-même ou, à défaut, initier une pratique réflexe plus élaborée sur des conditions d'existence, de fonctionnement ou les effets d'un métier, d'une pratique. La pratique, à son tour, vient naturellement bouleverser la recherche par ce qu'elle seule vient apporter, cette force de l'expérience et la dimension inaliénable du terrain. A la faveur d'une formulation catégorique,

> la science scandalise souvent notre expérience, et l'expérience elle-même est un scandale scientifique (Laing, 1986, p. 81, 82),

le psychiatre donne à comprendre les enjeux, les risques, et les défis culturels, épistémologiques et méthodologiques auxquels s'expose le praticien-chercheur.

Associer le terrain et la recherche scientifique, deux entités vouées à une solitude héroïque car définitivement injoignables pour une certaine cosmologie scientifique, demande certaines précautions et une attention-vigilance (Depraz, 2014) sur les conditions de mise en place et de problématisation de l'objet de recherche.

Deux points d'argumentation permettent d'avancer plus sereinement dans cette modalité de recherche qualitative. Le premier s'appuie sur l'utilité de l'expertise du chercheur comme gage de qualité et le second pointe l'intérêt de l'implication sur le terrain de l'expertise. Dans le cas précis de cette recherche et des objectifs qu'elle se fixe, pourrait-elle être menée par un chercheur en sciences sociales parachuté dans un univers lui étant totalement étranger ? Dans l'absolu, un sociologue pourrait interroger des praticiens du Sensible sur ce qu'ils vivent de l'objet de recherche. Mais ce chercheur effectivement ne pourrait, lui, avoir accès à la densité et donc ne la ferait pas intervenir dans sa restitution descriptive ou dans son analyse des caractéristiques de l'objet de recherche en question. Ce serait alors une autre recherche, qui aurait sans aucun doute sa valeur. Car demander à un chercheur étranger du terrain où se joue

l'objet de l'étude lui-même – un objet qui de surcroît se trouve constitué par une subjectivité réellement accessible qu'au seul public d'experts de celle-ci – c'est priver le projet initial de sa densité-même, de ce qui le lie à la recherche. Cette densité, c'est l'expérience et l'histoire du chercheur lui-même. Elles constituent une connaissance initiale capable d'être recrutée ou mise en retrait si nécessaire. *Ma posture s'origine de fait dans l'implication qui est la mienne dans cette expérience* ; je la vis et *choisis d'en faire un atout* et non un obstacle. Vu sous cet angle, ma posture impliquée trouve une validité repoussant la distance ethnographique généralement de mise dans un certain champ des sciences sociales.

La seconde pertinence épistémologique du choix de la posture de praticien-chercheur repose sur l'intérêt de l'implication du chercheur sur le terrain de son expertise comme étant un vecteur de productions de connaissances, inaccessibles en dehors de cette immersion (Kohn, 1986). Les deux spécificités énoncées, utilité de l'expertise du praticien et implication du chercheur, établissent la force de la posture du praticien-chercheur. Mon projet dans cette recherche est d'appréhender une dimension singulière, expérientielle et existentielle spécifique à un terrain 'unique' dans ses modalités praxiques, suivant une démarche singulière au sein d'une culture qui l'est tout autant et qui, à ce titre, porte un langage et des modalités de partages en accord avec un paradigme, celui du Sensible. Ce contexte de terrain a donné naissance à une autre posture de chercheur que je vais présenter à présent. Son but est au moins double, assurer une cohérence épistémique et enrichir le chercheur de modalités méthodologiques spécifiques de la pratique du Sensible.

1.4 Le praticien-chercheur du Sensible : s'accorder à un terrain singulier

Dans cette section, je m'appliquerai à présenter une posture singulière et originale dont la genèse se trouve dans la pratique de la pédagogie perceptive. Le praticien-chercheur du Sensible est l'illustration du résultat d'un mariage entre le terrain et la recherche. Mise au point par Danis Bois dès 2004, l'introduction du corps Sensible (Bois, 2001, 2007, 2008 ; Bois, Humpich, 2006 ; Bois, Austry, 2007 ; Berger, Bois, 2008) comme support et acteur dans le processus de recherche est maintenant bien balisée théoriquement[111]. Je ne ferai ici que donner les points-clés d'un mode de

[111] J'invite le lecteur à consulter le site http://www.cerap.org dans lequel il trouvera un développement complet sur ce sujet dans les rubriques, « Paradigme du Sensible » et « Epistémologie et Méthodologie ».

recherche créé avant tout pour prendre en compte le statut d'un corps ouvrant un champ phénoménal spécifique apparaissant à la conscience et comportant son propre univers de sens (Berger, Austry, Lieutaud, 2009).

1.4.1 Le rapport au Sensible : le corps partenaire

Il n'est pas exagéré d'annoncer d'emblée l'omniprésence du corps et du rapport au corps dans le paradigme du Sensible et, de ce fait, l'ouverture à une attitude dans la recherche qui n'est pas classique, même si ça et là dans les démarches qualitatives le chercheur prend en compte certaines résonances corporelles (Cefaï, 2003; 2006; Schwartz, 1993). Dans la recherche sur le mode du Sensible, l'expertise du rapport au corps est à la fois un lieu d'apprentissage et un outil pour aider le chercheur à développer sa capacité à s'ouvrir à l'émergence, voire un moyen de la « convoquer » (Bois, 2007) dans sa pratique de recherche. Souvent concerné dans la phase de contact avec le terrain, le corps l'est beaucoup moins dans les autres espaces et temporalités au cours de la production d'une recherche. C'est pourtant là qu'entre le thème délicat de la subjectivité, dont celui de la subjectivité corporelle, qu'elle soit présente dans son objectivation (Bourdieu, 2003) ou comme ressources singulières sur lesquelles le chercheur peut s'appuyer (Paillé, 2006b). Dans leur article, Berger, Austry et Lieutaud présentent trois statuts différents du corps dans la recherche (2009). Le corps-obstacle – expression éloquente – renvoie à un questionnent sur sa présence, une présence suspecte, envisagée comme étant possiblement une entrave dans le processus de recherche (émotions, habitus, représentations). Le corps-médium introduit un rôle passif du corps dans la recherche. Il s'agit de la contribution de la perception du chercheur comme une ouverture d'écoute et finesse d'interaction. C'est ainsi, que le corps inaugure une fonction et un rôle, il est un organe d'exploration du monde (Cefaï, 2003, p. 545), il fait son entrée dans les coulisses de l'entreprise scientifique,

> la question se pose alors de savoir s'il ne faut pas valider entre la parole et l'observation, ce sens que l'on peut appeler la perception (Laé, 2002, p. 253).

Le corps devient un acteur et un partenaire porteur de sens dans et pour la recherche. Nous arrivons à un corps-partenaire, celui du corps Sensible en tant que troisième niveau d'engagement caractérisé par la force participative du ressenti comme toile de fond de la perception du chercheur. Le corps est cette voie (et voix) qui est

> autant de l'ordre du ressentir que du sentir. Elle se joue au travers d'un engagement émotionnel dans les situations, qui fait passer par des épreuves de

> sens, par les phases d'angoisse et d'enthousiasme initiales, par les crises de désarroi et de désespoir et par les moments de bonheur et de plaisir qui scandent le terrain. (Cefaï, 2003, p. 537)

On constatera la prégnance de l'affectivité dans ces considérations épistémologiques. Cet auteur insiste en accordant l'*aisthesis* au *pathos* :

> L'*aisthesis* et le *pathos* ne s'éprouvent pas seulement dans l'accord du sentir et du ressentir, la *Stimmung* qui, dans l'être-affecté par une atmosphère ou une ambiance, inaugure le processus de compréhension de l'enquête. (Cefaï, 2006, p. 54)

L'approche inaugurée par la pédagogie perceptive est encore différente puisqu'elle s'intéresse au ressenti du corps, au sens corporel en tant que matériau susceptible de soutenir l'activité du chercheur. Il ne s'agit pas pour le chercheur de sentir, mais de *se ressentir* dans une aperception issue du corps lui-même même, un corps sentant et senti avec et en dehors des sens habituels sollicités dans le corps-médium par exemple. Nous touchons une phénoménologie de l'apercevoir et du ressentir, celle dont nous parlent Merleau-Ponty, Henry, Varela ou Depraz. C'est à ce niveau précis d'inscription charnelle que s'attache la pratique de la recherche du praticien-chercheur du Sensible. Ceci étant posé, que faire de ces informations ? Dans ce contexte, le corps n'est plus obstacle, ni seulement un médiateur, mais un corps-sujet-co-producteur et co-créateur de la recherche, il est ce corps Sensible, source d'un premier niveau de sens de par les sensations elles-mêmes qu'il génère :

> L'univers du corps Sensible est en effet un univers expérientiel particulièrement vivant et donc porteur de sens en tant que tel, en tant qu'il est source d'un éprouvé de soi changeant et donc à réactualiser en permanence, informant le chercheur à chaque instant de ses états internes, de ses réactions, de ses résonances face à ce qu'il rencontre au cours de sa recherche. (Berger, Austry, & Lieutaud, 2014, p. 13)

Un deuxième niveau de sens s'ouvre depuis l'expérience charnelle au contact de la pédagogie perceptive, une émergence singulière

> recouvre le surgissement et la saisie d'une information nouvelle qui vient surprendre la structure perceptive et cognitive du chercheur, parfois jusqu'à remettre en question certaines représentations fondamentales qu'il avait, soit de son objet de recherche, soit de sa problématisation en cours, soit encore de sa lecture ou de son interprétation des données. Cette information peut être 'vraiment' nouvelle (le chercheur découvre à ce moment-là quelque chose qu'il ne savait pas, ou qu'il n'avait pas encore vu), ou déjà connue, mais apparaissant dans une clarté inédite telle, que le chercheur a l'impression de la comprendre réellement pour la première fois. (*Ibid.,* p. 13, 14)

Je vois dans cette philosophie et cette praxis humaniste de la recherche l'expression d'une considération humaine et vivante en direction d'un corps lui-

même impliqué dans toute son épaisseur qualitative, parfois totalement inédite. Ainsi faut-il comprendre le rapport au Sensible non seulement comme une mobilisation de l'attention en direction des manifestations du vivant au sein de l'intériorité corporelle dont la performance permet de les percevoir finement et de se percevoir soi-même à travers elles, mais aussi, plus largement, comme un moyen de se tenir au courant de ce que l'on vit, et d'en être touché (Berger, 2010). Il n'est pas exagéré de prétendre ici à une véritable originalité de la posture épistémologique (puis méthodologique) adoptée pour cette recherche.

> Il ressort cependant une véritable originalité de la posture épistémologique et méthodologique adoptée au Cerap : *pour* le corps et *par* le corps. *Pour* le corps : les recherches du Cerap mettent à jour, modélisent et affinent tout l'intérêt de travailler sur les potentialités perceptives de l'humain dans les domaines du soin, de la formation et des arts. *Par* le corps : au-delà de ces résultats, nos travaux montrent la praticabilité de recherches faites *avec* son corps ; le corps peut être tout à la fois un support, un médium, un partenaire et un « sujet » plein et entier de la recherche, source de sens et de créativité. (Berger, Austry, & Lieutaud, 2014, p. 23)

Depuis les capacités énoncés précédemment, deux autres qualités s'ouvrent pour le chercheur du Sensible : la réciprocité actuante et la neutralité active. Ces deux colonnes permettent une assise du chercheur du Sensible dans un paradigme qualitatif créatif.

1.4.2 La neutralité active : une distance de proximité

Par neutralité, il faut comprendre une forme de passivité dans un « laisser venir à soi » la résonance en lien avec les éléments constitutifs de l'expérience du Sensible, et principalement, le mouvement interne en tant que subjectivité corporeisée. Le qualificatif « active » désigne le réajustement conscient de la personne – du chercheur – pour ne pas enfreindre le cours des émergences du Sensible. Bois et Austry décrivent ce processus en apparence paradoxal :

> La part de neutralité correspond à un 'laisser venir à soi' les phénomènes en lien avec le mouvement interne, sans préjuger du contenu précis à venir. […] Le 'laisser venir à soi' est un 'savoir attendre' qui consiste d'abord à ne pas anticiper ce qui va advenir. […] La part active consiste à procéder à des réajustements perceptifs permanents en relation avec la mouvance que l'on accueille. […] La posture de neutralité active procède d'une infinité de précautions afin de ne pas peser sur les phénomènes qui émergent de la relation au Sensible. (Bois, Austry, 2007, p. 10)

A la faveur de ces explications, le lecteur peut s'imaginer la gymnastique perceptive, réflexive, affective et agissante du praticien-chercheur du Sensible ; elle fonde une attitude spécifique venant enrichir, mais aussi confronter les modalités habituelles qui prévalent dans les comportements de recherche scientifique bien assujettis à une cosmologie appauvrie sur le plan d'une subjectivité corporelle, considérée comme suspecte. Ainsi, pourrions-nous dire que le « je » du praticien-chercheur du Sensible muscle un autre 'je', sous la forme d'un « autrui en soi » (Bois, 2013). Cet entraînement permet d'atteindre des ressources dialogiques opérantes pour la recherche elle-même en tant que production de connaissance. Ce 'training' consiste à maintenir son attention à la fois ancrée et ouverte, stable et libre, vigilante et disponible pour suspendre ce qui peut gêner le processus de découverte en cours, rester dans une attente ouverte, orientée mais non focalisée, de quelque chose qui va venir mais dont on ne sait rien, sans cesser de renouveler la réduction propre à toute recherche (Berger, Austry et Lieutaud, op. cit, p. 18). Rendu à ce stade, la pensée de Dewey sur le rapport entre l'agir et l'éprouvé prend un sens signifiant pour le praticien-chercheur du Sensible. Pour cet auteur, l'intelligence du travail, de n'importe quel travail, consiste à veiller en permanente sur l'équilibre entre l'éprouvé et l'agir. Appliquer sa philosophie à la recherche qui nous intéresse c'est prendre conscience que trop d'éprouvés et le chercheur se perd dans ses sensations, trop d'agir et le chercheur rompt le cours de l'expérience. La neutralité active se présente à la fois comme une sorte de pharmacopée prévenant le sensationnalisme d'une approche qualitative rivée sur la perception et les sensations, comme un « art de remarquer » si bien décrit par Depraz (2014) représentant une éthique de la recherche qualitative, celle de se laisser toucher tout en maintenant une distanciation, et ce, à toutes les étapes d'élaboration et de production d'une recherche scientifique (observation, lecture théorique, entretien de recherche, interprétation…). Bref, dans une attitude ni « trop dedans » ni « trop dehors », un positionnement de la conscience pleinement et clairement situé, car justement, « ni dedans ni dehors », permet au chercheur de n'être ni fusionné avec son expérience, ni distant d'elle et assure la distance de recul nécessaire à la recherche mais aussi, dans le même temps, une proximité avec sa recherche sur laquelle son implication peut se déployer dans toute sa profondeur. C'est à partir d'une posture de point d'appui[112] - conscience de ce qui se passe,

[112] L'expression « point d'appui » - celui mis au point par Danis Bois - est métaphoriquement la 'parabole' de la pédagogie perceptive, de la neutralité active et de la réciprocité actuante. Ce concept est présent dans la plupart des publications du CERAP. Il faut retenir que le point d'appui est un geste circonstancié permettant à la fois l'émergence d'informations venant du corps, la régulation de tensions et l'opportunité

attention et vigilance, puis réajustement au contact de ce qui émerge- en soi d'abord, puis en relation à l'autre et au monde, que peut se comprendre la réciprocité actuante, deuxième point d'ancrage du praticien-chercheur du Sensible.

1.4.3 La réciprocité actuante : une modalité intersubjective de la chair

Ce concept signifie une modalité de présence à soi et à autrui sur la base d'un échange alimenté et mené par le rapport partagé au corps Sensible. Cette forme de réciprocité relève de l'empathie, sans en être une au sens classique car le jeu de dialogue entre les résonances n'est pas le même puisque les instances en présence (personnes, groupe, nature, et toute chose vivante) ne cessent de se laisser altérer mutuellement par ce mouvement :

> dans la réciprocité, [ce mouvement] est contrebalancé par le mouvement de laisser autrui entrer en soi. La nuance peut paraître anodine mais ne nous y trompons pas, elle signe une différence de taille, celle-là même qui permet d'installer une présence à soi dans l'acte de connaître l'autre. […] Là où l'empathie s'offre comme un pont invisible et impalpable entre la subjectivité du chercheur et celle des participants à sa recherche, la réciprocité se déploie comme un liant sensible dont la texture peut être aperçue, dont la tenue peut être évaluée, dont la fonction de vecteur des 'informations circulantes' peut être régulée en temps réel. (Bois, Humpich, M., 2006, pp. 482-483)

Nous retrouvons le même principe de la neutralité active, mais cette fois-ci, appliqué à une relation duale ou groupale. Elle suppose des sujets présents à la fois dans leur sphère intra personnelle et ouvert à l'inter personnalité :

> Le terme « actuante » souligne la part active des protagonistes de l'échange : chaque personne en présence fait ce qu'il faut pour accueillir l'autre dans ou depuis son rapport au Sensible, ce qui relève d'un véritable acte relationnel ; le terme renvoie également au fait que cette modalité de relation étant basée sur la perception des réactions corporelles internes à ce que dit, fait ou est l'autre, il y a en permanence actualisation de l'échange en fonction de ces données internes corporeisée.(*Ibid.*)

Le processus de réciprocité actuante a concerné le métier de praticien en pédagogie perceptive, puis cette compétence a été transférée, modélisée, et appliquée à toutes les étapes de la démarche de recherche. Plus qu'un simple outil au service du chercheur, la réciprocité actuante fonde une attitude et une philosophie de la reliance à laquelle le chercheur s'applique dans son rapport au terrain, son rapport au savoir théorique, son rapport aux participants, son rapport aux données ET son rapport à lui-

---

d'une réorganisation de l'agencement de la personne dans sa globalité la plus accordée à son contexte. Voir le site du CERAP.

même. La réciprocité actuante représente le phénomène et l'expérience emblématiques de l'implication du praticien-chercheur du Sensible, d'une posture présente du début à la fin de sa recherche et, plus encore, le processus par lequel ce même chercheur se met à l'écoute de la résonance en lui de tout acte et élément de sa recherche[113]. La réciprocité actuante 'rebondit' sur des notions présentes dans les grands classiques de la phénoménologie avec la force créatrice du transfert de l'idée proposée à une pratique concrète, incarnée dans l'empirie, ce qu'illustre la citation suivante :

> Tout se passe comme si pour Husserl, avant toute intersubjectivité des consciences, il y avait une communauté des corps de chair, une 'intercorporéité', sur laquelle Merleau-Ponty attirera l'attention. (Kelkel, 2002 , p. 221)

Le témoignage suivant illustre une application de la réciprocité actuante dans le traitement thématique des données d'une recherche qualitative menée au Cerap :

> Au troisième essai, j'ai retrouvé un plus juste milieu de dénomination des thèmes. […] J'ai ressenti sensoriellement comme une mise en relief des thèmes par rapport au texte. Ils semblaient se détacher au-dessus du texte. […] Sensation incroyable, l'analyse thématique me remettait dans mon corps, qui me donnait une information de justesse que [j'ai pu] réutiliser comme guide dans la suite, pour le reste de la thématisation. Cet exercice d'analyse thématique a été pour moi l'occasion d'une véritable transformation. […] Je l'ai vécu expérientiellement et j'ai senti dans ma chair l'effet de cette justesse quand ma pensée est accordée à la parole et à la pensée de l'autre. (Large, cité par Berger, Austry & Lieutaud, 2014, p.21)

Expérientiellement dans cette figure épistémique (et méthodologique), le chercheur est sujet et co-créateur de sa recherche depuis un rapport à sa chair. Et une chair en tant qu'elle est l'expression vivante d'une incarnation à partir de laquelle se vit une aventure émouvante. C'est vers cette tonalité subtile, pleine de nuances, que j'introduirai la dernière section du développement de ma posture épistémologique.

[113] Six étapes successives correspondent à des actes perceptivo-cognitifs précis qu'il n'est pas pertinent de développer ici (Berger, Austry, 2011).

1.5 Le praticien-chercheur ému : les nuances de l'affectivité

Sont appelés « contenus de vécu du Sensible » –
ou « phénomènes du Sensible » –
les […] états, sentiments, émotions, […] qu'une personne
peut ressentir consécutivement au fait qu'elle perçoit
consciemment le mouvement interne dans son corps,
soit directement par ses manifestations, soit par ses effets.
Bois, Berger

- Petit rappel

La dimension émotionnelle et de l'affectivité telle qu'elle se donne à vivre en pédagogie perceptive, en particulier, au contact du mouvement interne constitue l'objet de ma thèse. A l'issue de ma recherche précédente de mestrado[114] (Humpich, 2007), j'ai qualifié et nommé ce phénomène, la « phase émue » car elle est *une* parmi d'autres « phases » affectives que toute personne peut vivre (appelées par la suite, « dimensions affectives ») (Humpich, 2007, 2013, 2015). J'ai nommé la personne vivant ce processus, *l'homme ému* (genre humain). Il est une facette de l'homme Sensible, son tempérament ou sa thymie en quelque sorte. A ce stade de ma recherche, en me référant à la pensée d'Assagoli (1997) pour qui l'homme est une pluralité d'identités agissantes - un « Je » pluriel -, l'homme ému illustre et incarne une co-identité de l'homme Sensible et de toute personne humaine, puisque cet 'état', 'dimension' ou cette 'qualité' relève de la potentialité humaine.

Ainsi, l'âme de cette recherche puise son énergie dans une des facettes inhérentes à la pédagogie perceptive. Tout en m'inscrivant fidèlement dans les définitions et les apports généraux tels qu'offerts par les références et les travaux de mes collègues cités plus haut, ma recherche comporte cependant - en matière d'implication - une spécificité qui est inhérente à l'objet de la recherche lui-même ; elle participe à une étude de fond sur la sensibilité qui selon Barbier, fait cruellement défaut (Barbier, 1997, p. 276).

La posture de recherche qui est la mienne attribue à cette '*co-identité émue'* de la personne Sensible et sensible[115] une fonction faisant d'elle une instance fondatrice dans l'élaboration et la production de cette thèse. Elle est le reflet de l'intégration d'un

[114] Une étude qui à mes yeux constitue une première ébauche conceptualisante de l'objet de ma recherche actuelle,
[115] Il faut distinguer le Sensible désignant la personne au contact du corps Sensible tel que l'a défini Bois (2007) et sensible qui est l'adjectif communément utilisé pour désigner une qualité de résonance à toute chose.

aspect de ma personne telle que je me perçois, me vis, conçois mon existence et regarde le monde. Dans mon esprit, dans mon corps, dans ma chair et dans mon cœur, m'ancrer à cette dimension, qui n'est pas autre chose mon objet de recherche, c'est faire jouer ensemble différentes instances susceptibles de faire mieux comprendre ce qu'est un être humain dans sa dynamique interne. (Barbier R. , 2015, pp. 167, 168). La singularité de mon l'implication est *affectivo-émotionnelle* avec la force intuitive qu'elle permet au sein de mon inscription dans le Sensible. J'ai rencontré une pensée idoine à mon expérience à propos de la force herméneutique et heuristique de l'acte de lecture et d'écriture dans les ouvrages de Marc-Alain Ouaknin (1992, 1994) et de Jorge Larrosa (1998). Ces deux actes constituent la colonne de toute recherche scientifique. Pour finir sur ma manière d'appréhender mon objet de recherche, je trouve un écho dans certaines figures expérientielles à l'œuvre chez Anderson et dans le paradigme de la recherche intuitive qu'elle a initié:

> L'impulsion pour conduire une recherche intuitive commence comme une étincelle dans la noirceur de l'hiver parce que l'impulsion pour explorer un sujet fait appel à l'imagination du chercheur parfois de manière inconsciente et étrange. [Il] ne peut pas s'arrêter de penser au sujet. Presque tout semble lui rappeler son sujet en quelque sorte. Un désir-mélancolie commence à faire comprendre le sujet pleinement. Ce désir à comprendre est Éros, l'amour dans sa forme pure, parce que le chercheur intuitif veut connaître son sujet bien-aimé pleinement. [Il] examine les fins détails du compte rendu de sa recherche dans une manière qui s'apparente à celle d'un amant qui explore la main de sa bien-aimée. Les détails sont importants. Les secrets sont importants. L'ordinaire est extraordinaire. Le particulier est favorisé. Tout ce qui concerne le sujet a un sens et une signification, qui le rapproche de la compréhension. [Il] désire en connaître d'avantage. (2011, pp 243,244) (Traduction personnelle)

Bien que la dimension émotionnelle et l'affectivité fasse précisément l'objet de ma recherche et qu'il ne soit pas encore comprise et conceptualisée dans sa plénitude, je choisis *expressément* de mettre cette 'co-identité' de l'homme Sensible en œuvre tout au long de ma recherche. Ce choix favorise des rencontres intra et interpersonnelles dans lesquelles quelque chose

> jaillit […], émerge soudain à la conscience. […][Le] signe de reconnaissance est le sentiment de certitude qui résulte de leur immédiateté. […] De cette certitude et de cette immédiateté découlent un certain nombre d'autres caractéristiques : le lien avec la numinosité et *avec l'émotion, le caractère non analytique et gestaltiste de l'expérience, la relation préverbale et prénoétique qu'entretiennent l'intuition et la créativité*. (Varela, 2001, p. 7) (je souligne)

En d'autres termes, je m'invite ou me convoque dans cette peau d'homme ému à toutes les étapes de l'avancée et de la production de cette thèse.

Je m'engage donc dans une aventure en congruence : 1) avec mon expérience de vie professionnelle et personnelle, 2) avec mon *intuition* que la dimension émotionnelle du Sensible peut constituer un ressort et un éclairage singuliers dans cette recherche et dans la recherche qualitative sur le mode du Sensible, 3) avec un rapport particulier du cœur comme voie inspiratrice, compréhensive et herméneutique d'une phénoménologie de l'affectivité empiriquement utilisable (Depraz, 1999, 2003, 2014), 4) avec une épistémologie du cœur par analogie à la pensée de Rosemarie Anderson (2010, 2011) et à *l'enquête intuitive* dont le caractère insigne est la prise en compte d'une affectivité (impulsions du cœur, émotions et désir du chercheur) comme l'une des cinq voies pour faire de l'analyse qualitative.

L'expert en psychopédagogie perceptive pourrait invoquer une 'régression' qualitative et affective du praticien-chercheur du Sensible se 're-mettant' sur la fréquence émotionnelle dont l'expérience du Sensible avait réussi à l'en extraire. Si comme l'a prononcé Danis Bois, l'homme Sensible et l'homme ému sont des réalités quasi-tautologiques (Bois, 2015, p. 411), alors, « épouser la posture de l'homme ému » (*Ibid.*), c'est bien faire le pari de rendre compte d'une manière singulière de l'être affecté au contact des éléments du monde tels que ce chercheur les rencontre, c'est aussi considérer le chercheur ému comme partie intégrante de l'objet de sa recherche. Comme l'a commenté Honoré (2011, littérature grise), le terme « homme ému » a le mérite de questionner un aspect fondamental de l'homme, celui de l'émotion ; enlever cette expression du décor dans l'univers du Sensible – et de la recherche sur et depuis le Sensible – n'est-pas se priver de réponses à des questions de natures anthropologiques et ethnographiques parmi les plus marquantes de l'identité de l'homme ?

Adopter la posture du praticien-chercheur-ému se présente naturellement comme une cohérence épistémique à la faveur de la valeur enseignante et transformatrice de cet aspect de l'expérience du Sensible. C'est encore me donner les moyens d'appliquer sur le terrain de la recherche une philosophie inhérente à la démarche qualitative. En d'autres termes, j'écoute mon désir d'explorer un savoir-être et un savoir-faire de ce praticien-chercheur impliqué sur son terrain professionnel. Je me retrouve dans les propos d'Eve Berger :

> J'ai ainsi trouvé dans la recherche matière à re-découvrir autrement ce qui avait été pour moi un événement biographique majeur, dont j'ai fait l'axe principal de mon existence professionnelle et, même, personnelle : à travers la lunette parfois quasi déformante de champs théoriques nouveaux, j'en ai dévoilé des aspects que, malgré tout mon investissement préalable, je n'avais jamais cernés. Cette ouverture s'est ressentie jusqu'au vécu expérientiel lui-même : 'déconstruire'

> l'expérience du Sensible et l'observer avec un regard décalé, à travers le prisme d'approches autres que celle qui l'a vue naître, m'en a fait apprécier mieux certaines facettes, par exemple en termes de compétences introspectives dont je n'avais pas mesuré la portée, les considérant jusque-là comme des évidences qui allaient de soi. Ainsi, le renouvellement de mon rapport à cette expérience, pourtant si familière, est devenu un miroir dans lequel je me suis découverte moi-même de manière neuve. (2011, p.197)

Chemin faisant, sujet de la conscience plurielle dont je dispose, j'entreprends de produire ma recherche depuis une alliance avec l'objet que j'étudie. Je vais décliner maintenant de façon pratique, sans entrer encore dans les choix méthodologiques, les éléments fondateurs de la mise en œuvre épistémologique de ma démarche. J'aborderai et préciserai des attitudes quant à certains thèmes invariants de la recherche scientifique comme celui de la lecture, de l'écriture, du mode d'interlocution et d'interaction avec l'expérience propre et celle de personnes gravitant autour du processus de recherche. Je conclurai par la présentation d'une figure dialogique entre une posture à la première personne et celle en altérité. Le lecteur comprendra l'expression « à la première personne », non pas au sens où je produis moi-même mes données de recherche, mais parce que la recherche présente est elle-même une expérience en première personne et jaillissante dans le précieux et émouvant équilibre entre l'éprouvé et l'agir qui la caractérise.

1.6 Posture épistémologique et méthodologique pour une recherche exploratoire sur la dimension émotionnelle et l'affectivité en pédagogie perceptive

Je peux à présent illustrer les traits de singularité de ma posture épistémologique et réaffirmer ce choix en cohérence avec le souci de complétude de l'implication du chercheur d'une part, le souci de cohérence et de pertinence avec mon objet de recherche. Le praticien-chercheur-ému emprunte la voie qui s'est imposée à lui, intuitivement, progressivement assumée, ici rationnellement exposée. Elle épouse les traits bien connus de la voie empruntée par les praticiens-chercheurs qualitatifs. Elle privilégie les traits de la posture de recherche telle qu'elle a été créé par Danis Bois et l'équipe du CERAP. Elle y inclue une teinte originale mettant en jeu - et 'célébrant' - une manière de s'émouvoir dans et pour sa recherche. Je m'offre ainsi un terrain d'accueil et d'exploration pluriel, pour un parcours et au service d'un processus accordé à la fréquence de l'objet étudié.

1.6.1 « Lire aux éclats »[116] : une attitude particulière dans cette recherche ?

Lorsque la lecture dénoue, délie, et qu'elle ouvre
à une autre perspective du monde,
lorsque « interpréter un texte,
ce n'est pas lui accorder un sens, même fondé,
mais tenter d'apprécier de quel pluriel il est fait,
de quelle dynamique il est porteur,
alors, il y a vérité » !

Marc-Alain Ouaknin

La lecture représente dans mon cas, et comme pour tout chercheur, l'activité forte et incontournable préparant le cadre théorique, épistémologique et méthodologique. Cette activité est encore présente et tout autant cruciale pour le praticien-chercheur qualitatif ayant conduit des entretiens, les ayant retranscrits pour s'en servir comme données à décrypter puis à analyser et à interpréter. La lecture est enfin présente dans l'activité aperceptive littéraire du chercheur lui-même puisqu'il va sans cesse lire et relire ce qu'il a écrit.

[116] Expression empruntée à l'ouvrage de M.-A. Ouaknin : « Lire aux éclats – Eloge de la caresse », Ed. Quai Voltaire.

Mais quel est ce 'je'-lecteur, son identité, ses identités devrais-je dire à la faveur d'une catégorisation par analogies de sept niveaux épistémologiques[117] de Lipchitz (2015, pp. 50, 51)? Ce 'je' varie-t-il au gré des parties et des séquences qui constituent la production d'une recherche ou épouse-t-il une gestalt immuable tout au long de la recherche ? Bien que la remarque de cette auteure concerne la parole, son propos peut s'appliquer à toutes les formes d'expression dont l'humain soit capable, et parmi celles-ci, la lecture :

> Une chose reste sûre, c'est qu'on ne parle pas du même *je* selon le champ épistémologique où l'on se place et que l'on ne peut pas plus parler d'identité que d'altérité sans se poser la question du lieu à partir duquel on parle. (p. 52)

A ma connaissance, l'activité de lecture est décrite et considérée dans la recherche essentiellement comme un outil, un instrument au service du chercheur dans le moment de la prise de contact avec les données écrites (journaux de bord, de recherche, personnel ou intime, verbatims, puis celui de leur analyse et de leur interprétation). Avec la réserve qu'il s'agit d'un point de vue personnel qui mériterait d'être documenté, la lecture, bien qu'on parle peu de cet aspect, est une expérience vivante pour le chercheur. Cette activité, quand elle vise le corpus théorique peut-elle faire l'objet d'une réelle introspection, et d'une conceptualisation rendant compte d'une expérience vivante et singulière ? Or, de façon récurrente, la lecture reste instrumentale et restreinte à son aspect utilitaire, à une nourriture plus ou moins digeste et que l'on ingurgite. Souvent, le chercheur en évalue son adéquation à un régime choisi pour lui ou qu'il finit par se choisir (quantitatif, qualitatif, biographique, interprétatif, etc.). En restant dans la métaphore alimentaire, quand est-il de la manière de consommer cette nourriture, de la goûter, de la savourer ou d'en jouir ? Je n'ai pas fréquenté de doctorant ou autre chercheur qui ne soit pas passionné par tel ou tel auteur, bouleversé par un ou l'autre article. Mais il me manque les échos sur le comment il s'y est pris pour lire, être touché, transformé ou déplacé dans cette exercice (de cet art[118] ?).

---

[117] Je les cite ici, sans les développer :1) champ physico-énergétique/ perceptions et sensations ; 2) psychologique/affects et émotions ;3) champ sociologique /coutumes et archétypes ; 4) champ de la relation/éros et sentiments : 5) Champ symbolique/cognition et paradigme ; 5) Champ initiatique/états d'âme et éprouvement ; 6) champ spirituel/états d'esprit et conscience. Je remarque les niveaux 2 et 5, distinct mais en lien avec la dimension émotionnelle et l'affectivité relatifs au psychologique et à l'initiatique. Le lecteur pourra en découvrir les caractéristiques dans l'ouvrage cité en bibliographie de ma thèse

[118] Les manières d'être lecteur manquent d'assise théorique et de soutien méthodologique d'une part, d'autre part, il m'a été difficile de trouver des auteurs pouvant étayer l'expérience de la lecture telle qu'elle s'est donnée et se donne à vivre pour moi, telle que je l'ai désirée et la désire, telle que je l'ai pratiquée et la pratique autant que faire se peut.

Ce que je voudrais préciser concernant la lecture a été en partie illustré dans le témoignage de Large plus haut, c'est-à-dire, une activité de lecture portée par une attitude Sensible bien décrite dans le chapitre précédent, et transférée dans la recherche. C’est à cette nature d’implication que je me réfère ici, avec une coloration, celle de la dimension émue avec laquelle entre en relation un type particulier de lecteur au contact de la modalité d’écriture d’un auteur, quel que soit le cadre dans lequel le texte ait été produit

Pour Ouaknin (1992), l’activité de lecture peut être une expérience surprenante dont je veux donner quelques caractéristiques herméneutiques car elles explicitent parfaitement ce qui constitue une mise à l’épreuve dans cette thèse, avec ses joies et de rares peines, et beaucoup d’émerveillement. Il nous dit :

> L’étude consiste à penser tout ce qui dans une question est pensable, et ceci à fond, quoiqu’il en coûte. […] l’existence des niveaux de signification et des règles d’interprétation rend caduque la possibilité de s’approprier le texte, et donc, d’en annuler l’altérité et l’extériorité. En un mot, l’interprétation, les interprétations n’entament jamais le texte, ne mordent jamais dans la chair du texte. (*Ibid.*, p. 92, 93)

La lecture ne met donc pas en danger le texte. Il est là pour nous révéler à nous-mêmes par le rapport personnel et subjectif que nous entretenons avec lui (réciprocité actuante). Dans une pratique portée par le postulat d’une potentialité à découvrir, la lecture se révèle être

> liée à l’herméneutique ; cette dernière n’est pas seulement à comprendre comme expérience de la compréhension sémantique, mais incarne une attitude fondamentalement existentielle, rendant possible l’invention de soi. (*Ibid.*, p. 75)

Lire revient alors, sous certains aspects, à un constant effort d’affranchissement, d’invention de soi, au risque de soi. A la fois lecture poétique et lecture performative, dans cette atmosphère, la compréhension d’un auteur ou d’une personne interviewée, comme la lecture de ses propres écrits, n’est pas une attitude uniquement reproductive, mais représente toujours une attitude productive liée de fait à l’implication personnelle de l’interprète dans l’événement de sa compréhension,

> l’interprète est littéralement « inter-essé » par le texte qu’il commente et comprend […] Son comprendre signifie la participation présente à ce qui est dit. […] L’interprétation subjective précède la compréhension elle-même. *En fait, ce n’est pas le texte qui est compris, mais le lecteur, il se comprend*. (*Ibid.*, p. 79) (souligné par l’auteur)

Pour Ouaknin, commenter – j’ajoute, implicitement ou explicitement – un texte, ce n’est pas le désincarner, ni le rendre orphelin car au contraire d’une posture

objectiviste affichant une volonté de se mettre en marge par rapport au sens du texte, celui-ci peut se rencontrer avec toute la personnalité, les expériences, les lectures, bref avec tout le vécu de son lecteur car,

> en dépit de son refus, [il] intervient inévitablement beaucoup plus qu'il ne le dit ou ne le croit lui-même. (*Ibid.*, p. 87)

Par une analogie à l'homme hassidique119 tel que présenté par cet auteur, le praticien-chercheur ému quitte l'espace de certitude extérieure pour rentrer dans l'inquiétude – et de l'intranquillité de Pessoa (2011) ? – du ne « pas savoir ». Il est un 'chercheur éternel' présent dans le souci de lui-même120 et de l'autre, optant pour

> une philosophie de la caresse où il n'y a jamais de prise, d'emprise, de manière définitive. Au contraire, il y a production d'à venir. Ici, émerge une sagesse de l'incertitude, d'une incertitude objective. Ce qui se dit de la foi peut être transposé à d'autres perceptions mondaines. (*Ibid.*, p. 88, 89)

« L'infinie caresse du livre » (*Ibid.*, p. 94), l'expression est éloquente, renvoie au fait que tout texte, tout écrit, peut être caressé, non pas effleuré à la surface, mais littéralement appréhendé sensuellement, dans un éprouvement vivant, vibrant, émouvant, par la manière d'être ce lecteur charnellement impliqué, amoureusement engagé à se laisser solliciter par ce qui lui échappe, à solliciter ce qui se dérobe de sa forme vers un advenir. Cette attitude affective laisse grande ouverte le désir d'apprendre dans l'expérience du texte, d'apprendre de soi, dans l'altérité avec les mots, les significations. Interpréter, c'est faire une expérience par la caresse (*Ibid.*, p.95). Dans la continuité poétique de l'auteur, le praticien-chercheur du Sensible est expert dans le jeu du touchant-touché, dans le savoir-attendre et le laisser-venir, advenir. J'ai découvert une attitude dans le lire, un savoir-être guidant un savoir-faire. Le praticien-chercheur ému a la foi qu'il existe un rapport à l'être à la fois animé d'une intériorité agissante, ému dans l'art de se laisser être caressé par les mots et les tentatives de mises en sens, non-assujetties par le trop cérébral, le trop émotionnel ou le trop sensationnel, mais les concernant tous à la fois pour se saisir soi, en train de lire, de comprendre, d'interpréter, de créer, de s'inventer. Lire devient par moment une révolution[121], l'atmosphère

[119] Comme d'autres sources d'analogie, la référence à la religion ou à la théologie offre des voies de passage et des compréhensifs précieux pour exprimer une pensée, une manière d'être ou un agir au sein de ma recherche.

[120] Non pas dans le sens égocentrique mais égoïque et identitaire, d'être au plus proche de l'être.

[121] Terme dont l'étymologie grecque exprime bien mon expérience : « επανάσταση » - επανά, vient de *épano= au-dessus* et σταση, (*stasi),* place fixe, immobile. Ainsi, « révolution » peut se comprendre précisément comme ce qui met en mouvement en se dressant au-dessus de l'immobilité. C'est bien ce que j'ai pu observer dans une activité de lecture comme phénomène de redressement d'une immobilité de la pensée, du sens et de la signification s'en trouvant renouvelés.

nouvelle permet au mot de rentrer de façon inattendue, dans la chair, depuis une expérience propre à l'univers du Sensible et d'un chercheur ému de ce dialogue.

Je vis cette posture et mon attitude comme une cohérence épistémique avec la dimension émotionnelle et l'affectivité que j'étudie. Le projet de 'lire aux éclats', l'éclat comme brisure des habitudes et des avenues sans relief, comme lumière qui brille et se retire à la fois résonance avec la force de l'émotion et de celle particulière de l'étonnement, de l'enthousiasme et de l'émerveillement (Vergely, 2010). Leur origine ne se trouve pas dans le monde, mais bien dans l'homme, et dans celui qui mène cette recherche…

1.6.2 L'écriture impliquée : fabriquer des mots qui nous permettent de les entendre

Un point commun entre la lecture et l'écriture est le langage. Aussi, j'aborderai l'écrit en précisant d'emblée une similitude dans la posture et les attitudes avec tout ce qui a été dit plus haut. Je mets à profit ce moment pour introduire des données essentielles qui permettent de mieux comprendre la nécessité d'une implication à la première personne dans ce type de recherche. Je rappelle que la dimension que je souhaite étudier, bien que n'étant pas mystérieuse ou inaccessible, recrute un niveau d'intimité extrême pour être rencontrée,

> Ce sont toutefois des expériences si intimes et si peu étudiées que seule une recherche dans l'intimité de soi peut y donner accès avec la plus grande validité. (Berger, 2011)

Et que,

> le chercheur qui en fait l'expérience et qui souhaite l'explorer se trouve à l'origine – pour ne pas dire qu'il est l'origine – du phénomène qu'il étudie. Non pas qu'il le « fabrique », qu'il le crée de sa propre volonté comme cela pourrait être le cas d'une expérience imaginée ou d'une visualisation mentale; mais il crée les conditions d'apparition. […] Ainsi, si un phénomène du Sensible se donne à sa perception, cela se produit par la grâce d'un effort particulier du chercheur, qui commence en amont par s'extraire d'un rapport machinal à lui-même et à son corps : l'expérience qu'il étudie – au minimum la manière dont il l'approche – n'existe donc que parce qu'il la crée et la constitue comme telle. Se trouve ainsi incarnée d'une manière extrême une démarche que Pourtois et Desmet qualifient de « monadiste », au sens où le chercheur contribue à l'émergence d'un événement dont il ne se distingue pas totalement (Pourtois & Desmet, 2007, p. 184) (*Ibid.*)

Bien que ma recherche ne soit pas celle d'un point de vue en première personne « au sens fort », ou encore « radicalement » en première personne selon la définition

qu'en donne Vermersch (2000a, 2000b), c'est-à-dire se rapportant exclusivement au témoignage propre du chercheur pris comme matériau de sa recherche, j'y reconnais néanmoins quelques points commun dans la mesure où, 1) la dimension que j'étudie est phénoménalement chevillée à l'expérience du Sensible, 2) je me place sujet investi dans son rapport à la dimension que j'étudie et m'en sert tout au long de cette recherche, et notamment pour produire mon écriture, et ce, à toutes les étapes de la recherche.

Pour Larrosa (1997), il existe une écriture rendant compte de ce que chacun d'entre nous a pu vivre et éprouver et qui nous appartient en propre, mais que les routines langagières nous ont empêché de voir (p. 43). L'activité de l'écriture – en particulier de l'écriture de soi – a ceci de précieux qu'elle nous sort de la pénombre, de l'état latent d'une expérience privée de conscience et de parole, ou occultée par l'instance même de la conscience et du langage. Retrouver ce chemin, c'est connecter le bonheur de la médiation et de l'intimité avec les choses. Mon implication dans l'écriture est placée sous l'autorité d'une sensibilité née de l'approche du Sensible telle qu'elle me renvoie à ma propre intimité avec les choses, les auteurs de différents champs de recherche, les personnes rencontrées, en laissant la dimension affective prendre une place privilégiée. Dans ce contexte de pratique de l'écriture,

> Il est donc question d'une expérience où au début on existait sur un certain mode, à moins qu'on ait été rien, de la pure indétermination, alors qu'à la fin on est devenu autre chose. Il s'agit d'une relation intérieure [affective, auto-affective] avec la matière de l'étude, dans laquelle apprendre forme ou trans-forme le sujet. […] Non pas par imitation, mais par *résonance*. Si l'on lit, si l'on écoute, si l'on regarde, avec *le cœur ouvert*, ce qui est lu, écouté, regardé résonne en nous, résonne dans le silence que l'on est, et le silence pénétré ainsi par la forme se fait fécond. C'est comme cela que l'on est conduit vers sa propre forme. (*Ibid.*, p. 47) (Je souligne)

L'écriture ainsi pensée et pratiquée conduit un retour à soi-même dans et par la recherche. Elle est le produit d'une pratique dans laquelle rien de soi ne s'oublie, ni ne se perd dans des abîmes affectifs, au contraire, elle se fait l'écho d'une nature d'intelligence à la fois 'distanciatrice' et 'proximalisante', source d'universalité au sein d'une singularité offerte au monde comme un acte d'assumance en lui. L'écriture rejoint peut-être le noyau, la vivance et la grandeur de l'expérience esthétique qui n'est ni plus ni moins l'expérience vécue dans toute sa plénitude définie par Dewey.

Sous certains aspects, l'écriture employée dans cette recherche prend le sens d'un roman de formation, en tant qu'articulation narrative avec les différentes instances que le chercheur rencontre et qui constitue des expériences

> qui en le ramenant vers lui-même, conforme sa sensibilité et son caractère, sa manière d'être et d'interpréter le monde. Ainsi, le voyage extérieur s'entrelace avec le voyage intérieur. (p. 48)

Rencontrer une constellation de mots, en choisir quelques-uns ou les repousser, me laisser saisir par certains, en laisser émerger d'autres, improbables, dans l'alchimie [122]du langage de la chair, afin de nommer l'affectivité et la dimension émotionnelle du Sensible, fait partie du défi de cette thèse et de la raison de son existence. Je comprends et interprète les propos d'Ouaknin,

> fabriquons d'abord des mots qui nous permettent de les entendre ! Faisons en sorte d'entrer dans l'activité du langage. Un langage qui construise un monde et pas le monde. (1992, p. 103)

comme une assertion en direction du praticien-chercheur-ému. Elle est un encouragement à oser sa parole singulière, au risque de sa sensibilité, une sensibilité dans laquelle l'émouvoir est un phare, expression métaphorique que j'offre à la sensibilité-même du lecteur pour qu'à son tour, il fasse danser le sens d'un mot au gré d'une histoire singulière et toujours un peu plurielle jusqu'à résonner dans l'universel.

1.6.3 L'interaction avec mon expérience propre

Bois et Berger (Bois & Berger, Du Sensible au sens : un chemin d'autonomisation du sujet connaissant, 2013) formulent une question cruciale à mon sens :

> peut-il y avoir émancipation du sujet sans prise en compte de sa sensibilité et, plus profondément encore, sans construction de conditions, au sein des pratiques de formation et de recherche, qui lui permettent de se faire l'allié, en toute autonomie, de sa propre sensibilité ? (*Ibid.*)

Cette question me permet de préciser certaines facettes de l'expérience du chercheur que je souhaite mettre à l'œuvre. Elles conduisent cette étude et concernent une tonalité singulière de la *sensibilité* de celui qui s'engage, s'expose à certains moments du processus de recherche d'une part, mais surtout, *il puise dans cette attitude un savoir servant son étude*.

---

[122] « Ancêtre de la chimie moderne, l'alchimie tenta de percer les secrets de la matière et de la vie En ce sens elle est à la fois une exploration de la matière et une aventure de l'esprit. Des symboles qui en émanent, Jung reconnaît des contenus de l'inconscient. Les alchimistes cherchaient aussi le secret de Dieu dans la matière, et cheminaient à la manière du psychologue. Jung pensait que le véritable alchimiste du Moyen Âge ne cherchait pas à convertir le plomb en or, mais à trouver le secret de l'individuation, la transformation de l'homme en image de Dieu. » (ANTIER, 2010, p. 401)

Mon choix épistémologique répond à cette question dans la ligne du CERAP depuis un lieu de création de sens unique et spécifique au contact de l'être-même des personnes choisies puis invitées à participer à la recherche. La *modalité intra et intersubjective corporeisée* à l'œuvre contribue à l'originalité de la recherche proposée au sein d'un champ de la recherche qualitative toujours en évolution et en innovation :

> Qu'il s'agisse des espaces de travail, de la vie quotidienne ou de la cité, on constate aujourd'hui de nouvelles formes d'intervention sociale sur la déconstruction-reconstruction du sens par les sujets humains dans et autour de leurs pratiques […]. Ces questions touchent particulièrement le domaine de l'éducation et de la formation, qui visent explicitement la transformation des systèmes de représentations, de valeurs et ispo facto des identités. (Barbier, Galatanu, 2000, p. 1)

Avec Catherine Meyor vient nous re-joindre une sensibilité qui n'est ni absence d'émotions et d'affects, ni manque de l'expérience d'affectivité. Elle nous y inscrit d'emblée, car bien au contraire, elle

> s'illustre [la sensibilité] comme le territoire privilégié de l'invisible tension désirante qui nous noue aux choses qui font le monde autant qu'elles le peuplent, lui donnant ainsi ce visage familier et connu l'attestant comme notre monde. […] Elle s'offre donc à nous comme à l'abri dans modes, dans une expression symbolique faisant encore droit à la densité de sa matière. (Meyor, 2002, p. 253) (Je souligne)

Ainsi, comme je l'ai annoncé au début de cette section, « 1.5 Le praticien-chercheur ému », je me fais le complice et l'apprenti d'une nature de sensibilité affective de la chair et du cœur – les quatre termes s'y retrouvent entrelacés en sens et en expérience à un point tel que la tautologie[123] pointe le bout de son nez – et j'envisage une posture épistémologique ne renonçant pas au praticien chercheur du Sensible en moi, mais en fait ressortir la beauté, la vivance et l'humanité de sa tonalité affective.

1.6.4 Interaction avec les personnes interviewées

Mon parcours doctoral a été et est l'occasion d'une activité interpersonnelle foisonnante. Au sein de celle-ci, s'est présentée ma rencontre avec des personnes interrogées sur la dimension émotionnelle et l'affectivité dans leur vie professionnelle ou/et personnelle. Ces moments signifiants pour moi et pour chaque participant, bien que la richesse et le devenir de ces rencontres n'apparaîtra pas dans cette thèse, ont été

[123] Une fois encore, ce terme, souvent mal compris et dans un sens restrictif, doit être entendu dans sa qualité éclairante grâce à la réitération de sens, de signification qu'elle engendre. Depuis un angle différent d'une même réalité, la tautologie dont je parle relève purement d'une compétence phénoménologique et épiphanique.

l'occasion de mesurer la place et la force de la posture que j'ai choisi d'habiter. La mise en relief de l'attitude émue comme un ressort de reliance, du climat de simplicité et d'authenticité dans cette étape de la recherche confirme que mes interactions humaines dans cette recherche qualitative ne pouvaient s'envisager dans cet aspect de ma sensibilité et de celle des personnes concernées. La vie de cette recherche qualitative apparaît comme une vie affectivement colorée et l'approche du Sensible peut la faire exister d'une façon innovante, créatrice, humanisante.

1.7 Posture en altérité et cartographie de ma posture épistémologique

Au terme du développement sur ma posture épistémologique adoptée pour cette recherche, il me reste asseoir en guise de conclusion le jeu entre la première personne et *la posture en altérité* qui prévaut ici. En effet, cette recherche adopte une posture à la première personne, non pas au sens où je produis moi-même des données pour les analyser par la suite, mais que cette recherche elle-même constitue une expérience en première personne. Puis, ma posture est une posture en altérité dans le sens d'un mouvement dialogique permanent avec tous les événements qui contribuent à sa 'gestalt'. En effet, 1) je choisis d'entrer en dialogue avec les auteurs rencontrés et non pas de faire de cet événement une revue de littérature ; 2) je choisis de partager mes états d'âme durant et pendant mes entretiens (et non pas de récolter une expérience d'autrui tout en me gardant de m'exposer à mon tour), en restituant à la personne en face de moi, mes résonances en direct pendant chaque interview ; 3) je choisis de dialoguer avec toutes les instances agissantes dans ma production, depuis mes rencontres préparatoires à l'écrit de chacune des parties de ma recherche, à cette crise de croissance suite à ma paralysie (pertinence personnelle de mon parcours doctoral) ; 4) Je choisis de rendre compte dans des sections, « premières résonances », de temps à autre de l'écriture de cette thèse de même que la conception des résonances graphiques sont mes manières personnelles de rentrer en altérité avec le lecteur, de l'inviter à mes tentatives de mise en sens, de le convier dans mon parcours herméneutique. Ce souci de l'autre s'est installé progressivement pour devenir une préoccupation insigne m'obligeant à reconsidérer certaines parties de ma thèse, chemin faisant de cette conscience d'altérité, justement, aiguisant une sensibilité au service de la lisibilité. Par moment, même, je n'ai pas hésité à m'adresser à l'auteur, indirectement ou directement,

à titre posthume ou dans un éloge au regard de ce qu'il me permettait de contacter en moi, ou dans la vision sur mon objet de recherche.

La voix de l'esthétique, de la poésie et de la théologie se présente sur le chemin du dire d'une affectivité et d'une sensibilité telle que je l'expérimente dans cette recherche. Ces voies offrent un vocabulaire qui n'est pas forcément révolutionnaire, mais plutôt inusité. La pratique du Sensible me conduit là, et parce que ma sensibilité poursuit son mouvement, elle m'a amené vers l'ému, c'est lui qui tient les reines et cela m'enthousiasme. Une cartographie de ma posture épistémologique s'est imposée comme une voie de synthèse du premier mouvement de ce chapitre. J'y place les éléments insignes de mon développement, et de cette façon illustre les attitudes en cohérence avec ce qui va me guider tout au long de cette recherche. Le lecteur reconnaîtra :

- le praticien-chercheur-ému indissociable du corps Sensible
- les actes posés dans toute recherche qualitative : lire, écrire, décrire, comprendre, interpréter, etc.
- l'importance de la bio-zoi-graphisation, avec ces deux composantes, *auto et hétéro.* La dimension 'hétéro' renvoie à ce qui a été précisé juste avant, que le verbe « Echanger-Partager » illustre bien
- la dimension herméneutique à travers la notion de transformation du chercheur, et parfois d'autres personnes[124] au contact de cette recherche.
- la dimension heuristique à travers l'innovation de soi, conceptuelle, …

Cet ensemble compose un territoire épistémologique, en donne la vivance. Il me permet de mieux comprendre en quoi une recherche scientifique telle qu'elle peut être vécue par moi et mes collègues du CERAP peut être l'occasion d'une poussée de l'être au service d'une sorte de conversion identitaire, d'une évolution de ma pratique et de nos pratiques, une révolution dans la représentation que je m'en faisais avant d'entamer ce processus. Une recherche scientifique peut donc se vivre comme une œuvre servant l'existence des personnes amenées à le côtoyer dans le cadre professionnel comme personnel. Il n'aura pas échappé au lecteur que cette démarche, pour autant qu'elle soit singulière, originalement vécue et menée, est une forme parmi toutes celles qui peuplent l'univers de la recherche. Elle reflète la manière d'être et de faire par laquelle je me suis

[124] Je pense ici à une personne interrogée dans ma recherche, qui nous le verrons me partage comment notre rencontre lors de cet entretien a littéralement transformé sa représentation sur elle-même et l'homme ému qu'il pensait être.

donné naissance en tant que ce chercheur thésard, dans une communauté et par une pratique qui m'a fait naitre en tant que sujet Sensible pour lesquelles ma gratitude est réelle, profonde et indéfectible.

Cartographie du cadre épistémologique d'un praticien-chercheur-ému

2. METHODOLOGIE D'APPROCHE DE L'OBJET DE RECHERCHE

Qu-y a-t-il derrière cette attitude, cette émotions, ce sentiment,
Cette sensation corporelle projetée ou ressentie
avec la situation étudiée ?
Pierre Paillé

Introduction

Par contraste avec la partie dédiée à la posture épistémologique adoptée, je ferai rarement usage de citation car je considère cette partie comme devant informer le lecteur de comment je m'y suis pris ou compte m'y prendre, quand tel ou tel acte de recherche a été posé ou sera posé, comment dans les faits et les événements rencontrés ou prévus, peut se faire connaître les coulisses de la production de la thèse en cours.

Paillé nomme l'«équation intellectuelle » une activité, certes intellectuelle, mais qui mobilise l'être total du chercheur-en-situation (Paillé, 2012, p.119). L'expression désigne le rapport dialogique entre différentes sources choisies, mobilisées et exploitées d'une certaine manière en fonction de la situation étudiée et des objectifs que le chercheur s'est fixé. Il est question d'orientation épistémologique, du choix du corpus théorique, d'options méthodologiques prises parmi d'autres.

J'ai choisi un titre pour cette deuxième partie dédiée à la présentation de la méthodologie. Je le trouve ajusté à mon parcours tel que je le souhaitais, tel qu'il s'est déroulé, se produit et me surprends encore. Plus qu'une approche méthodologique il s'agit d'un vrai mouvement d'interaction émue avec plusieurs sources d'information. En effet, ce mouvement est formé par une constellation d'expériences signifiantes se déclinant sous la forme de micro-cycles et agencés dans des temporalités qui se révèlent 'intelligentes'. Il s'agit donc bien ici de rendre compte du *mouvement de l'approche méthodologique de mon objet de recherche*, mouvement qui va dans le sens d'une construction continue de l'univers du chercheur, tant sur le plan de la consultation et de l'acquisition de connaissances théoriques, que sur le plan interprétatif ou de changement de représentations sur la manière d'aborder mon objet de recherche; construction faite de modulations en cours de route, etc…

2.1 Corpus théorique

L'activité au sein d'une recherche qualitative est complexe. Certains éléments relèvent du théorique dans son sens large à différents moments de mon enquête exploratoire,

> ce que rend très maladroitement la notion de cadre théorique telle que comprise dans un sens étroit et conçue dans une optique déductive. […] Il n'y a pas de point de référence absolu et stable autour duquel pourrait se constituer le regard théorique du chercheur. Celui-ci est constamment en construction. (Paillé, 2012, p. 124, 125)

Le commentaire de l'auteur confirme mon expérience car mon rapport au corpus théorique, à la faveur des manières choisies pour l'aborder - dans un œil évolutif au fil de mes résonances - a fait l'objet d'une construction progressive en crescendo pour arriver à un point culminant en fin de parcours. Tout en vivant des temps forts en cours de route, mon exploration théorique a suivi trois temps. Sans compter les apports de la physiologie, la psychologie présente dans le premier corpus, le dernier présente un caractère empirique fort et contribue à installer ma recherche dans la catégorie d'une recherche de terrain, l'éloigne définitivement d'une gestalt philosophique.

2.1.1 Champ classique et contemporain

Pour situer mon objet de recherche, il me fallait baliser un premier territoire. L'appui de la recherche classique et contemporaine s'est présentée comme incontournable car d'une part, ce champ rend compte de la thématique complexe de la sémantique liée à la dimension émotionnelle et à l'affectivité telle qu'elle est généralement admise, d'autre part, en m'appuyant sur l'histoire de la recherche, il m'était possible de suivre l'évolution des conceptions autour de ce phénomène, de situer par l'échelle du temps la dimension qui m'intéresse, de repérer si le phénomène dont je fais l'expérience en pédagogie perceptive avait fait l'objet d'une théorisation dans laquelle il pouvait se glisser. Je savais que la manière d'être affecté dans la pédagogie perceptive ne relève pas de l'émotion classique, mais en me familiarisant avec un champ en partie exploré dans mon mestrado, je m'équipais de données pertinentes pour opérer un deuxième[125] mouvement de problématisation sur une base plus courante pour moi. Je commençais mon ascension dans un dénivelé progressif et dans un paysage

[125] Le premier étant celui à la fin de la mise en place de ma recherche.

familier somme toute, tout en constatant que mon regard avait évolué depuis ma recherche précédente.

2.1.2 Corpus théorique phénoménologique

La mise en contact avec un corpus phénoménologique a d'emblée suscité une excitation chez moi. Allez à la cueillette de savoirs issus de la phénoménologie et de ses apports considérables pour aborder la subjectivité allait de soi ; en particulier, pour laisser émerger une matière dont j'avais le sentiment fort qu'elle résonnait plus que toute autre dans le projet d'élucidation et de clarification de mon intrigue à propos de l'émotion, de l'affectivité, et de la complexité les caractérisant. La manière dont j'ai procédé pour composer ce corpus, m'en servir pour m'approprier du sens sur mon objet de recherche demande à être expliciter.

La tradition du CERAP lie les recherches qui y sont menées au champ de la phénoménologie parce que la psychopédagogie perceptive est une praxis de nature phénoménologique. Par contraste ce que je connais au moment où j'écris ces lignes, ma culture dans ce domaine était assez restreinte, bien que j'avais abordé quelques phénoménologues dans mes travaux précédents. Au regard d'un des trois objectifs principaux de cette thèse qui est de compléter et d'approfondir les connaissances théoriques sur la dimension de l'émotion et de l'affectivité, le corpus phénoménologique se présentait comme une gageure pour enrichir la sémiologie ficelée à mon objet de recherche. Mon exploration phénoménologique poursuivait le fil du premier corpus. Ce corpus qui constitue la partie la plus imposante de cette thèse s'est établi au fur et à mesure depuis une première base constituée d'auteurs incontournables pour moi, il s'agit de Maine de Biran, Henry, Sartre, Heidegger et Depraz. Certains parmi eux avaient été abordés dans mes travaux de recherche précédents, mais dans une autre dynamique, moins prospective. D'autres auteurs comme Henry m'avaient été vivement suggéré par un des membres de mon jury[126] de mestrado. Enfin, des écrits de certains phénoménologues dont j'avais lu des articles traitant de l'affectivité, mais n'avais pas pris le temps d'en creuser la richesse se sont ajoutés et révélés être d'une grande fécondité. C'est le cas de Scheler et de Depraz.

[126] Le professeur Bernard Pachoud de l'université de Paris 7 - Diderot

- Le recours à des auteurs-commentateurs-experts sur la question de l’affectivité

La référence de certaines figures de la phénoménologie m’apparaissait ‘presque’ imposée par leur aura au sein de l’univers de la phénoménologie. Pour cette raison peut-être m’est-il apparu vain de tenter de cerner dans leur œuvre ce qui pouvait alimenter ma recherche. Aussi ai-je pris la décision de ne pas prendre de front leur œuvre, mais sagement, d’avoir recours à des ‘commentateurs, spécialistes réputé(e)s’ pour leur expertise au sujet de leur œuvre, et en particulier, ce qui avait attrait à l’affectivité. C’est le cas de Bégout, Mazis, Barberousse, Escoubas. Il me faut ajouter une auteure présentant une double casquette, il s’agit de Depraz qui est à la fois présente dans cette étude au titre de phénoménologue offrant sa pensée et philosophie propre sur la question, et experte sur l’œuvre de plusieurs grands noms de la phénoménologie tels que Husserl et Henry pour ne citer que ces deux. Le recours à des spécialistes avait deux avantages pour moi, le premier a été nommé. Le second trouve son sens dans ma résonance des textes rencontrés, elle m’a donné envie de laisser la trace de leur travail dans cette thèse car leur manière d’aborder le sujet de l’affectivité et la dimension émotionnelle dans un mouvement à la fois synthétique et discursif m’a donné un sentiment de confiance que je pouvais m’appuyer sur leur analyse bien mieux que sur la mienne si je m’étais lancer innocemment dans cette entreprise. J’étais touché par le sentiment de proximité avec la pensée phénoménologique chez ces personnes-auteurs-commentateurs.

- Des auteurs ’hors cadre’ ?

Quand j’ai intitulé cette partie de ma thèse « Approche phénoménologique de mon objet de recherche », j’avoue ne pas avoir imaginé la pléiade d’auteurs contribuant à mon exploration. En résonance au commentaire de Paillé cité plus haut, le cadre théorique est une construction progressive et peut être pleine d’imprévus. C’est le cas dans cette partie où des auteurs comme Alquié et Laing se sont imposés en cours de route en raison de la curiosité éveillée par leur manière de traiter le phénomène qui m’intéresse et celui idoine de l’expérience. La pertinence de leur regard sur les questions fondamentales qui sont les miennes dans cette thèse plaçait ces auteurs dans le rang de mes alliés pour ma route. Honoré m’a semblé être à la fois une voix de passage synthétique à cheval sur la question de l’expérience et de l’affectivité, comme à un degré moindre, Dilthey et Dewey. Patocka m’était totalement inconnu avant d’écrire

cette thèse, ces propos m'ont été rendu accessibles au moment des événements de Charlie Hebdo et des remous planétaires les accompagnants. Depuis cette sensibilité tout à fait conjoncturelle, ce phénoménologue a pris une dimension dans ma vie toute a fait surprenante et sa pertinence dans ma thèse, c'est-à-dire dans une entreprise dont le but est d'éclairer le sens d'un phénomène comme celui de l'émotion et de l'affectivité. Je dirais que la présence - certes assez réduite – de la pensée de Patocka est un choix inspiré par le social et le politique.

Je finirai par deux auteurs que je considère comme étants des commentateurs inspirés de la phénoménologie, dans deux styles bien différents mais complémentaires. Je veux parler de Barbaras et de Billeter. Ils m'ont permis de faire une transition entre le corpus classique et contemporain, la longue section concernée à l'expérience et les ténors qu'ils ont en quelque sorte introduit.

Cet ensemble, assez hétérogène suit une logique intuitive, faite d'élans et de rebonds d'un ouvrage à un autre, de résonances intérieures et d'appel suite à des échanges avec les personnes signifiantes dans ce parcours et que je présenterai plus loin, ou encore au heureux hasard d'une émission culturelle comme c'est le cas de mon intérêt pour Barbaras et son dernier ouvrage sur la manifestation (2013), ou d'une visite dans une librairie parisienne dans laquelle s'est 'jeté à moi' l'ouvrage de Depraz quelques jours après sa sortie.

Le lecteur peut comprendre la logique à l'œuvre dans la structuration de cette partie – non pas une logique ordonnée et prédictive– mais placée sous l'autorité de l'aspiration, de l'élan 'quasi-providentiel', de l'intuition du cœur et du désir, du laisser-venir à moi, puis oser acter ce qui me touche en assumant une activité de remarquer comme l'entrelacement du plaisir et de l'attention, de l'affectivité et de la vigilance. Comme l'énonce Anderson,

> la recherche intuitive joint intuition et rigueur intellectuelle dans un processus herméneutique interprétatif destiné à l'étude des expériences humaines subtiles. Depuis longtemps reconnu comme étant essentiel à la sagesse dans les traditions autochtones et spirituelles à travers le monde, le savoir subtil du coeur nourrit et équilibre les autres savoirs plus intellectuels. […] Les chercheurs intuitifs explorent des sujets qui les touchent intimement.[127] (Anderson, 2006, p.1) (Traduction personnelle)

[127] « Intuitive inquiry joins intuition to intellectual rigor in a hermeneutical process of interpretation intended for the study of subtle human experiences. Long claimed as essential to wisdom in indigenous and spiritual traditions worldwide, the subtle ways of the heart nourish and balance more analytical ways of knowing. »

2.1.3 Corpus de la psychopédagogie perceptive : empirico-théorique

Le troisième corpus dans cette recherche concerne la psychopédagogie perceptive. Je dois préciser l'accent mis sur la dimension de l'affectivité au sein des travaux de recherche du CERAP. Cette partie a la particularité qu'elle s'appuie sur une dimension empirique puisque les travaux auxquels je me réfère sont tous de nature qualitative ancrée dans le terrain de la pédagogie perceptive. J'y ai joint les résultats signifiants de ma propre recherche de mestrado sur la dimension de l'implication et de la résonance au contact de l'expérience extra-quotidienne de la pédagogie perceptive, une étude fondée sur des entretiens de recherche menés auprès d'experts du Sensible. Dans cette partie, mon projet est double. D'une part, je souhaite rendre compte de l'état actuel des données disponibles sur mon objet de recherche, d'autre part, le lecteur comme moi, pourra prendre la mesure de l'originalité d'une dimension émotionnelle et de l'affectivité sur le mode du Sensible, et des éléments de sa théorisation sa théorisation. Ce corpus mis en dialogue avec les deux autres ouvre une discussion la mieux documentée que je puisse fournir et permettra un retour sur ma problématique en la faisant évoluer à la lumière de données empirico-théoriques.

2.2 Un corpus empirique à travers une enquête au sein d'un public pluriel : dans la peau de l'homme ému

Dans cette section, j'aborde un évènement fort de mon processus doctoral. Il concerne la préparation, l'effectuation, la retranscription en verbatims d'entretiens de recherche effectués en prévision de cette thèse et la nature de leur usage dans cette recherche. Il me faut d'emblée annoncer que ce travail n'aura pas le trajet que le chercheur imaginait au début de son entreprise. Pour cette raison, je ne donnerai pas en détails les éléments relatifs d'un processus ayant effectué un virage à cent quatre-vingt degré à quelques mois de la clôture de cette thèse. Je me contenterai d'expliciter ce qui sera réellement présent, vivant et actif dans cette recherche pleine d'inattendus de ce travail passionnant et transformateur pour moi après avoir partagé un moment important pour moi et cette recherche.

2.3 Des entretiens de recherche sur l'homme ému

2.3.1 Une discussion à l'origine de mon questionnaire sur l'homme ému

Au début de ma recherche, une analyse qualitative de données issue d'entretiens de recherche se présentait comme la voie possible pour traiter mon objet de recherche, ce que j'ai présenté dans le devis méthodologique lors de ma soutenance de projet doctoral en juin deux mille dix. Une confirmation de cette voie a eu lieu lors du symposium Identité, Altérité, Réciprocité[128] en mai deux mille onze à Paris, suite à une communication dans laquelle je livrais les principaux résultats de recherche relatifs à la dimension émotionnelle et l'affectivité telle que je la comprenais. J'y ai évoqué la notion d'homme ému en questionnant la pertinence de cette expression. A l'occasion d'une rencontre à trois avec ma directrice de thèse et Bernard Honoré, ce dernier nous a partagé les premiers pas de ce qui allait être une colonne de la philosophie du soin et de la formation tel que cet auteur l'a bâti au fil depuis plus de trente années qui au passage a inspiré le paradigme du Sensible et alimente toujours nos travaux de recherche au sein du Centre d'Etude et de Recherche Appliquée en Psychopédagogie Perceptive comme elle est une des assises paradigmatiques des enseignements en psychosociologie à l'UQAR[129]. J'entendais Bernard Honoré nous évoquer l'historique du concept de santé tel qu'il s'était donné pour lui, notamment ce moment particulier où il décidait d'aller sonder des personnes dans la rue, en leur posant une question naïve :quand vous entendez le mot « santé » que ce passe-t-il pour vous, que cela vous évoque-t-il ? Les résultats de cette enquête furent surprenants à deux niveaux. Les mots et expressions employées par les personnes interrogées s'alignait sur celui de grands penseurs, philosophes, phénoménologue, psychologues et sociologues existentialistes et humanistes. Des notions inédites ou du moins auxquelles Honoré n'avait pas présumé d'emblée émergeait, comme celle du rapport au changement, de l'accomplissement de l'être. C'est à partir de cette enquête sur le terrain quotidien que le concept honorien a pris forme.

Fort de cet exemple, nous partagions l'intérêt de procéder de la même façon avec mon objet de recherche : l'émotion du Sensible, et plus précisément, la notion d'homme ému, expression étant apparue à la toute fin de mon parcours de la recherche

[128] Colloque ayant eu lieu à la Cité des sciences et ayant fait l'objet d'une publication collective aux éditions point d'appui. Voir http://editions.pointdappui.fr/Editions/Livres/Livres.html
[129] Université du Québec à Rimouski.

précédente. Dès le lendemain matin, en allant chercher mon croissant, j'avais glissé mon dictaphone en poche pour mener une petite expérience. Assez excité et fébrile à la fois, j'entrais dans ma boulangerie habituelle et questionnais les clients et le personnel du magasin. Ce moment fut révélateur par l'accueil favorable à ma question que je contextualisais pour chaque personne se prêtant à mon jeu. Les résonnances étaient majoritairement positives à l'évocation de cette expression que les gens trouvaient assez jolie. Un homme en particulier, la soixantaine, me reste en mémoire, son témoignage m'a marqué :

> Il faut développer la capacité d'être un homme ému ou une femme émue aujourd'hui, à notre époque, le monde en a besoin. Les gens ont besoin de se reprocher plus subtilement les uns avec les autres, de façon plus intime dans cette société où si peu de personnes communiquent vraiment et de façon authentique. Elle est importante votre recherche !

Mon croissant fut doublement apprécié ! Il me fallait maintenant m'engager dans cette voie.

2.3.2 Guide d'entretien et entretien préparatoire

Sans considérer mon expérience comme un entretien préparatoire, ma première expérience citée plus haut, s'insère dans les prémisses de guide d'entretien dans la mesure où ce moment a vitalisé ma mise en action et j'ai pu vérifier la pertinence de la première question de mon entretien comme voie de facilitation dans l'échange, comme introduction progressive à un entretien plus poussé par la suite. En partant de cette question simple et très ouverte, je commençais mon guide d'entretien tout en creusant la question des critères d'inclusion des participants à ma recherche. Avant tout, dans ce mode d'interaction au service d'une recherche qualitative, il me plaisait d'imaginer mes interlocuteurs totalement libres de donner leurs impressions, leurs vécus, leurs représentation sur la question et l'identité de ce personnage. Procédé ainsi, c'était également me mettre en ouverture totale par rapport à mon objet de recherche, m'enlever une pression de contrôler l'entretien par rapport à des réponses espérées. Je posais donc six questions de base, la plus part ouverte, avec certaines semi ouvertes, et rarement fermées, pour un entretien dont j'estimais raisonnable qu'il se réalise dans une temporalité comprise entre une heure trente et deux heures si possible :

Question 1 : Quand vous entendez l'expression « homme ému », ou « femme émue » que se passe-t-il pour vous (toi) ? Qu'est-ce que cela vous (t') évoque ?

Question 2 : Je vous (te) propose de laisser venir un moment, récent ou ancien, dans lequel vous (tu) te reconnaissez (ais) homme ou femme ému. (je prévoyais de remplacer le genre par le prénom, ce qui donnait par exemple, « Diane émue », « Pierre ému »). En fonction de l'orientation personnelle ou professionnelle choisie à cette deuxième question, la troisième pointait, dans une formule identique, le secteur qui n'avait pas été sélectionné par la personne rencontrée.

Question 3 : Je vous (te) propose de laisser venir un moment, récent ou ancien, dans lequel vous (tu) te reconnaissez (ais) homme ou femme ému dans l'autre secteur (professionnel ou personnel)

Question 4 : Cet état, vous l'avez (tu l'as) en permanence ou il vous (te) quitte ? Si oui, quels sont vos (tes) stratégies pour le retrouver ?

Question 5 : Comment vous êtes (tu es) en relation ou dans le monde dans cet état d'homme ou de femme émue ?

Question 6 : A quoi reconnais-tu un homme ou une femme émue en face de toi ?

Question 7 : Homme ému –homme sensible, que t'évoque ces deux expressions ?

Les réponses aux questions 4 et 5 m'intéressaient au départ, car j'avais envie de connaître le degré de permanence de cette dimension. Pour être franc, elle me venait d'une représentation idéalisée d'un homme Sensible capable de se tenir dans ce lieu. Au fur et à mesure des entretiens, cette question se délestait de ma projection, restant intéressante, pour m'informer du type de temporalité relatif à la dimension émotionnelle. Le critère de la durée, restant une des balises pour distinguer, émotion, sentiment, humeurs ou caractère. La dernière question pointait une curiosité à deux niveaux. Je souhaitais mieux comprendre et confirmer ou infirmer les dimensions tautologiques de ces deux termes (sensible et ému) en résonance avec la position de Bois (2015), plus profondément, le premier point renvoyait au lien entre le sensible et l'ému. Entendre les personnes mettre en dialogue ces deux notions avait de l'intérêt pour moi dans la mesure où j'imaginais des données éclairantes sur un thème encore flou pour moi et dont j'avais l'intuition qu'il était essentiel.

Je ne prévoyais pas de relance particulière autre que celle pouvant émerger lors de ma rencontre. Je me tenais dans une disposition à l'émergence sous le mode de la réciprocité et de la réciprocité actuante.

2.3.3 Deux entretiens préparatoires

Après avoir établis mes questions principales, j’ai testé mon entretien auprès de deux experts en pédagogie perceptive, ce qui m’a permis de préciser ma formulation, de l’assouplir au besoin, de m’entraîner et d’installer une fluidité au sein de ma direction d’entretien. J’ai retranscris sous forme de verbatims un des deux entretiens menés, ce travail m’a permis d’évaluer la qualité, les points faibles de mon animation avec notamment la prise de conscience que je prenais trop de place avec mes commentaires ou manquais de neutralité dans mes relances. Ce travail préparatoire m’est apparu très profitable pour m’engager dans un processus évolutif jusqu’au dernier entretien mené à l’issu duquel cette pensée m’habitait : « maintenant, je serais prêt pour mener des entretiens sur mon objet de recherche de façon tout à fait efficace ! »

2.3.4 Prendre soin de contexte et introduction de l’entretien de recherche

Je n’avais pas de lieu établi à l’avance pour faire mes entretiens en raison de la localisation des participants, de mes déplacements entre deux continents et trois pays. Les entretiens se sont déroulés soit au domicile du participant, soit sur son lieu de travail, soit dans l’enceinte du centre de formation de point d’appui, soit sur mes lieux de résidence personnelle et enfin, dans un espace public pour une participante. Deux entretiens ont été menés par skipe. Expérientiellement, je n’ai pas noté d’impact sur la qualité des échanges menés, la profondeur mobilisée chez moi et chez les participants du fait de la diversité des contextes de production des entretiens de recherche.

Avant chaque entretien, je prévoyais une courte introduction en me présentant, puis en précisant le but de cet entretien de recherche et l’usage que je prévoyais d’en faire. J’informais et m’assurais de l’accord du participant pour que la rencontre soit enregistrée en audio, puis retranscrite et exploitée dans ma recherche. Je précisais également, qu’une fois les verbatims produits, je pourrais contacter chaque participant et lui envoyer le verbatim de son entretien afin qu’il puisse être consulté, modifier si nécessaire. Dans cette introduction, j’évitais de prononcer les mots émotion, sentiments et encore moins, l’expression « homme ému ».

2.3.5 Critères d'inclusion au départ de ma recherche

2.3.5.1 Deux groupes distincts : questionner l'ému chez des experts dans d'autres domaines que celui de la pédagogie perceptive

L'émotion ne s'ajoute ni ne s'imite :
elle est le germe, l'œuvre est l'éclosion.
Braque

La créativité produit des objets qui contribuent
à rendre l'avenir plus riche et plus complexe.
Csikszentmihalyi

Bien que dans les faits, cette étape de ma recherche s'est déclinée assez facilement pour moi, le choix initial comme final fût un vrai dilemme. Je me rencontre en écrivant ces lignes combien une recherche demande à la fois de l'adaptabilité, de l'ouverture, de l'assumance, et parfois, de l'abnégation. Une fois encore, une intuition, parfois transformée en foi perceptive permettant une disponibilité à des concours de circonstance a guidé mon processus. Si la sollicitation d'experts en pédagogie perceptive allait de soi pour m'informer sur mon objet de recherche, un autre élan m'habitait tout autant. Suite à ma discussion et mon expérience sur un terrain improvisé cités plus haut, une réelle curiosité et jubilation m'animait à la perspective d'une rencontre avec des personnes que je connaissais de réputations pour être des initiateurs d'une pratique ou d'une manière de la vivre, des figures de champ de recherche, de formation et d'enseignement, bref, chacune des personnalité que je tentais de joindre avait marqué la culture au sein de son domaine d'expertise ou était en train de le faire. Je connaissais certaines personnes parmi ce groupe témoin. Ces personnes, huit en tout, quatre femmes et quatre hommes, étaient réparties entre la France, la Grèce et le Québec. Mais comment choisir ces personnes, sur quels critères ?

J'avais trouvé inspirante l'analyse du psychologue Csikszentmihalyi (2006)[130] au sujet des personnes créatives, des inventeurs, ou artistes, tout domaine confondu. Elle mettait en avant, des moments saillants de confrontation affective, de remise en question de mode d'interaction avec le monde, des savoir-être affectifs intra et interpersonnels tout à fait intéressants. Je trouvais dans ma lecture des deux ouvrages sur la créativité, celui du psychologue hongrois et celui de Gardner (2001), un profil de personnes ressources cohérent avec mon projet de recherche. D'autre part, j'avais à

[130] Collaborateur d'Arnold Gardner, cet auteur a publié plusieurs ouvrages sur le Vivre et la place de la dimension émotionnelle dans les contextes de créativité et ses différents ressorts intra et interpersonnels.

cœur de rencontrer des personnes que je projetais outillées pour décrire leur état, leur processus en raison de leur parcours d'initiateurs ou de franc-tireur dans leur domaine. J'ai donc ciblé ma sélection pour ce groupe (groupe A) en m'appuyant sur les critères d'inclusions suivants :

- Avoir pratiqué au moins vingt années dans la discipline exercée
- Avoir contribué d'une manière ou d'une autre au développement des concepts ou à la diversité des applications de cette disciplines (publications, interventions ponctuelles, formations professionnelles ou personnelles, participation à des événements médiatisés)
- La reconnaissance d'une contribution au sein de la discipline exercée ou/et de la communauté de pratique en question
- La méconnaissance pratique des outils de la pédagogie perceptive
- L'accord pour effectuer l'entretien de recherche pour cette thèse

Au cours d'une période s'échelonnant sur une année et demie, j'ai pu formuler ma demande à huit personnes, quatre hommes et quatre femmes, d'univers aussi variés que celui de l'art culinaire, de la pratique et l'innovation pédagogique en musique savante indienne, de la diplomatie internationale, de la gestion d'institut culturel, de la psychologie de l'interaction professionnelle, de l'innovation dans la formation en éducation, de la philosophie et de la phénoménologie, de la recherche scientifique en biodiversité animale et écologie des communauté et des écosystèmes, de l'art théâtral ou pictural. Toutes les personnes contactées ont donné leur accord et les entretiens ont pu être organisés en fonction de mes déplacements internationaux et de la disponibilité de ces personnes.

Je ne détaillerai pas davantage les caractéristiques individuelles de ce groupe. Le lecteur en comprendra la raison plus loin.

2.3.5.2 Des experts de la pédagogie perceptive

Cette recherche s'ancre et se développe sur un phénomène émergeant de la pratique de la pédagogie perceptive. Comme je l'ai signifié déjà, cette étude et la question qu'elle porte exigeait des informations données par des experts en la matière. J'ai suivi une modalité très similaire avec un groupe d'experts en pédagogie perceptive (Groupe B). Mon choix s'est fixé sur la base suivante :

- Avoir pratiqué au moins vingt années la pédagogie perceptive

- Avoir contribué d'une manière ou d'une autre au développement des concepts ou à la diversité des applications de la pédagogie perceptive (publications, interventions ponctuelles, formation professionnelles ou personnelles)
- Etre membre du CERAP (ou GEUQAR) et y avoir mené une recherche scientifique
- Etre reconnu pour sa spécificité au sein de la communauté des praticiens en pédagogie perceptive
- L'accord pour participer à cette recherche

Les entretiens de recherche ont été menés dans la même période que ceux du groupe d'experts dans une autre discipline après avoir eu l'accord de huit praticiens, quatre hommes et quatre femmes. Je précise qu'au moment des entretiens, que tous les participants du groupe B vivaient et exerçait principalement en France à l'exception d'une professionnelle résidente au Québec.

2.3.6 Écoute et retranscription des entretiens de recherche

A cheval sur cette période et une autre la dépassant d'un an, j'ai pris soin d'écouter l'enregistrement de chacune de ces rencontres, puis de les retranscrire en verbatims avec la numérotation des lignes. L'ensemble de ces données représente un corpus conséquent de deux cent quatre-vingt-quatre (284) pages. J'en ai imprimé sur papier la moitié équitablement répartie entre les deux groupes et les genres masculin et féminin pour en accueillir le contenu de façon plus confortable en y annotant mes premières résonances, soulignant certains passages, certaines expressions, certains mots. Cette masse en tant que matière avec laquelle le chercheur dialogue sous différentes formes et de différentes manières a constitué assurément un des éléments phares de mon processus de recherche, tant au niveau du temps consacré que de l'impact et la résonance sur l'accès au phénomène que je voulais étudier avant même la perspective d'en faire une analyse digne de nom. Chemin faisant de ces trois étapes (construction du questionnaire, réalisation de dix-huit entretiens dont deux préparatoires, retranscription de dix-sept entretiens), sous forme d'aller-retour avec une autre expérience, celle du dialogue avec des auteurs du corpus théorique, une herméneutique s'opérait en moi, entre mon objet de recherche et moi.

2.4 L'apport des entretiens dans la familiarisation avec mon objet de recherche et dans mon rapport au corpus théorique

Bien que cette section ne soit pas classiquement l'espace désigné pour restituer les impressions du chercheur, et encore moins de tirer des conclusions, à la faveur du changement majeur dans l'usage de ce cycle opérant dans mon parcours doctoral, je livre au lecteur mon sentiment général et quelques résonnances. Chacun des entretiens menés a constitué une rencontre signifiante pour moi, ce fait a été partagé par quelques-unes des personnes interrogées. A l'appui du développement de ma posture épistémologique présentée plus haut, la qualité des échanges, le niveau d'interaction entre le participant ou la participante et le praticien-chercheur fut très souvent élevé au-delà de mes attentes. La générosité des participants, la pertinence et l'originalité de leur réponse, quel que soit leur appartenance à un des deux groupe A et B, m'a chaque fois enthousiasmée, touché et stimulé dans les autres secteurs de production de ma thèse.

Je reconnais cependant une nuance expérientielle entre les deux séries d'entretiens quant au climat, à l'ambiance et à la mobilisation interne telle que j'en fais l'expérience dans la pratique du Sensible. A l'exception de trois personnes du groupe d'experts d'une autre discipline que celle de la pédagogie perceptive avec lesquelles je me suis véritablement trouvé dans une tonalité et une densité de présence quasi-méditative telle que je peux le vivre en pédagogie perceptive, les autres entretiens de ce groupe, tout en étant passionnant à plein d'égards, n'ont pas mobilisé le même régime d'activité de la subjectivité corporeisée en moi, entre la personne et moi. Je n'avais pas d'exigence restrictive à ce niveau et en est fait le constat, par contraste, en passant d'un groupe à l'autre. Sur un autre plan, un autre niveau d'interaction se livrait avec le groupe A. Je dirais, par la présence d'une nature de partage que je qualifierais de plus affectivo-émotionnel, moins charnelle, mais hautement humaine et dans une sensibilité ouvrant un horizon du regard et une réflexivité qui m'ont impressionné. Je me sentais touché autrement, étais-ce dû à un attrait pour la nouveauté puisque les personnes livraient des informations sur des espaces personnelles et professionnels spécifiques à leur pratique avec leur langage toujours accessible pour moi ?

2.4.1 Un auto entretien de recherche : faire l'expérience de répondre à mes questions

J'ajoute qu'une fois le processus des entretiens menés et avant de les relire pour me les imprégner, m'est venu l'élan d'en faire un dernier : à moi-même directement par écrit. Je me plaçais dans une posture en double conscience, laissant deux instances se placer en co-présence, l'interviewer que je connaissais - il était bien rodé après dix-huit entretiens. A voix haute, je me posais les questions, faisais des relances à un autre personnage – la personne questionnée – qui m'était inconnu sous cette forme, car bien que la question, les questions que j'avais créés naissaient d'un intérêt fort, jouer le jeu d'y répondre vraiment relevait d'un autre agir. L'exercice fut révélateur. Comme c'est souvent le cas, avoir plongé dans l'expérience proposée à d'autres nous rend conscient des défis et des enjeux à vivre dans l'exercice demandé. Je réalisais à travers mes réponses l'utilité de cette mise en scène pour saisir un aspect de ma sensibilité sur la question. L'avoir fait, me mettait face à deux états d'âme. En ayant repérée cette sensibilité, j'aurai pu la mettre davantage à l'écart lors de mes entretiens. Sur un autre plan, faire cette expérience une fois les entretiens terminés a permis un terrain d'accueil sans une autoréférence pouvant filtrer subjectivement ou objectivement la richesse et la singularité de ce qui m'était offert et de fait, pouvant diminuer la qualité de mon écoute et de la réciprocité. Enfin, à *contrario*, l'expérience vécue de cet entretien pourrait permettre une plus grande congruence avec l'expérience de la personne que j'avais interrogée. Je retiens de cette expérience vécue à un moment particulier de ma recherche, l'homogénéité et le rythme stimulant des questions faisant de cet ensemble un moment vivant, stimulant dans lequel l'intimité se livre assez facilement. Certes, je voyais mon aisance à aborder ce thème. Je repérais ma tendance à la conceptualisation, voire le désir de théoriser ou de généraliser mon expérience. L'usage du Je tout au long de l'auto entretien m'a confronté par moment. Dans ce contexte, au début de cet exercice, le praticien-chercheur-ému savait trop de choses connues de lui, avait des réflexes de conceptualisation plus prégnants que ceux de la description, en particulier sur la première question de l'entretien, « l'homme ému, qu'est-ce que cela t'évoque, que se passe-t-il pour toi quand tu entends cette expression ? ». Puis, chemin faisant, une tonalité performative m'a surpris, comme les moments choisis touchant et émouvant pour moi. Je réalisais comment cette interview entraîne une mise à nu de soi, un rapport à l'intime sans dévoilé le privé, par les questions qu'elle contient, leur agencement.

Cette place du cœur dans l'homme ému au sein d'une constellation de phénomènes perceptifs portée par le Sensible, je la vivais en direct et d'une manière inédite sous certains traits. Indéniablement, l'homme ému, celui que je rencontrais dans cette rencontre improvisée et performative, se trouve à l'interface entre la Vie, sa vie, et l'univers de ces émois pris à la fois en tant que tels et depuis un régime de conscience plus englobant. J'ai été saisi par la richesse de l'expérience, tant pour les données concrètes sur l'objet de recherche intéressant le praticien-chercheur que pour la pratique réflexive et méthodologique déclenchée et pouvant servir d'autres recherches de nature qualitative à venir.

2.4.2 Une valeur ajoutée dans mon rapport au corpus théorique et à ma recherche

L'expérience faite avec des personnes profondément engagées, passionnés par un domaine singulier, plus ou moins étranger pour moi, mais dans lequel je pouvais néanmoins me projeté, m'informait sur la valeur de la dimension émotionnelle et de l'affectivité dans tout processus créatif, me donnait à voir des aspects de mon objet de recherche d'une autre manière, renforçait les traits connus et déjà théorisés. Je trouvais un entrelacement fécond entre cette exploration empirique à travers des entretiens et le début de mon exploration théorique dans laquelle je m'étais lancée pour ma recherche. De façon troublante, certains moments d'entretiens, confirmés par les extraits de verbatims, se révélaient comme un miroir de notions abordées dans tel ou tel ouvrage sur lequel je me penchais à ce moment-là. Les vécus qui m'étaient partagés retentissaient sur mes lectures et la manière d'entrer en dialogue avec les auteurs ; leur donnant du relief ou les mettant en discussion. Je remarquais combien mes lectures à leur tour altéraient une sensibilité opérante lors de mes entretiens et mes rencontres. J'assistais à l'inaliénable force de l'empirie et sa valeur ajoutée pour mon enquête exploratoire et conceptualisante d'une part, d'autre part, je voyais à l'œuvre une attitude à la fois portée par la dimension Sensible comme caisse de résonance à tout ce à quoi j'étais en contact et cette nuance affectivo-émotionnel du cœur impliqué. Je le reconnais, j'aimais, tout simplement, j'aimais être là avec ces personnes, les écouter, les regarder, cherchant à se décrire, hésitant ou assertifs, accouchant du sens de leurs expériences d'homme ou de femme émus. Je les aimais dans le sens de me réjouir de l'extraordinaire singularité d'une existence, de la puissance des hauts fonds d'humanité

et d’universalité qui nous constitue tous. Je constatais également combien ma présence à l’ouverture du cœur du praticien-chercheur Sensible n’enlevait rien aux espaces et tonalités développées plus haut. Elle les mettait en valeur, donnant une épaisseur humanisante à ces moments considérés et investis comme uniques pour moi. Je remarquais la présence opérante d’un lieu de tendresse à l’égard de l’expérience de l’autre. Je l’ai attribué à cette caresse du regard simple sur son expérience – sur ce ‘Je’ singulier-pluriel osant sa sensibilité et une vulnérabilité parfois -, à un regard simple sur l’expérience commune d’un ‘nous-émus’, empreint de perception sensorielle auditive, visuelle, affective et Sensible. Dans le silence et la lenteur étirée du temps, je vivais une parole offerte et reçue dont chacun se réjouit car, par elle, il se vit augmenté la vie elle-même se voit augmentée. La plupart des entretiens contenait une densité expérientielle étonnante, certains offraient des points d’appui de méditation dans lesquels le cœur prend la mesure de cette augmentation, et avec lui, tout de soi et de l’autre. L’objet de ma recherche lui-même était en cours de croissance et tendu vers son accomplissement.

Finalement, cette temporalité de ma recherche dépassait le cadre de ma thèse tel que je me l’étais imaginé. Il me permettait de faire l’expérience d’un autre sentiment, celui de la gratitude à l’égard de ma vie me permettant ces temporalités offertes d’une plongée dans l’existence d’une personne toujours à découvrir (même pour les participants que je connaissais) grâce à la description et les résonances en direct des moments signifiants de son parcours, enrichis d’une posture dans laquelle le corps Sensible et le cœur vigilent s’allient. Comme me partageait un des experts interrogés du groupe A : « L’expérience telle que chaque personne la perçoit et la décrit est la première des théories ».

J’écoutais une instance jubilatoire en moi, un sentiment d’enthousiasme lié au désir de partager, de reconnaître l’existence de l’homme ému, à la satisfaction grandissante d’apprendre de cette co-identité plus ou moins enfouie dans chacun et que l’entretien venait sortir de l’ombre ou éclairer certains des traits. Ma recherche précédente l’avait placé en avant sur la scène, mais aussi, en quelque sorte, isolé du monde en le circonscrivant dans la sphère du Sensible. Mon choix d’interroger des personnes inconnues et de cultures aussi hétérogènes se révélait être une intuition porteuse pour ma recherche et ma propre personne. Le sens de l’expression « recherche qualitative exploratoire » prenait toute sa valeur heuristique et herméneutique. Dans ce mouvement, je restituais à son propriétaire, c'est-à-dire au langage, l’expression « homme ému ». Ce mouvement me semblait nécessaire, mais j’avais eu des difficultés

à en présenter la pertinence, à l'assumer dans mon groupe de praticiens-chercheurs doctorants. L'expérience vécue comblait cette lacune, voire, soignait quelque égratignure du coeur vécues comme telles dans ces moments où je ne me vivais pas reconnu dans ma quête de connaissance.

Dans une plongée à rebours de mon processus doctoral, je prends la mesure de l'espace expérientiel insigne de cette partie de ma recherche. Avais-je à l'idée que ce processus allait vivre une transition importante faisant partie intégrante du déploiement de l'approche méthodologique de cette étude ? Je vais en présenter maintenant les traits principaux.

2.5 Changement de cap

2.5.1 Rappel du projet de deux groupes témoins

Deux éléments m'animaient conjointement afin de pouvoir confronter, enrichir les résultats disponibles au sujet de l'émotion sur le mode du Sensible telle qu'elle s'est donnée dans les recherches du CERAP jusqu'à cette étude. 1/En résonance avec le fait que je ne disposais pas d'éléments permettant de confronter ce qui m'est apparu être l'originalité de 'ma' notion d'homme ému au regard de la vie affective en général (puisque ce portrait n'a jamais pas été confronté à une population ouverte à des personnes 'étrangères' au paradigme qui en a fait naître la forme), j'ai entrepris de proposer un entretien de recherche à huit personnes expertes dans leur *domaine n'ayant pas vécu l'expérience de ma pratique et ne connaissant pas ou très peu les théories qui la fondent*. Je les ai choisies en m'appuyant sur des critères relatifs à la créativité abordés par M. Csikszentmihalyi et A. Gardner. En effet, pour ces deux auteurs, une forte mobilisation de la sphère affective sous différentes formes se révèle cruciale dans les processus d'invention, de rénovation de concept, de changement de paradigme et/ou de pratique. J'ai donc réussi à rencontrer huit personnes (4 femmes et 4 hommes) reconnues comme étant de grands experts dans leur domaine. Chacune d'elle était identifiée par ses pairs comme ayant apporté à leur manière une valeur ajoutée à leur champ d'activité professionnel.

A cette enquête s'ajoutait des entretiens avec huit praticiens-chercheurs experts du Sensible se voyant poser la même question initiale que je redonne ici: « ***quand vous***

entendez l'expression « homme ému » ou « femme émue », qu'est-ce que cela vous évoque ? »

Ainsi, en interrogeant seize *personnes se reconnaissant homme ou femme émue*, venant d'horizons professionnels diversifiés, cette recherche s'inscrivait dans une perspective comparative entre deux groupes équilibrés d'hommes et de femmes émus dans leur vie personnelle et professionnelle singulière-plurielle. *Voilà donner en toute transparence un des buts initiaux de cette recherche. Le réaliser eu été sensationnel !*

2.5.2 Reconnaître et assumer l'évolution de ma recherche, consentir au changement de cap, une déchirure…

Au moment où j'écris ces lignes, je me retrouve donc en possession de seize entretiens de recherche réalisés, retranscris en verbatims et corrigés sous le contrôle de leurs auteurs, ce qui représente un volume de deux cent quarante-huit pages de données. Le lecteur a pu constater plus haut comment et combien ces moments d'échanges et de partages, de révélations ont constitué une expérience que je ne suis pas prêt d'oublier. La rencontre avec chacune de ces seize personnes - pour ne pas dire, des personnages - dont certaines m'étaient inconnues ou presque, fut à chaque coup un événement. J'ai vécu également une évolutivité dans ma manière de placer mes questions, de les lâcher par moment, de laisser la place à l'émergence ou au contraire de cadrer davantage.

L'ensemble de ce vécu ne peut être restitué dans cette recherche alors qu'il en a constitué un aspect fondateur, et qu'il a donné de la vitalité et une âme à mon parcours dans cette étude. Ce n'est pas seulement les verbatims à décrire et à analyser qui marquent une recherche, c'est aussi, l'expérience initiale à leur origine qui elle, laisse toute son empreinte dans l'existence d'un sujet-chercheur touché et touchant.

Cependant, à la faveur de l'évolution de ma recherche qui comprend l'imposant parcours exploratoire théorique exécuté d'une part, et d'autre part, l'impossibilité de négocier des limites temporelles imposées aux universités par la F.C.T[131], je me trouve dans un réel déchirement. Je suis contraint de prendre la décision de renoncer à exploiter cette mine d'or dans sa toute sa potentialité. Cette modification majeure se décline en trois mouvements : 1/je réduis le nombre des entretiens retenus pour cette recherche à *quatre* , 2/ je sélectionne uniquement les verbatims issus des entretiens faits avec les praticiens-chercheurs experts en pédagogie perceptive, 3/ Je limite le traitement

[131] F.C.T. est l'instance ministérielle de l'enseignement supérieur au Portugal. (à vérifier).

des données recueillies à un récit phénoménologique pour chacun des entretiens retenus et *livrerai des résonances à un moment tout particulier de ma recherche*, puisqu'il s'agira à la fois de la clôture de ma partie consacrée à la dimension émotionnelle et de l'affectivité en pédagogie perceptive ET la fin de mon exploration empirico-théorique générale. En profitant des trois corpus distincts et complémentaires[132] et je m'appuierai sur ce corpus empirique spécifiquement chevillé à ma question de recherche. J'anticipe ce mouvement comme l'occasion d'une mise en sens supplémentaire de par le caractère unique de la production au regard des autres natures d'informations disponibles jusque-là. Selon mon point de vue, choisir des experts de la pédagogie perceptive plutôt que d'autres professionnels hautement qualifiés dans leur domaine était plus cohérent pour me concentrer sur l'expérience au contact du Sensible. Je précise les personnes dont j'ai retenu les verbatims (deux hommes et deux femmes) ont confirmé leur accord pour participer à cette recherche et que leur anonymat sera respecté par l'usage d'un prénom différent du leur.

2.5.3 Les entretiens non retenus, momentanément mis en point d'appui

Les entretiens non retenus pour cette étude me sont extrêmement précieux et je les considère comme momentanément *en point d'appui* pour un travail que je ferai après cette thèse, cela concerne les quatre entretiens de praticiens experts en psychopédagogie perceptive et les huit entretiens d'experts dans leur domaine respectif, et très probablement les quatre entretiens qui auront été travaillés pour cette thèse. La perspective comparative reste une motivation forte et à laquelle je ne renonce pas, mais temporise. Après avoir pris ma décision, je me suis dit que ce travail à venir aura probablement plus d'attrait, de puissance et de fécondité après cette thèse qui aura installé des bases épistémologiques solides pour marquer le territoire de l'homme ému sur le mode du Sensible. Cette perspective transforme mes états d'âme, m'allège d'un réel conflit de loyauté avec les participants à ma recherche à qui je prendrai soin d'informer de cette modification et de l'usage différé des données que chacun d'eux a permis de rassembler dès ma thèse terminée et soutenue.

[132] L'approche classique et contemporaine des émotions, l'approche phénoménologique de l'affectivité, et l'approche du paradigme du Sensible sur ce thème.

2.6 Les personnes ressources dans la production de cette recherche

Une thèse, si elle se constitue dans un parcours en solitaire - en particulier lors de sa rédaction - s'appuie sur un tissu relationnel constitué par des personnes ressources et/ou des groupes ressources. Cette mise en relation, sa qualité, son contexte et sa fréquence sont autant d'éléments à gérer, à entretenir, à négocier en fonction des étapes de la thèse. Je me trouve très privilégié d'avoir pu compter sur des présences actives dans la production de cette recherche ; de façon implicite et explicite.

Ce phénomène relève à part entière de ma méthodologie de recherche dans la mesure où ces temporalités ont été organisées, programmées, ou encore se sont présentées de façon quasi-organique composant un ensemble assez remarquable de justesse pour permettre une mise en forme telle que cette thèse l'exprimera. Comme une toile de peinture, l'artiste signe en bas à droite, mais il est loin d'être le seul à avoir permis la réalisation de son œuvre. Dans ce qui suit, je vais décliner ceux et celles qui ont à un moment donné ou en continu tenu le pinceau avec moi, guidant ma main, la retirant avec délicatesse souvent, franchise toujours, recrutant chez moi une palette d'émotion et de sentiment assez colorés somme toute ; joie, gratitude, enthousiasme, tristesse, mélancolie, colère, rage, amour, tendresse, reconnaissance, admiration, confiance, jalousie, honte, culpabilité, bienveillance, étonnement, surprise, bienveillance, attention, souci et certaines tonalités existentielles comme la vastitude, la lenteur, la profondeur, le silence, l'impuissance, la créativité, l'estime de soi, l'incertitude et l'inconnu, etc. Je précise qu'il ne s'agit pas ici de formuler des remerciements mais de rendre compte très succinctement de la place jouée par des acteurs sur la scène à chaque acte d'une pièce sur le théâtre de la recherche qui est la mienne.

2.6.1 Danis Bois et l'équipe d'encadrement de l'école doctorale

La première et deuxième année doctorale fut encadrée par le directeur du laboratoire de recherche du CERAP et une équipe d'enseignants, à laquelle se sont joint ponctuellement des intervenants extérieurs. Cette temporalité est fondamentale car elle est l'espace des premiers balbutiements d'une recherche, et je dirai, là où les premiers pas d'un praticien-chercheur se lancent dans une grande entreprise. Le travail effectué a consisté à baliser le projet de recherche, cerner l'objet de la recherche, envisager une première formulation de question principale et des objectifs généraux et/ou

opérationnels de l'étude. Cette période est à la fois l'occasion d'explorer dans un terrain d'accueil privilégié car à la fois espace-matrice et cadre restrictif et contraignant le chercheur à se regarder et s'apercevoir à travers la lunette sans concession dans des enjeux et des défis non perçus auparavant ou confrontant. C'est l'occasion nécessaire d'une distanciation avec l'objet de recherche, l'apprentissage de la bonne distance. La distance de proximité, l'entraînement à la neutralité active et à la réciprocité actuante si elle m'était bien connu sous mes mains de praticien, s'est révélée délicate à transférer sur le terrain de la recherche telle qu'envisagée et conceptualisée par l'équipe qui m'a dirigée.

Ce cycle durant lequel, j'ai reçu un enseignement magistral sur l'épistémologie et la méthodologie de recherche à ce niveau d'étude et dans la spécificité de ce laboratoire a été précieux pour me projeter dans ma recherche, envisager ses différentes temporalités, ou simplement – pas si simplement, justement ! - formuler, écrire, soumettre, et défendre le projet de cette recherche. Il faut ajouter à l'enseignement courant dans les écoles doctorales, la présence de moments d'introspection sensorielle et de méditations à l'issues desquelles le professeur Danis Bois offrait des moments d'émergence théorisante sur des thématiques présentes dans certaines recherches, dont la mienne. En précisant la philosophie et la praxis de la recherche sur le mode du Sensible, Danis Bois nous livrait avec génie la spécificité de la psychopédagogie perceptive. Ces moments privilégiés pour moi et mes collègues étaient pris en relai par l'ensemble du corps professoral. Cette unité a permis au chercheur de s'aventurer dans des espaces inconnus, parfois inconfortables et/ou joyeux, dans un climat éveillant et éveillé, dans lequel le processus doctoral est une expérience révélatrice de puissance, de confrontation, de transformation, de mise en opposition, d'assumance et de besoin d'altérité, d'amorce d'une longue traversée.

2.6.2 Le groupe de la promotion deux mille neuf

Cet enseignement s'est composé de période de réceptions de savoirs et de connaissances, d'échanges et de résonances sur ces éléments conceptuelles de la recherche, de partages de projets de recherche des autres doctorants présents avec moi. La contribution du travail d'équipe, les interactions entre chercheurs ayant des parcours singuliers et leurs spécificités a largement contribué par l'émulation, le soutien réflexif, affectif participe à l'élaboration de la recherche. La diversité des sujets, des manières

d'envisager leur assise épistémologique et surtout méthodologique sont autant de repères pour choisir son chemin parmi différentes possibilités. Les praticiens-chercheurs doctorants comme l'encadrement constituent une équipe se connaissant depuis plus de vingt ans pour la plupart. Sans juger ce phénomène, je considère cette donnée biographique comme un vecteur ayant joué un rôle majeur dans la mise en forme de ma recherche au sens où le chercheur investi se trouve dans le tissage serré d'alliances fortes et dans lesquelles l'affectivité a permis à la fois un niveau d'engagement dans le processus, une transparence avec les enjeux personnels, culturels sur un plan. Expérientiellement, sur un autre plan, la proximité entre les différents acteurs a eu son pendant restrictif au regard de ce que chacun sait d'une certaine liberté d'être et de se découvrir lorsque l'espace dans lequel on évolue est vierge. Mon processus doctoral est teinté de ces deux forces, en est la résultante quelque part, sans pour autant en déceler toutes les subtilités.

2.6.3 Marie-Christine Josso et Eve Berger : direction et co-direction

Dans les dispositifs de la recherche scientifique, une thèse ne se conçoit pas sans direction et co-direction. Le doctorant se tourne vers une personne ou deux qui vont être ses référents si elles acceptent ce mandat. Cet ensemble humain et interhumain constitue une sorte de matrice d'un projet d'accomplissement. Chacun des acteurs tient à sa façon et selon sa fonction un fil durant une période indéterminée et qui aura duré six ans me concernant. L'attirance vers une personne plus qu'une autre n'est pas un mouvement anodin, pourtant je projette que cela ne soit pas toujours explicité dans une thèse alors que ce mouvement se révèle fondamental, exercice que je me propose de faire maintenant.

Le mien était porté par le sentiment d'une confiance intuitive en une personne que je connaissais peu. J'avais repéré son attitude lors d'une conférence donnée dans un colloque à côté d'Athènes en mai deux mille sept, colloque sur la thématique de l'accomplissement de l'être. J'étais frappé par sa capacité à parler de moments de vulnérabilité dans son parcours de vie professionnelle, d'aborder ses émotions avec authenticité, surtout celles que la plupart des gens cachent quand ils sont en public et ce, avec humour et auto dérision parfois. Ce trait m'avait fasciné, impressionné. J'avais également repérer le bagage expérientielle d'une chercheuse de son âge que plus grand-chose ne semblait pouvoir déstabiliser, ainsi qu'une formidable vitalité intellectuelle et

une manière de s'exprimer incroyablement claire. Je ne connaissais pas le réseau des histoires de vie à cette époque, mais en rencontrant pour la première fois Marie-Christine Josso m'étant présentée par Jeanne-Marie Rugira lors d'une pause dans ce magnifique hôtel grec, le regard échangé et le pétillement joyeux du personnage ne m'ont pas échappé. Spontanément, j'aimais cette femme, la tonalité de sa présence dégageait une grande tendresse et une force existentielle. En plus des éléments objectifs cités plus haut, j'avais la foi perceptive que cette personne-là savait des 'choses' sur le vivre, le vivre en soi et le vivre ensemble comme peu de gens en font l'expérience. A la faveur de ce qui vient d'être dévoilé, au moment de réfléchir sur la direction de thèse, aucune hésitation ne m'a habité ! Je me rappelle de mon enthousiasme lors de la réception positive à ma demande.

Tout en connaissant de l'intérieur la pédagogie perceptive en raison de ses outils dont ma directrice bénéficiait à l'occasion d'accompagnement pour elle-même[133], puis étant à la direction d'un ouvrage collectif sur le sujet Sensible, ma directrice souhaitait une personne investie au cœur de la psychopédagogie perceptive pour codiriger cette recherche. Eve Berger s'est présentée comme la personne idéale pour compléter une équipe que je savais gagnante d'emblée. En plus du lien d'amitié indéfectible entre nous, ma demande était motivée par les préoccupations épistémologiques de la chercheure, son parcours au sein de la pédagogie perceptive, sa façon d'innover et de pousser le sens de l'expérience du Sensible dans des espaces inexplorés tout en restant dans une fidélité à l'essence portée par cette dimension. Sa connaissance pratique des propositions pédagogiques et des postures épistémologiques et méthodologiques telles que pratiquées à l'école de Rimouski étaient un point sur lequel j'étais attaché. Génériquement, je savais mon objet de recherche délicat, car l'émotion est un sujet périlleux, complexe et cette thèse le confirme. La présence de ma co-directrice qui est aussi la formatrice m'ayant appris le métier de la pédagogue perceptive s'est imposé dans mon parcours comme une gageure d'un équilibre à trouver au sein de plusieurs sphères d'influence.

A ce moment de mon processus, je peux nommer cette double présence se vivant à la fois comme un long point d'appui, un fond sonore à la tonalité d'une vivance bienveillante dans l'activité et la thymie parfois bruyantes du doctorant, une stimulation constante, parfois régulatrice de mes élans, parfois libératrice de retenues ou encore

[133] Je ne dévoile rien de privé ici, car M.J. Josso fait part de ces expériences dans une publication (Josso, 2009, p. 34, 35).

révélatrice de l'ampleur de ce qui se jouait au niveau épistémologique, méthodologique, existentiel, spirituel, affectif ou culturel.

Le ton de ces deux présences m'évoque par certains traits les attributs d'une figure d'attachement. A peine métaphorique, cette considération met en relief l'importance du lien interhumain et la présence du coeur dans un espace que je projetais au départ plutôt technique et de supervision. (ce qui a été le cas aussi) ; les rôles joués vont bien au-delà ! Dans mon expérience, s'est constitué un espace de sécurité dans lequel s'exerce à la fois : 1) une autorité intellectuelle, scientifique, praxique propre aux compétences et aux parcours respectifs des actrices au sein de cette équipe ; 2) une forme d'enveloppement de nature affective qui encourage l'exploration en cours, car je savais que je pourrais toujours revenir ou être remis dans la ligne de cohérence de ma recherche ; 3) le dosage d'une finesse incroyable entre un laisser-faire, laisser-explorer, laisser-apprendre et laisser-être *et* une directivité assumée. Je fais le constat d'un véritable accompagnement de ma personne et non pas seulement de la co-identité du thésard, car dans cette thèse, c'est bien tout de moi qui était engagé d'une part. D'autre part, comme je l'ai signifié au cours de la pertinence du parcours doctoral, l'événement de ma paralysie faciale m'a placé dans une vulnérabilité extrême, stoppant mon élan de production, et je dois à l'intervention et la nature de sollicitude de Marie-Christine Josso et d'Eve Berger, en synchronicité, la prise conscience de la nécessité de m'arrêter, l'entreprise des démarches administratives m'évitant des conséquences désastreuses pour l'avenir de cette recherche (M.C. Josso) ; enfin, le fait que cette temporalité n'a pas été vécu comme un échec mais dans une perspective de récupération, de maturation et de préparation pour ma dernière année d'écriture.

Les interventions de ma directrice de thèse ont pris la forme d'incitation permanente à l'explicitation de mon projet de recherche, de ce qui m'animait à chacune de ses étapes, à la validation ou la mise en questionnement des chemins empruntés, et enfin, la mise en perspective dans le temps de ce que je produisais depuis une position méta garante d'un principe de réalité inaccessible pour moi. Les rencontres avec ma co-directrice, en toute logique, ont été moins fréquentes et se sont concentrés sur les corpus relatifs à la psychopédagogie perceptive tout en offrant des ponts éclairant des formulations importantes pour ma compréhension de ce que j'étais en train de faire et que je ne savais pas que je faisais. En appliquant la prescription de cette thèse, celle de laisser apparaître l'homme ému quand il se convoque, je constate une nature de lien parfaitement unique à ce genre d'expérience. la fois, professeures encadrant le doctorant,

j'avais à mes côtés, d'une part, une amie fidèle que je connais depuis trente ans et avec qui, la dimension émotionnelle et affective, a pu être perçue à de nombreuses étapes d'une vie, de part et d'autres, et la première doctorante de ma génération sur thème du Sensible. D'autre part, je me trouvais aux côtés d'une figure du champ des histoires de vie et de la formation des adultes dans lesquelles l'émotion et la nécessaire humanité sont toujours au rendez-vous, une personne avec qui un lien s'est tissé de plus en plus profondément, chemin faisant d'un parcours où je me vis totalement respecté dans ma démarche singulière de praticien-chercheur-ému.

Concrètement, ne vivant pas sur le même continent, le mode de communication par Skype s'est imposé, en privilégiant des rencontres 'en chair et en os' quand cela était possible. Je me suis déplacé à Genève à l'automne deux mille quatorze et ma directrice s'est déplacée deux fois à Rimouski en juillet deux mille treize et août deux mille quatorze. Puis nous nous sommes retrouvés à Montréal en juillet deux mille quinze dans un intensif de trois jours. J'ai rencontré ma co-directrice à plusieurs reprises, à Rimouski-même et à Paris, notamment en août deux mille quinze pour consolider le présent chapitre. J'ajoute à ces rencontres durant lesquelles mille et une questions ont trouvé des réponses ou des reformulations fécondes, le travail de lecture, de résonances et de propositions faites de mes écrits tout au long des deux dernières années de ma recherche. Progressivement s'est édifié un manuscrit en même temps qu'apparaissait le chercheur maîtrisant de plus en plus son sujet dans le sens d'en comprendre le phénomène, sa vastitude et sa complexité.

La fréquence des échanges avec ma direction et codirection s'est amplifiée au fur et à mesure de l'évolution de ma recherche. Sans ce dialogue évolutif, régulier, fiable dans la disponibilité, je ne serai jamais arrivé à réaliser cette étude. En écrivant cette section, je prends mieux la mesure de la variété et de la richesse expérientielle liée à cette nature d'accompagnement du doctorant et la pertinence de cette section dans un chapitre consacré à l'approche méthodologique de mon objet de recherche, puisque ces interactions participent en creux au « comment » s'est réalisée cette recherche.

La sensibilité au sens large - incluant celle épistémologique et méthodologique - des chercheures ayant pris ce mandat constitue un bras de levier de ma formation de chercheur en cours d'affirmation. Pour finir, il suffit de regarder n'importe quelle thèse de doctorat et de s'attarder sur la page consacrée aux remerciements pour constater la généralisation du processus décrit ici. J'ai nommé et relevé un fait inhérent au dispositif d'encadrement de la recherche scientifique ; dispositif d'autant plus impliqué et

impliquant que les acteurs appartiennent à une culture de recherche qualitative laissent la part subjective et affective du sujet (des sujets en présence et en relation) participer au processus comme c'est le cas dans cette recherche.

2.6.4 Stage doctoral à l'UQAR : Jeanne-Marie Rugira et l'école de Rimouski

2.6.4.1 Une opportunité d'enrichissement de la sensibilité du praticien-chercheur

Le processus de cette thèse a un point particulier. Il comprend un ensemble d'expériences faîtes au sein du département de psychosociologie et travail social de l'UQAR. En effet, dans le cadre du partenariat entre l'université Fernando Pessoa de Porto et l'université du Québec à Rimouski, grâce à l'accord et le soutien du directeur du CERAP, le professeur Danis Bois en même temps que mon accueil au sein du département qu'elle dirige du professeur Jeanne-Marie Rugira en tant que doctorant-stagiaire en recherche, j'ai pu, dès septembre deux mille douze, intégrer l'équipe d'encadrement de ce programme d'étude et de recherche de premier et deuxième cycle en psychosociologie et en étude des pratiques psychosociales. Ainsi, dans le cadre d'un stage doctoral, j'ai eu l'occasion de suivre nombre des cours dispensés dans ce département en tant que collaborateur et praticien-chercheur du CERAP. J'y ai donc exercé un enseignement propre à la pédagogie perceptive adaptée au public et aux objectifs de formation tout en me formant à certaines pratiques d'accompagnement telles qu'elles sont présentées par une équipe assez incroyable de personne et de personnalités.

Bien que son contenu ne rende pas compte explicitement de la collaboration internationale entre deux centres de formation universitaire - en sciences sociales pour la première et en psychosociologie pour la deuxième -, cette recherche s'est produite en partie sur le territoire québécois. Sur un plan pratique, cela m'a permis d'effectuer trois des entretiens de recherche du groupe A, et à cette occasion de rencontrer deux figures internationales de la formation en psychologie, en éducation et en intervention en organisation, de bénéficier de la dynamique propre à l'école de Rimouski[134] avec la valeur ajoutée d'une communauté de chercheurs impliqués en recherche qualitative à la

[134] « Ecole de Rimouski » est la formule acronyme pour désigner le département de psychosociologie et travail social de l'UQAR. Cette expression est couramment utilisé ici au Québec pour qualifier ce département et ses acteurs, l'enseignement très particulier qui y est dispensé, dont l'application des outils du Sensible dans les cours en formation du baccalauréat en psychosociologie et en recherche-formation dans le cadre de la maîtrise en étude des pratiques psychosociales.

première personne radicale au sein d'une culture nord-américaine dans laquelle la dimension émotionnelle et l'affectivité y trouve une place différente à celle accordée en Europe et en France en particulier. Elles font moins l'objet d'un tabou en trouvant un accueil plus simple et plus direct tant au niveau de leur manière de se vivre personnellement et collectivement que de les partager et les exprimer. Le partage social des émotions prend toute sa valeur dans ces cadres de pratiques comme sur le terrain de la recherche. Ce phénomène a influencé ma manière d'appréhender mon objet de recherche ; à la fois sur le plan théorique avec des auteurs et des champs de recherche que je n'aurais pas connus si je n'avais pas été ici (théorie de l'attachement, approche asubjective de Patocka), sur le plan de ma posture épistémologique et de mes choix méthodologiques.

2.6.4.2 Une culture du co-développement comme pratique d'accompagnement en recherche-action-formation

A plusieurs reprises durant mon parcours doctoral, j'ai eu l'occasion de bénéficier de la culture praxique de cette école de Rimouski, petite enclave autant géographique qu'épistémologique et méthodologique dans les champs de l'accompagnement du changement. A certains moments cruciaux de ce parcours, dont un moment particulier en décembre deux mille treize, suite à la suggestion de ma directrice de stage, Jeanne-Marie Rugira, j'ai convoqué un groupe de onze personnes[135] pour réfléchir sur le sens de ma démarche doctorale, faire le point sur mon processus de recherche, pour évaluer là où je me trouvais réellement et quels étaient mes besoins pour envisager la suite de ce parcours à un moment où je remettais en question mon engagement.

J'ai préparé cette rencontre avec une rigueur extrême en produisant un journal personnel de chercheur sous la forme d'une restitution de cinquante pages que j'intitulais : « Semence de sens et pèlerinage identitaire – Qui suis-je ? D'où je viens ? Qu'est-ce que je veux donner au monde ? Où je vais ? ». Dans cet écrit que je considère faisant partie intégrante de l'heuristique et de l'herméneutique du chercheur, je retraçais mes origines à l'aide d'outils aussi variés que ceux des paradigmes symboliques du tarot

[135] Ce groupe de personnes volontaire était composé de ma directrice de stage – qui a animé cette séance – de collègues praticiens-chercheurs, de mes principaux accompagnateurs (fasciathérapeutes, acuponcteurs, praticiens en pédagogie perceptive) depuis le début de mon parcours doctoral, de plusieurs professeurs et chargés de cours au département de psychosociologie et travail social et de ma compagne. J'entretenais un lien d'amitié et de solidarité profonde avec chacune des personnes présentes dans cette rencontre mémorable.

de Marseille, du référentiel de naissance, des entretiens retranscrits de rencontres de travail en herméneutique instaurative. J’avais fait un schéma de la ligne de vie de mon trajet doctoral depuis mon inscription à l’Ufp en octobre deux mille neuf. Dans ce graphique (voir annexe 2) je faisais l’effort de rendre compte de ce qui pour moi, relevait d’une forme d’articulation ou de synchronicité entre mon parcours personnel, mon parcours doctoral, mes révélations intérieures, mes ruptures relationnelles et la transformation de mes représentations sur la dimension émotionnelle et l’affectivité, c'est-à-dire un aspect de mon objet de recherche ; le tout en lien avec mon exploration théoriques et la production de mes entretiens de recherche.

Cette rencontre a été un virage dans ma trajectoire de praticien chercheur ému, elle a permis de re-trouver l’élan qui m’avait quitté suite à l’événement de ma pathologie, de reconsidérer mon rapport à ma recherche doctorale. Comme nous partageait un des participants à ce co-développement, mon doctorat m’avait servi de tuteur de résilience dans une période critique de mon existence, il était temps d’alléger mon doctorat de cette charge. Cette prise de conscience dont j’en avais seulement eu la rumeur intérieure fit une bascule et un revirement de posture. En prenant soin de mon rapport à ma recherche, je prenais soin d’un renouvellement décisif et salutaire de l’assise de mon investissement. Dès cette rencontre passée, je constatais une vitalité nouvelle et la réapparition du désir originel pour cette recherche. J’étais allé dans toute l’amplitude de mes sentiments à l’égard de mon doctorat, jusqu’à nommer un désir d’avorter de ce projet. Ce mouvement extrême a permis un revirement inespéré en contactant un lieu inébranlable en moi animé d’une foi en l’intelligence de ma trajectoire dont je pouvais tirer parti pour ma thèse. En deux semaines d’intégration de beaucoup d’informations émergeant de cette rencontre dans laquelle un lien de cœur était honoré avec chacune des personnes présentes, je constatais une force nouvelle, un changement de posture face au futur, une confiance différente avait pris place. Cette thèse devait se mettre au service de ma vie, non pas une vie éteinte ou assombrie par les vicissitudes de l’existence, mais éclairées par la conscience d’un sujet-chercheur et praticien accordé au Sensible et à l’émoi de son rapport à cette vie dans sa donnée d’ipséité.

2.6.5 Des personnalités agissantes à des étapes charnières

Plusieurs autres personnes ont participé à la ligne de vie de cette thèse. Mes rencontres avec Bernard Honoré ont été fructueuses, j'en ai fait état plus haut en ce qui concerne ma première question de mes entretiens de recherche. A chacune des cinq rencontres effectués lors des trois première années doctorales, je suis reparti mieux éclairé sur mon objet et mes projets de recherche. L'érudition du philosophe a permis des mises en lien épistémiques entre la notion de l'émouvoir et de la sensibilité. L'imposante expérience clinique et de formation partagée a installé chez moi une curiosité nouvelle sur l'articulation entre le savoir et le sentir, entre le vivre et l'affectivité. Il en va de même avec André Paré avec qui j'ai passé un certain temps à réduire un écrit de trente-six à huit pages. Une rencontre en février deux mille quatorze a permis de comprendre la nécessité de s'exposer avec mes écrits, de me mettre en situation d'altérité à certains moments de la recherche, notamment en ce qui me concerne, lors des premiers pas d'écriture. Ces rencontres ont été l'occasion de préciser mon objet de recherche et sa problématique.

2.6.5.1 Une production inattendue : mon engament dans la résonance graphique puis ma collaboration avec la graphiste Sophie de la Brosse

Pour clore la partie dédié aux personnes ressources dans le déroulement du « comment faire » cette recherche, j'aborde un aspect de production tout à fait inattendu au début de ma thèse. Je veux parler de la construction et des efforts de mise en forme des illustrations graphiques présentes dans cette thèse. L'idée a émergé à l'issue du développement de la troisième partie consacrée à l'apport de la phénoménologie dans la compréhension de la dimension émotionnelle et de l'affectivité. En constatant la somme d'informations s'accumuler, j'ai pensé que la médiation d'un visuel sous la forme de résonances graphiques serait un appui supplémentaire permettant au lecteur de suivre le dialogue en cours avec les auteurs, et à travers lui, mon intégration progressive du sens et de la complexité de mon objet de recherche. Chemin faisant, j'ai vite réalisé que j'étais le premier bénéficiaire de ce mouvement.

- Une première esquisse graphique

A l'issue de l'écriture de la troisième partie, j'ai imprimé l'ensemble de ce corpus, puis l'ai re-parcouru, un crayon à la main, me laissant aller à exprimer

graphiquement le plus librement possible des points saillants émergents de mon expérience de lecture de chacun des auteurs rencontrés. Dans ce mouvement, je constatais une mise en sens particulière d'éléments compréhensifs sur mon objet de recherche. Ce travail – vécu comme une temporalité performative - m'apportait un sens nouveau ou confirmait une notion déjà connue. Je dois l'avouer également, par ce mouvement et sa tonalité intuitive, je dialoguais en imaginaire et le cœur ouvert avec le sens se faisant sur telle ou telle notion pouvant éclaircir ma compréhension de la dimension émotionnelle et de l'affectivité ou/et alimenter ma problématique. J'observais une réelle spatialisation du sens se donnant et émergeant car je mettais concrètement en deux dimensions – et parfois, par des jeux graphiques, en trois dimensions – un corpus théorique écrit en mot et à plat. L'esprit de l'auteur prenait du relief, l'assumance interprétative, elle aussi, augmentait au fur et à mesure que mon crayon s'animait pour en rendre compte ; les zones de flou dans ma compréhension se trouvaient dévoilées, amplifiée, et mon cerveau n'était pas animé de la même façon que tout au long de l'écriture qui précédait cette phase importante de ma thèse. Il doit probablement être possible d'argumenter scientifiquement ce changement de régime de l'activité cérébrale et corporelle ; effort que je ne ferai pas ici.

- Le jeu de l'altérité

Cet exercice m'a simplement fasciné, je le trouvais à la fois herméneutique et heuristique, intégrateur et discursif, esthétiquement stimulant. De façon plus dense encore que lors de mes lectures ou de l'écriture des corpus théoriques, dès les premiers coups de crayons, je n'étais plus seul, l'auteur tel que je le comprenais, le lecteur hypothétique futur et celui plus certain constitué par les membres de mon jury de thèse, se trouvaient là, en moi…entre moi et la feuille blanche. Un écart demandait à être comblé, j'avais à 'transmettre' dans des formes géométriques, par des tons de couleurs et de traits, par des légendes et des titres, ma résonance à des étapes essentielles de mon parcours exploratoire et compréhensif. Quelque chose d'émouvant se déployait en moi dans le silence de ma matière, dans la lenteur de ma réflexion ou dans le jaillissement du désir d'apparaître d'une résonance attendant de sortir de son anonymat, appelée à prendre forme dans un visuel. Je vivais ce moment très créatif, comblant un aspect de ma personnalité, comme une manière de remercier les penseurs, praticiens, personnes qui m'aidaient à m'extirper de la brume la dimension émotionnelle et de l'affectivité.

Plus que cela, je les invitais à ma réflexion, à ma compréhension, avec l'autorisation d'espaces d'incompréhension dans une tolérance au détournement de leur propos tels qu'ils les avaient peut-être envisagés. Je vivais l'incertitude inhérente à la quête de sens de ce que peut vouloir partager une personne qui n'est pas devant vous et à qui il vous est impossible de poser telle ou telle question pour vous assurer qu'il a bien été compris. La pensée d'Ouaknin et de Larrosa m'ont aidé à me dégager d'un conflit de loyauté ou du syndrome de l'imposteur de sens vis-à-vis d'auteur(e)s que j'espérais ne pas trop avoir égratigné dans mes illustrations.

Après une quinzaine de jours de travail intensif, j'ai rassemblé trois personnes, praticien ou chercheur autour de moi, leur ai présenté une trentaine de mes esquisses et ai accueilli du mieux qu'il m'était possible leurs résonances, remarques, critiques et commentaires. Mes amies et collègues ont été très généreuses, très inspirantes et aussi, … Assez authentiques. Ce moment de confrontation à l'altérité a été à la fois joyeux et enthousiasmant, difficile, demandant de l'humilité. Nombreux schémas, s'ils étaient clairs pour moi, se révélaient complexes, compliqués, voire incompréhensibles pour mes partenaires de travail d'une séance de trois heures et demie. Je constatais au passage combien celui qui fait sa recherche peut être isolé dans sa passion, son effort et son entendement. Je prenais conscience de la nécessité de m'extraire de mon enclave ; cette étape est délicate mais elle est indispensable. Je m'étais préparé à cet test de réalité et avait le terrain d'accueil pour l'accueillir. Je m'appuyais sur certains commentaires émerveillés, sur la curiosité à l'égard de ma recherche, sur la promesse du travail en cours. Après deux ou trois jours de mise en travail intérieure intense, demandant par moment une véritable foi pour ne pas renoncer à un travail dont je n'avais pas mesuré ni l'ampleur, ni le temps nécessaire pour aboutir à un résultat tangible, pertinent pour cette recherche, je repris une à une près de soixante-dix résonances graphiques manuelles, m'ancrais devant mon ordinateur pour corriger, transformer, créer ces esquisses en illustrations graphiques numériques.

- Deuxième mise en forme

Enrichi par cette rencontre et ses apprentissages, je finalisais mon travail, en relisant les extraits de corpus théoriques liés à chaque schéma, re-vérifiant le sens, l'atmosphère et l'ouverture que je souhaitais partager, plaçant un titre plus définitif. Le lecteur remarquera après les titres l'ajout entre les parenthèses de l'expression « à partir

de telle(s) ou tel (s) auteur (e)(s)… ». Cela signifie qu’à l’exception d’un ou l’autre de ces schémas, *tous sont des émergences issues ma résonance personnelle* aux écrits parcourus lors de mon exploration, à mes expériences quand il était question de les conceptualiser. Ces illustration graphiques sont donc bien *le fruit d’une analyse herméneutique de différents corpus* et n’ont pas la prétention d’exprimer fidèlement et visuellement ce que les auteurs ont voulu dire avec leur langage écrit. J’assume humblement ces distorsions et écarts existants car de fait, ce travail entrepris a comme ambition première de *me comprendre* dans mon rapport à ce qui est dit et écrit par l’auteur, en espérant ne pas avoir trop déformé sa pensée originelle. Ce travail est aussi, comme je l’ai annoncé au début de cette section, *une tentative d’altérité, de dialogue circulaire évolutif et de réciprocité* entre 1) les auteurs rencontrés, 2) moi et différentes instances agissantes (tonalités du Sensible, rapport au cœur, l’histoire du chercheur en question) en tant que lecteur ayant mes références - celles de ma pratique de la pédagogie perceptive, 3) mon existence et ce vivre qui est le mien -, 4) mon imaginaire quant aux futurs lecteurs de ma recherche ET la mise en relief graphique de la compréhension qui est la mienne sur certains attributs de la dimension que j’étudie.

- Travailler avec une professionnelle en graphisme et en communication ; le privilège d'une sensibilité commune et de l'altérité aimante

A cheval entre la troisième étape et l'étape dont je veux rendre compte maintenant, est entrée en scène la collaboration de la graphiste Sophie de la Brosse. Je précise d'emblée la nature du lien bien particulier entre le praticien-chercheur ému et la personne en question puisqu'elle n'est autre que ma compagne de vie et conjointe. Ce statut ne garantit absolument pas une complicité ou un soutien précis pour tous les doctorants de la planète, d'où l'expression « privilège d'une sensibilité commune et d'une altérité aimante » dans mon titre. Je précise ce point pour deux motifs. Premièrement, sans ce lien de proximité et de complicité, je n'aurais pas pu obtenir le résultat présent car la qualité de nos interactions s'est appuyée sur la compréhension et l'accompagnement quotidien à la manière d'une personne aimante, encourageante, questionnant mon processus doctoral - ses épreuves et ces grâces - depuis deux ans et demi. Deuxièmement, en plus de ses qualités de graphiste, cette personne est en fin de parcours de la maîtrise en étude des pratiques psychosociales, et elle-même praticienne somatique, intéressée par la dimension de l'affectivité et de la corporalité. Je me suis donc retrouvé avec la personne idéale pour cette entreprise.

Toutes ces caractéristiques amalgamés dans une présence à la fois soutenante, compréhensive et critique quant au sens de ce que chacune des illustrations graphiques que je souhaitais donner, m'ont poussé dans mes retranchements les plus inattendus. Parfois bourru lors de nos premiers échanges en me demandant quels poux 'on' me cherchait dans la tête, j'ai vite accueilli avec tendresse cette co-identité en moi qui, se sentant reconnue, à baisser les armes. S'en est suivi une aventure de création qui a elle-même satisfait l'entreprise de cette thèse. Entre l'amateur que je suis dans le domaine du graphisme et l'œil de l'expert, tout un univers s'est présenté à moi ; univers déjà exploré puisque nous avions collaboré dans la production de power point lors d'un cours donné au baccalauréat la même année (début deux mille quinze) et dans la préparation de deux communications (Acfas[136], 2014, 2015).

Cette dernière étape cruciale m'a permis d'asseoir pleinement le sens qui était le mien, d'installer une forme de progressivité, d'harmonie dans le message et dans le discours graphique au service de ma recherche. En même temps qu'évoluait la lisibilité

[136] ACFAS a été fondée en 1923, sous le nom d'Association canadienne-française pour l'avancement des sciences (Acfas). En en 2001, l'association est renommée afin de mieux refléter ses activités et son dynamisme. Elle devient alors l'Association francophone pour le savoir, et l'acronyme Acfas est resté conservé. Communication sur

de ma pensée par l'art et l'artiste se mettant au service de mes résonances tout en jouant franchement le jeu de l'altérité, se clarifiait en moi chacune des figures réalisées, leur sens et leurs significations, leur place dans l'échiquier en cours de construction. La rumeur d'une synthèse graphique que le lecteur découvrira se faisait entendre elle aussi, chemin faisant. Ce travail a fait grossir le volume de la thèse ; il a aussi augmenté de façon significative pour moi sa qualité au niveau compréhensif et communicationnel. J'ai vécu ces centaines d'heures improbables au début de ma thèse comme une auto-formation en graphisme, une valeur ajoutée à mon parcours, et un plus dans mon projet de compréhension. Au total, au moment où j'écris ces mots, je me sens capable de prendre n'importe lequel de ces résonnances graphiques et d'en faire un cours autour de la notion qu'il éclaire, questionne, renforce ou dépasse.

2.7 Mon parcours biographique de doctorant

Des six années d'une trajectoire, il est possible de dégager des moments-clés participant à la production de cette thèse et à ce titre, devant intégrer cette partie méthodologique. Sans les reprendre car cela a été détaillé dans la mise en place de ma recherche, la *pertinence personnelle* et celle de *mon parcours doctoral* de nombreux événements ont marqué ma manière et les étapes de la production de ma recherche.

2.7.1 Un cours de formation à l'écriture performative avec le professeur Luis Gomez

Certains événements ont été fondateurs de transformation, comme c'est le cas du cours que j'ai pu suivre en écriture performative dans le cadre de la maîtrise en étude des pratiques psychosociales en avril et mai deux mille quatorze. Cette praxis entre dans le champ des approches autobiographiques et comme son appellation le laisse supposer, il s'agit d'une formation à un mode d'écriture. Nous étions une douzaine de personnes animé d'une ouverture à la vulnérabilité de chacun et de soi-même, détail important au regard de la dynamique émancipatrice permise par ce dispositif. La spécificité dont il était question dans ce cours vient de la place privilégiée accordée à la subjectivité, à l'intuition du chercheur dans une implication à la première personne radicale au sein d'une activité exclusivement autobiographique. Dans ce mode d'engagement au Je, le chercheur parle de lui, de ses résonances, depuis un effort d'être sujet de son expérience

et donne une autorité à l'émergence depuis des instances liées à son histoire personnelle et à ses émotions, ses pensées sans que la mise en sens immédiate soit une condition de production. Au cours des onze journées de formation dont un intensif de cinq jours en résidentiel, j'ai pu explorer le sens de ma motivation à la recherche présente dans tous ses interstices, formuler des résonances jusqu'alors inexprimées, poser ma problématique dans une formulation des plus débridées, mettant le chercheur au défi de ne pas se juger, d'être authentique dans un savoir-être bien plus qu'un savoir-faire. De plus la dynamique interpersonnelle et les exercices proposés ont permis des échanges dans un niveau de réciprocité et d'humanité que je n'ai pas rencontré ailleurs que dans cette formation. Cette temporalité s'est révélée être le tremplin pour entrer dans l'écriture de cette thèse.

- Découverte du Pomodoro

D'un point de vue pratique, j'ai découvert durant cette formation un outil performant que j'ai utilisé à de nombreuses reprise par la suite, je veux parler de l'outil Pomodoro [137] où l'art de gérer son temps. Très brièvement, cette technique, non exclusive de l'activité d'écriture, a pour but de se consacrer pleinement à la tâche dans laquelle nous sommes, elle est un en trainement à la discipline de soi. Toute personne faisant de la recherche et confrontée à l'écriture scientifique reconnaîtra les moments de pédalage à vide, d'absence de présence à l'acte d'écrire, de demi concentration ou de disposition à se laisser distraire. Or, cette pratique en installant des séquences stricte de vingt-cinq minutes d'activité centrée sur une seule tâche - ici celle d'écrire – en alternance avec des microcycles de repos et de sortie radical (aller dehors et prendre l'air, se consacrer à tout autre chose) lors de courtes pause de trois à cinq, de dix à quinze minutes sont autorisés; avec la possibilité de pousser jusqu'à trente minute de pause au bout de trois ou quatre séries de vingt-cinq minutes d'activité. Ce dispositif permet un niveau de centration étonnant, une disposition décuplée, et en définitive une qualité de production étonnante, dans un sentiment de vitalité surprenant après de nombreuses heures de travail.

Ces deux événements, le premier de l'ordre de la posture d'écriture a ouvert une porte pour moi en déjouant des habitus très culturels (milieu familial, scolaire et

[137] Voir : http://www.etre-meilleur.com/gestion-du-temps/la-technique-pomodoro-ou-lart-de-gerer-son-temps-grace-a-une-tomate.html

paradigmatique) bien que ne l'ai pas adopté pour ma recherche ; le second est d'ordre technique dans le rapport à la tâche et au temps. Ils ont transformé ma manière de me situer dans ma recherche et de l'écrire, et m'ont permis une qualité de disponibilité à ma production écrite lui donnant une densité différente.

2.7.2 Des échanges fructueux avec André Paré : style d'écriture, altérité dans la recherche

J'ai eu l'occasion d'aborder l'apport de mes interactions avec André Paré lors de mon parcours doctoral dans la mise en place de ma recherche. J'ajouterai ici un moment important dans mon processus de recherche. Il se situe en février deux mille treize au moment où je commençais une première séquence d'écriture de mon cadre théorique conjointement à un article pour le CERAP et une publication à venir. A l'occasion d'un séjour à Québec durant lequel André Paré lu la quarante de page que je venais de produire, nous eûmes une discussion cruciale dans mon parcours au sujet de mon écriture, de sa lisibilité. Face au pragmatisme de mon lecteur je me suis trouvé confronté à deux choses essentielles pour la suite de mon processus. L'expérience qui m'était renvoyée m'incitait à épurer mon écriture, être plus concret, moins emphatique et métaphorique. La confrontation fut intense, mais dans un climat et contrat de communication très bien situé dès le départ, ce qui m'a permis de ne pas me dévaloriser, de faire la part des choses entre le regard d'un expert de l'accompagnement de thèse et de nombreux travaux de recherche, mais aussi, au passage d'assumer un style d'écriture, le mien en cours avec ses défauts, ses qualités, ses espaces à améliorer. Le deuxième enseignement de mes échanges fut la prise de conscience de la nécessité de l'altérité à certains moments de la recherche, et peut-être bien plus tôt que je ne l'avais pensé. La fécondité de cette rencontre, malgré sa tonalité bousculante, s'est avérée surprenante par ma suite. J'ai vécu ce moment comme un rituel de passage, une saine douche froide pour mon égo, menée de main de maître par un expert en relation d'aide, et pas seulement à la recherche. Après cette expérience, je décidais de lire régulièrement devant des proches mes écrits, je n'avais plus peur d'être ridicule, et l'éprouvais même un plaisir à partager ce que je produisais en prenant les commentaires comme de réelles opportunités de transformation et d'amélioration. Je réalisais tout simplement qu'être chercheur c'est être un apprenti, j'avais vaincu une certaine *peur d'écrire* et transcender *le refus de montrer ce que j'avais écrit* comme le prononce clairement (Becker, 2011).

2.7.3 Mes échanges avec Pierre Paillé : une ouverture de conscience sur ma démarche qualitative

A plusieurs reprises durant la trajectoire dont je rends compte dans cette section, j'ai eu l'occasion de partager mon projet de recherche avec une personnalité de la démarche qualitative d'une part, quelqu'un connaissant très bien le paradigme du Sensible et l'argumentation et la réalité concrète de la posture du praticien-chercheur du Sensible[138]. Une première rencontre eu lieu en 2012 alors que j'amorçais un premier mouvement d'analyse de mes entretiens de recherche, ce moment a été l'occasion de situer l'enjeu de cette démarche et un questionnement réel sur le type d'analyse que je souhaitais faire (thématique, catégorielle). Bien que n'ayant pas poursuivi ce travail en raison de la nécessité de finir un article comptant pour mon évaluation doctorale, je considère mes échanges comme m'ayant mis en chemin d'une réflexion importante pour la suite du traitement de ces données[139]. Un deuxième temps marquant pour cette recherche fut un entretien au cours duquel, à rebours, je retraçais ma trajectoire de recherche et ses étapes signifiantes pour moi. A cette occasion, Pierre Paillé évoqua l'existence d'une voie de recherche qualitative, l'*Inuitive enquiery*[140] – enquête intuitive – pouvant se rapprocher de la manière dont je m'y étais pris pour réaliser mon étude. J'ai très rapidement pris connaissance d'articles et d'ouvrages relatifs à cette approche. J'ai constaté effectivement, que sur certains aspects, ma recherche pouvait être apparentée à cette voie d'analyse qualitative comme je l'ai précisé dans ma posture épistémologique.

2.8 Les espaces-temps d'écriture de la thèse

En regardant mon parcours d'écriture, il ressort plusieurs espaces-temps déterminants. Sans omettre la période de retranscription de mes entretiens de recherche, dont un auto entretien. Le premier temps fort, concret et signant le top départ de ces

[138] Voir l'article co-écrit avec Eve Berger, « Écriture impliquée, écriture du Sensible, écriture analytique : De l'im-plication à l'ex-plication », http://www.recherchequalitative.qc.ca/documents/files/revue/hors_serie/hors_serie_v11/RQ-HS11-berger_Paille.pdf

[139] A cette époque, je ne savais pas que j'allais renoncer à ce travail d'analyse qualitative de mes données empiriques.

[140] Voir : Anderson, R. (2006). *Intuitive Inquiry: The Ways of the Heart in Research and Scholarship.* Rosemarie Anderson: Publications: Articles. Consulté le août 15, 2015, sur Wellknowing Consulting Services: www.wellknowingconsulting.org/publications/articles.html

quelques huit cents pages est la construction du sommaire de ma recherche plus d’un an avant le dépôt de ma thèse. Ce travail soutenu avec ma directrice de thèse m’a mis sur les rails de ma production écrite. Il a constitué la matrice à partir de laquelle s’est déployé partie après partie, chapitre après chapitre, la mise en forme de ma thèse. Je détenais des éléments écrits, sous forme de notes, de fiche de lecture, de journal de recherche.

En débutant par la première partie, je mettais en place ma recherche, m’appropriant les expériences qui étaient les miennes et leur contribution dans différentes pertinences, dont celle, impliquée, de mon parcours doctoral. Puis il s’est agi d’écrire les trois parties théoriques et empirico-théoriques.

Dans ce mouvement, s’est progressivement imposé mes résonances avec les auteurs convoqués dans mon exploration. Je n’avais pas forcément anticipé ce mouvement, il s’est avéré pertinent dès le début de mon parcours dans le corpus phénoménologique, tout en étant présent moins systématiquement dans le corpus relatif à l’approche classique et contemporaine de mon objet de recherche. Par la suite, je l’ai généralisé sur l’ensemble des corpus de données.

Je viens de consacré une section aux résonances graphiques. Je ne reviendrai donc pas sur ce point. Le lecteur aura compris l’importance de cet acte particulier ‘d’écriture’ et de trace de sens lors des quatre derniers mois de production servant à la fois de synthèse et d’intégration et de perspectives théorisantes.

Enfin, j’ai consacré un temps pour écrire quatre récits phénoménologiques à partir d’un mouvement de résonances thématiques des entretiens initiaux. Ils permettent de mettre en résonance un matériau, depuis une première interprétation d’un corpus empirique, avec tous les éléments saillants de mon exploration dans trois champs distincts (classique contemporain, phénoménologique et paradigme du Sensible).

Pour finir, un retour sur mes résonances graphiques, à l’issue de la quatrième partie consacrée à l’état des lieux de la dimension émotionnelle et l’affectivité, permet d’envisager une illustration synthétique de fin de parcours avec l’émergence d’une forme originale que je ne dévoilerai par ici, car elle n’est pas terminée au moment d’écrire ces lignes.

2.9 Le corpus empirique : un ensemble de mises à l'épreuve au sens honorien

Pour Honoré être en présence est une mise à l'épreuve au sens d'une tonalité de l'existence (2005). Par définition le corpus empirique désigne la mise en présence concrète avec des données expérientielles réelles pour le sujet qui les vit. A ce titre, à plusieurs reprises dans cette recherche j'ai été amené à cette nature de mise à l'épreuve (différent de que le langage courant désigne, celui d'une épreuve affective et émotionnelle négative). Métaphoriquement, cet ensemble constitue la terre en tant que matière première donnant progressivement forme à ce manuscrit, au chercheur, à la personne à la fin de sa thèse. Je vais lister les éléments qui composent ce corpus empirique, développer certains aspects seulement, car la plupart ont été abordé précédemment.

2.9.1 19 entretiens exploratoires (16 + 3)

Ils constituent une étape importante, j'en ai déjà précisé le sens.

2.9.2 Exploration des travaux du CERAP

Les travaux du CERAP représentent un espace de description de l'expérience telle qu'elle se présente pour des personnes au contact de la pédagogie perceptive. Les travaux sur lesquels je m'appuie rendent compte de la réalité du terrain à l'appui de témoignages qui sont livrés dans ce corpus.

2.9.3 La dimension du prendre soin de moi

Le processus à l'œuvre pour aboutir à la réalisation de cette thèse a demandé un aménagement de ma vie quotidienne et professionnelle. J'avais à coeur de conduire ce processus d'une manière à ce que je n'arrive pas en bout de ligne épuisé, saturé, ou malade et en survie selon mes critères de thérapeute et d'accompagnateur en pédagogie perceptive. Grâce à la complicité généreuse d'allié(e)s, je me suis organisé pour bénéficier des soins réguliers en pédagogie perceptive, en massage à la fréquence d'un soin et d'un massage par semaine durant la dernière année et demi de ma recherche en particulier, mais aussi régulièrement tout au long de ces six ans. De même, je me suis réservé des plages horaires bi ou tri hebdomadaire d'activité physique (natation, vélo de

forêt et de route, ski de fond et raquettes). J'ai également été vigilent sur la nutrition et la qualité de mon poste de travail. La question du prendre soin de soi était fondamentale à mes yeux, éthiquement et pratiquement. L'expérience mestrado m'a fait prendre conscience de l'importance d'une vigilance sur la santé et la forme physique et psychique dans la recherche. Je voulais réussir pour ma thèse et durant ma thèse ce que j'avais laissé de côté lors de mon mestrado. Par ailleurs, je reconnais avoir suffisamment accompagné moi-même des chercheurs dont des doctorants dans d'autres disciplines pour mesurer l'importance de ce prendre soin au service d'un effort de cette nature.

2.9.4 Gestion du temps

Je me suis imposé une discipline horaire (Pomodoro aidant) comprenant un volume minimum d'heure par jour durant toute la période d'écriture de ma thèse variant entre huit et quinze heure selon les périodes et la spécificité des parties de thèse (mise en place de la recherche retranscription en verbatims - corpus théoriques - construction du sommaire – illustrations graphiques). A cela s'ajoute les temps de lecture précédant ou se chevauchant sur celui de l'écriture. Je ne me suis octroyé peu de jour de pause durant tout ce processus en laissant une porte ouverte à l'émergence de besoin de repos, de dépaysement et d'éloignement de mon travail doctoral quand je me percevais improductif.

2.9.5 Gestion des distances géographiques et des rythmes de vie

Au début de mon doctorat, je résidais et menais ma vie en Europe, ce n'est qu'en deux mille dix et surtout en deux mille onze que le contexte a évolué radicalement modifiant les modes de communication. Grâce à la technologie, la gestion des distances a été bien gérée obligeant une autre nature de vigilance dans le suivi du processus. Ce phénomène a en quelque sorte amplifié la fréquence des temps d'accompagnement et de dialogue, car il évitait les déplacements, assouplissait l'horaire des rencontres. Sur ce plan ai moins, j'avoue ne pas avoir été pénalisé par la distance géographique mais plutôt d'avoir pu bénéficier d'effets secondaires positifs.

Le parcours de recherche d'un doctorat l'isole du monde. C'est un fait connu. Parfois, l'isolement se produit dans la sphère intime du chercheur indisponible pour sa

famille, ses amis. J'ai rencontré ce phénomène lors de ma première année doctorale où je me suis déplacé six ou sept fois d'Athènes à Paris puis à Porto. Mon activité professionnelle était bien chargée et tout le reste du temps était consacré à mes études doctorales. Le rythme de ma vie personnelle et relationnelle a souffert de cette réalité durant les deux premières années, puis les circonstances ont fait que je pouvais me consacrer plus consciemment à ce processus tout en veillant à mon entourage là où initialement, j'avais ignoré une forme de détresse toute proche de moi dont je réalisais la valeur à mes dépends à l'occasion d'une séparation. La gestion du temps est un élément précieux qui demande une forme de clairvoyance ; cette dernière s'apprend au fur et à mesure dans un rapport à soi qui se muscle au fil du temps et dans l'ouverture au dialogue avec l'entourage.

2.9.6 Moments de validation de la pertinence de certains aspects de ma thèse

Dans la progression du parcours du praticien-chercheur se trouvent des temporalités révélant ou mettant en valeur la transformation du sujet. Pour ma part, à l'occasion de conférences données à Montréal (UQAM – Concordia), Rimouski (UQAR) ou Paris dans des colloques spécialisées dans mon champ d'appartenance, j'ai pu prendre la mesure de la maturité gagnée et de l'évolution de ma recherche. Lors de ces rencontres, certains aspect de mon objet de recherche ou de la problématique ont pris du relief ou se sont estompés. De même, j'ai réalisé le bon qualitatif qui s'était opéré par transfert dans ma manière d'accompagner les personnes et les groupes en pédagogie perceptive et les formations en psychosociologie. Par exemple, en donnant un cours optionnel dans le programme du baccalauréat en psychosociologie à l'UQAR au début de l'année deux mille quinze sur la dynamique d'attachement et la dimension affective dans le métier de l'intervention psychosociale, j'ai mesuré l'apport pratique et théorique de ma recherche dans mon enseignement et mes manières d'être avec les étudiants et mes collègues.

Sur un autre versant, ces expériences ont alimenté le processus doctoral en cours, apportant une confirmation sur l'importance de clarifier le langage sur la dimension émotionnelle et l'affectivité, des liens nouveaux entre le corps, l'émotion, l'émotion du Sensible et la relation interpersonnelle. Les trois cadres d'expérience cités ici ont constitué un miroir dans lequel pouvait se réfléchir la pertinence de ma recherche et ses apports sur le terrain de la recherche, de la pratique de la pédagogie perceptive, de la

formation en psychosociologie d'une part, et qui donnait à réfléchir sur mes données, mes lectures, mon écriture, et mon engagement dans cette étude.

2.9.7 Gestion d'une rupture et adaptation à un nouveau paradigme socio-culturel

Enfin, parmi les mises à l'épreuve, et toujours au sens honorien, les transitions relationnelles qui ont été les miennes ont participé de fait à l'organisation pratico-pratique de ma trajectoire doctorale. Elles ont également eu leur influence dans ma conscience de l'objet de recherche puisqu'il était sollicité empiriquement dans ces événements. Ainsi, dans une synchronicité parfois troublante, j'assistais et me faisais complice d'un dialogue quasi-organique entre ma progression dans mon doctorat et l'évolution de ma trajectoire relationnelle du cœur dans tous les sens du terme. Le praticien-chercheur-ému que je suis ne peut disloquer les éléments de sa vie car il est poussé par une instance organique affectivement impliquée à articuler des parts de lui qui ne se sont jamais rencontrées. Ce phénomène me permet d'affirmer que la nature d'engagement qui prévaut dans cette recherche pousse la personne dans cette exigence de présence à soi, à l'autre et au monde.

Dans la même ligne, mon engagement dans un stage doctoral à l'UQAR dès ma troisième année m'a placé au cœur de pratiques inédites pour moi et dans une communauté de chercheur (GRASPA) animés par la présence de la dimension du Sensible au sein d'autres préoccupations liées à la culture psychosociale telle qu'elle est envisagée dans ce cadre précis. En lien avec l'aura de la société américaine du Nord, je réalise l'adaptation de mon processus doctoral à un nouveau paradigme géo-socio-culturel. Ce déplacement pluriel (géographique, relationnel, climatique, épistémologique, méthodologique) a permis une ouverture de conscience insigne, dont celle affectivo-émotionnelle ancrée dans le Sensible qui m'est devenu constitutif. Cette thèse n'aurait pas pris sa forme actuelle si j'étais resté en Europe !

2.10 Une constellation d'expériences (2009-2015) : L'œil intime comme l'outil herméneutique du chercheur

Me voilà arrivé au terme de ma présentation de l'approche méthodologique de mon objet de recherche. Se dégage pour moi à l'issue de ce parcours, décrit en partie à rebours, une constellation d'expériences répartie sur six années. Je constate que

l’ensemble des points abordés représentent les terrains d’expériences du chercheur. Ils ont été le lieu d’exercice et d’expression de ce que j’appelle « l’œil intime et les émergences intuitives ». J’utilise l’expression « Œil intime » pour signifier la nature d’engagement et d’implication pour regarder et remarquer le monde lié à cette recherche. « Les émergences intuitives » pointent la nature de résonance à l’œuvre depuis une intériorité animée par la dimension du Sensible, ne quittant pas le cœur et l’ému. Ensemble, l’œil intime et les émergences intuitives sont vécus comme le territoire singulier où se campe le praticien-chercheur-ému pour produire sa recherche, tout en la laissant dans un jeu d’altérité construire sa nouvelle gestalt.

Constellation expérientielle de mon évolution méthodologique
La grosseur des tailles des cercles est simplement due à la quantité d'informations qu'elles contiennent.

DEUXIÈME PARTIE :

APPROCHER L’OBJET DE RECHERCHE A PARTIR DES MODELES CLASSIQUES ET CONTEMPORAINS DE L’EMOTION

INTRODUCTION GENERALE DE LA DEUXIEME PARTIE

Préambule

Le genre masculin est employé à titre épicène tout au long de cette thèse et ce dans le but d'alléger le texte et d'en faciliter la lecture puisque le thème de ma recherche intéresse et concerne de façon indifférenciée les hommes et les femmes, le genre humain. A l'évidence, l'hypothèse de certaines différences ou nuances dans le rapport à la dimension de l'émotion et de l'affectivité est une piste de recherche intéressante, mais ce n'est pas l'option que j'ai retenue pour cette thèse.

Introduction

J'ai posé les jalons de ma recherche dans une première partie consacrée à la pertinence de mon projet. La question principale qui la porte ainsi que les objectifs de mon étude ont été présenté. Cette deuxième partie de ma thèse est consacrée au recensement d'éléments de théorisation et de modélisation de l'émotion et du champ de l'affectivité dans les champs de recherche scientifique classique et contemporains. Je privilégie le terme « recensement » car l'option prise ici est de fournir une cartographie au sein de courants épistémiques multiples et variés. A mon sens, le thème de cette recherche exigeait une exploration large afin d'outiller épistémologiquement parlant le praticien-chercheur en chemin pour comprendre *précisément* en quoi et comment son objet de recherche est lié à l'émotion et au champ de l'affectivité. Tout au long de ce travail, je chercherai à établir des liens sous forme d'aller-retour entre ce corpus théoriques et mon expérience sur le terrain. Ce mouvement sera fait implicitement comme une présence et une vigilance continue au fil de mes lectures et de l'exercice d'écriture. En cours de route de mon exploration, de temps à autre, je n'hésiterai pas à placer mes résonances pour aboutir à un temps de synthèse à la fin des chapitres et de certaines sections. Ces moments alimenteront et constitueront un fil conducteur de ma problématisation théorique.

En rendant compte de l'approche des modèles classiques et contemporains de l'émotion et du champ de l'affectivité, je poserai le terrain théorique qui a constitué le socle de ce que l'on entend généralement par émotion et affectivité humaine. Je

montrerai comment l'émotion a un drôle de destin épistémologique dans le sens d'un 'accouchement' difficile par son rejet et sa difficulté à constituer une entité digne d'intérêt pour la recherche scientifique. Une apparente fragilité du concept ouvre finalement sur une richesse qui à son tour soulève des problèmes que je relaterai. Cet état de fait impliquera la mise en place de repères sémantiques.

Mais comment rendre compte de la richesse de ce champ d'étude voué à une dimension anthropologique essentielle, celle de l'émotion humaine? Je m'y suis pris d'une manière un peu originale dans le sens de l'option assumée de présenter une trajectoire éthique, socio-politique et culturelle de la recherche sur les émotions, essentiellement depuis son origine contemporaine. En racontant l'histoire de la recherche sur les émotions, c'est comme si je me donnais le moyen de ressentir le pouls d'une vie et de ses émois, ceux d'une communauté, voire de familles entières de chercheurs avec leurs engouements intellectuels, leurs génies, leurs failles et leurs passions à la source d'alliances souvent renouvelées. En relatant des faits, des découvertes, des révolutions, des rencontres et des luttes, sans oublier les hasards heureux et féconds propres à l'aventure scientifique, j'ai pris acte d'un mouvement dans lequel le praticien-chercheur que je suis peut s'inscrire et donc se situer. Chemin faisant, l'objet de cette recherche se place dans un contexte particulier. Je suis capable de sonder sa présence et sa pertinence dans la ligne du temps et de l'espace. Cet exercice m'a passionné. J'ai pris conscience des turbulences qui animent ce corps de recherche, dont celles liées à la définition-même de l'émotion. J'ai dégagé un consensus dans sa conceptualisation. Avant de proposer une synthèse de ce premier chapitre, je n'ai pas résisté à déposer mes coups de cœur. J'ai réalisé après coup que cette résolution portait déjà quelques éléments de synthèse.

Dans cette deuxième partie, mon objectif est de rendre compte d'un premier mouvement d'exploration théorique[141] sur l'objet de recherche qui est le mien et d'en tirer les premiers éléments de dialogue avec mes objectifs de recherche et ma question principale. Nous découvrirons la dimension plurielle de la recherche sur l'émotion et l'affectivité. Depuis son origine, cet inclassable objet de recherche qui en a fait un concept fragile et nomade sur un plan, s'est progressivement constitué dans une richesse sémantique - contraignante aussi -. Ce fait témoigne en partie de la diversité des

[141] A de très rares exceptions, je précise que cette exploration comme toutes celles effectuées dans cette thèse sont tirées d'un corpus en langue française (ouvrages et articles originaux ou traduits de langues étrangères).

dispositifs mis en place pour l’étudier et de l’interdisciplinarité nécessaire pour saisir ce phénomène insigne de l’humain.

Cette histoire palpitante m’a aidé à faire le tri dans un corpus de données théoriques. En menant une enquête sur le mouvement socio-historique de la recherche sur les émotions et l’affectivité elle-même, une complexité de l’objet que je souhaitais étudier s’est dévoilée. Très vite, chemin faisant, je me suis libéré d’une forme de culpabilité ou de pression face au flou et à l’incertitude qui m’habitaient depuis longtemps quant à la définition même de l’émotion et de l’affectivité, définition chargée d’une ambiguïté qui traverse les âges. Une vision diachronique m’a permis d’intégrer l’histoire de la genèse et du développement de concepts qui ont évolué au fil du temps. Ce mouvement a permis le tissage compréhensif d’un domaine précis à partir d’une multitude de facettes qui, prises hors de leur contextualisation, auraient pu égarer le chercheur. J’ai pris conscience combien l’histoire des sciences et la définition d’un de leur objet - les émotions et l’affectivité - sont intimement liées entre elles. J’ai réalisé aussi qu’une « chose » ne commence pas à exister quand elle est désignée par un nom ou un concept (Richir, Affectivité, 2014). La place du langage et des formes grammaticales se révèlent cruciales dans la réflexion sémiologique des émotions et de l’affectivité.

Après avoir tracé l’historique d’un univers de recherches et de chercheurs, je dégagerai des éléments invariables dans la conception des émotions, puis je m’arrêterai sur certains des grands noms de cette histoire, ceux qui ont suscité chez moi un intérêt particulier dans mon rapport à ma recherche qui je le rappelle est une recherche ancrée dans un vécu.

Je finirai par une première synthèse dans laquelle je discuterai la place accordée au corps et à l’expérience intra-subjective du sujet dans les champs de recherches que j’aurai dévoilés jusque-là. A la manière d’un cartographe qui fournit une représentation ’visuelle’ d'un territoire come point de repère au marcheur, je me propose à présent d’exposer un parcours jalonné de confrontations, d’alliances et de renversements.

Mon défi dans ce développement – et présent dans toute cette thèse - est de me préparer et de me construire une zone ’risquée’ entre l’acceptation passive et la critique, de me situer dans les différentes controverses liées aux versions et définitions contradictoires des passions, des sentiments, des états d’âme, etc., tous ces termes étant

collés à celui de l’émotion. Comment rester ancrer à l’étonnement, voir à l’émerveillement plutôt qu’au découragement?

CHAPITRE 1 : LA DIMENSION DE L'AFFECTIVITE ET LA RECHERCHE SUR L'EMOTION

Le langage nous donne le pouvoir de créer au sein de la réalité des mondes à notre mesure. C'est folie de croire qu'il peut épuiser ou embraser la réalité.
J. F. Billeter

1. UN INCLASSABLE OBJET DE RECHERCHE : LE REJET DE LA SCIENCE

Dans les sciences …
non seulement notre destin, mais encore notre but à nous tous est de nous voir dépassés. Nous ne pouvons accomplir un travail sans espérer en même temps que d'autres iront plus loin
Max Weber

Si nous pouvons dégager un consensus chez les chercheurs qui se sont penchés sur ce domaine, c'est bien celui de sa difficile entrée dans l'univers scientifique (Rimé, 2005; Richir, Affectivité, 2014; Despret V. , 1999). Comme le précise Rimé, « les impressions complexes éprouvées dans les états émotionnels ne se laissaient pas réduire aussi facilement. » (Rimé, 2005, p. 18). Les émotions sont longtemps restées un des parents pauvres de la recherche en sciences humaines et sociales car elles sont une sorte de « feu follet » qui ne se laisse pas dompter par la pensée rationnelle. C'est à peu près en ces termes que Bergson désignait un phénomène qui en raison de sa nature difficile à appréhender ne pouvait être étudié selon des méthodes dignes de la validité scientifique. Les sciences ont mis longtemps à construire les 'bonnes' façons d'interroger les émotions car il fallait avant de les sonder, statuer moindrement sur ce qu'elles étaient (Despret V. , 1999). Comment saisir la vérité des émotions? Cette question semble présente comme une rumeur qui plane au-dessus du chercheur qui s'investit dans ce domaine. Pour Soren Kierkegaard, il y a deux façons de se tromper, l'une consiste à croire ce qui n'est pas vrai, l'autre à refuser de croire ce qui était vrai (Beauregard, Les pouvoirs de la conscience, 2013, p. 135). D'une certaines façons, prétendre que nous avons à faire à un inclassable objet, n'est-ce pas dire que les émotions et l'affectivité renvoient à l'existence chez l'être humain d'un savoir mystérieux? L'existence d'un

savoir 'affectif' est une donnée de plus en plus acceptée et répandue depuis les découvertes contemporaines en neurobiologie et en psychologie. Pensons à l'avènement du concept de l'intelligence émotionnelle[142]. On ne sait vraiment si l'émotion « est mixte de corps et d'esprit, elle ne se laisse emprisonner dans aucun schéma explicatif de sa genèse » (Basset, Le mystère de l'affectivité, 2013, p. 7).

Située au cœur d'une problématique contemporaine ancrée par le siècle des Lumières qui a inscrit la sensibilité et la raison comme facultés foncièrement distinctes, l'étude des émotions et de l'affectivité pose un double problème. Ajoutées à la complexité empirique qui les définit, les émotions sont restées et restent encore un parasite de la raison, un producteur de bruits et un perturbateur d'idéal-types[143] (Favret, 2005, p. 72). Comment ne pas créer de rejet avec une telle aura? Aura que le domaine des émotions traîne comme un boulet et cherche encore à se libérer. Cela explique certaines réticences et un intérêt relatif de ce domaine dans l'histoire des sciences. Sujet favori de la rhétorique académique, la juxtaposition de la raison et des émotions reste un invariant d'une cosmologie malmenée par l'analyse historique et ethnographique. Paradoxalement ou simplement parce que ce fait est sorti d'un angle mort, l'étude de l'histoire des émotions dévoile une passion et des débordements émotionnels chez les chercheurs eux-mêmes et dans les débats concernant l'assise des émotions et de l'affectivité en tant qu'objets dignes d'intérêt pour la science. De façon convergente à cette observation, l'idée répandue que l'univers scientifique et la communauté humaine universitaire qui le constitue ont trouvé la distance émotionnelle nécessaire et idéale face à toute chose affronte un paradoxe. Ce dernier démystifie une population et un système socialement survalorisés car naïvement considérées à l'abri des débordements émotionnels. Si les émotions et l'affectivité comme objets de recherche rencontrent des résistances plus ou moins vives dans leur insertion institutionnelle, elles sont par contre bien présente à un autre niveau comme le mettent en évidence des recherches ethnographiques sur la place de l'émotion dans la vie universitaire[144] :

---

[142] Vulgarisé par Daniel Goleman dans les années 1980, ce concept a généré des pratiques qui connaissent un succès planétaire dans le champ de la gestion et du développement dans les organisations à l'heure où le stress relationnel est reconnu comme un obstacle au rendement professionnel, à l'apprentissage en milieu scolaire, à la santé sociale dans nos cités et nos pays.

[143] L'auteur montre que l'idéaltype « pose telle activité particulière comme « rigoureusement rationnelle en finalité », comme s'effectuant « en dehors de toute perturbation venant d'erreurs ou d'affects ». Voir : Jeanne Favret-Saada, « Weber, les émotions et la religion », Terrain [En ligne], 22 | mars 1994, mis en ligne le 22 avril 2005. URL : http://terrain.revues.org/3088 ; DOI : 10.4000/terrain.3088

[144] Ehn Billy, Löfgren Orvar, « La vie des émotions dans le monde universitaire », Ethnologie française 2/ 2008 (Vol.38), p. 283-292URL: www.cairn.info/revue-ethnologie-francaise-2008-2-page-283.htm.

> La vie universitaire est caractérisée par deux sortes d'émotions. La première se réfère à la personne et à son œuvre. Une curiosité insatiable est sublimée dans le travail scientifique et explique pourquoi tant d'enthousiasme est investi dans la recherche (…). Le rôle important joué par le prestige et l'oubli en est un autre exemple, ainsi que la peur d'être oublié. La seconde se rapporte au fait que les universitaires évoluent dans un monde où règne en permanence le classement et où il faut constamment faire ses preuves. L'aspiration à la reconnaissance publique dans un système où les collègues sont à la fois les concurrents et les juges peut engendrer des situations complexes et des sentiments mitigés (…). Il ne s'agit pas seulement de science. (Ehn & Orvar, 2008)

À la faveur de ces constats, l'univers de la recherche et des sciences constitue une communauté émotionnelle au sens où l'a définie l'historienne Barbara H. Rosenwein (Rosenwein, 2001), c'est-à-dire une communauté corporative et sociale considérée sous l'angle des relations affectives par

> la façon qu'elle a d'évaluer les émotions, d'en promouvoir certaines, d'en déclasser d'autres, dans les normes qu'elle suit quant à la manière dont les émotions doivent être exprimées. Dit autrement, tout groupe de personnes animées par des intérêts et des objectifs communs peut être qualifié de communauté émotionnelle. (Boquet, 2003)145

Bien que les émotions restent un sujet tabou dans la recherche comme ils le restent sous certains aspects dans la vie sociale, elles portent en elle une humanisation à laquelle le monde de la rationalité – toute relative sous certains points comme nous l'avons remarqué – ne semble pas pouvoir échapper. Nous verrons que l'inscription scientifique des émotions comme objet de recherche est plus précoce que celle de celui de l'affectivité. Cela montre que l'une et l'autre ne relèvent pas forcément de la même construction historique et épistémologique, tout en précisant qu'il y a bien plus d'éléments qui rapprochent ces deux notions que le contraire.

1.1 La « fausse » fragilité du concept : phénomène multidimensionnel et multifactoriels

Probablement fallait-il un univers conceptuel pour nommer la réalité vécue des émotions et le terrain empirique de l'affectivité. Le phénomène se manifeste dans des formes multiples et s'anime par une diversité de facteurs. A cet égard, on pourrait croire à une fragilité du concept ou des concepts qui tentent à circonscrire le domaine qui nous intéresse. Face au couple fatal de l'Affect et de la Raison, à la dichotomie de la Nature

[145] Dans cet article, D. Boquet montre comment l'historienne B. Rosenwein, depuis les années 1990, invoque une appropriation de l'émotion comme un outil de travail pour les historiens et se positionne contre l'hégémonie des psychologues et neuroscientifiques. Voir : URL : http://cem.revues.org/12535 ; DOI : 10.4000/cem.12535.

et de la Raison, comme à l'omniprésence du phénomène dans la vie humaine, plusieurs pensées se sont développées et de multiples frontières ont dessiné des territoires sémantiques, métaphoriques, analogiques. En quête d'appropriation d'un vécu qui défie la clarté des mots quand il s'agit de le décrire, de l'expliquer ou de le faire comprendre, plusieurs camps se sont créés dont certains se sont affrontés avec dynamisme, radicalité et emportement émotionnel.

À l'instar d'un grand nom de l'étude clinique de l'émotion humaine comme celui de Freud qui a oscillé toute sa vie entre deux mouvements contradictoires - le premier d'ouvrir un espace à l'affect pensé comme une « force », un *quantum* d'énergie, et le deuxième, de le barricader en accordant la souveraineté à la représentation -, force est de constater la vitalité pour ne pas dire, la vivacité dont fait preuve l'espace conceptuel lié aux émotions et au champ de l'affectivité. Cet espace n'a de cesse d'être en évolution.

Dans le titre de cette thèse figure au moins deux mots assez ordinaires au sens qu'ils sont présents dans le langage courant - émotion, affectivité - mais

> un mot ordinaire n'a pas seulement deux ou trois sens ; il renvoie plutôt à un nombre de sens sans limites, ce qui est une pensée un peu intimidante. Le revers de la médaille est le potentiel illimité de diversité que recèle chaque concept, (…). Cette révélation est réconfortante, au moins pour ceux qui sont curieux et stimulés par la nouveauté. (Hofstadter & Sander, 2013, p. 11)

Vue sous cet angle, la fragilité crainte s'estompe peu à peu. Les exemples de Kant et de Nietzche rassurent. Tous deux étaient des inconditionnels de l'analogie, y voyaient le ressort d'une créativité pour l'un, alors qu'on se rappelle de la célèbre définition de l'autre philosophe pour qui la liberté était « une armée de métaphores » (*Ibid.*, p.31).

Quand je plonge dans les ouvrages, les articles ou tout autre médias qui traitent du domaine des émotions et de l'affectivité, il me semble salutaire de m'accorder - dans un premier temps en tous les cas - une certaine souplesse face au langage et aux formes utilisées. Parfois même, il est préférable d'accepter certaines ambiguïtés qui n'ont rien à voir avec le laxisme, mais qui reflètent la richesse extraordinaire d'un domaine nécessitant l'exploitation d'une panoplie des mots que le langage met à notre disposition. L'univers de la recherche sur le domaine qui m'intéresse n'échappe pas à l'analogisme. L'analogie prend son origine dans les mathématiques.

> Elle est la capacité
>
> à produire l'unité au travers de la pluralité en inscrivant des éléments isolés dans une continuité logique. [146]

Par le processus qu'elle permet, on comprend mieux son extension aux autres champs de connaissance dont celui des émotions et de l'affectivité. L'analogie est une notion où travaille une fonction intime du langage qui ne peut s'empêcher de créer alors même qu'elle prétend seulement redire les choses rationnellement. Nous sommes-là au cœur d'une problématique que la recherche sur les émotions et l'affectivité n'a pas su épuiser. À ceux qui comme T. Hobbes, J. Locke, G. Bachelard s'insurgent contre l'usage des métaphores, images et autres analogies rendant l'esprit humain errant parmi d'innombrables absurdités, les auteurs de l'ouvrage, *Analogie, le cœur de la pensée* (Hofstadter & Sander, 2013), montrent précisément comment leurs écrits sont 'truffés' de métaphores et d'analogies [147]. A. Berthoz (2003; 2004) dénombre plus de cent cinquante théories des émotions. C'est fascinant ! La plupart des ouvrages et articles n'échappent pas à la mise en lien de l'émotion avec d'autres mots courants comme les sentiments, les affects pour ne nommer que ces deux-là. Les nombreux travaux modernes réalisés, tant sur l'homme que sur l'animal, montrent qu'il est impossible d'être objectif en ignorant les sentiments. Ce constat semble bien s'appliquer aux choix-mêmes des langages abordés par chacun des paradigmes que je vais aborder dans cette recherche. Le langage visant à rendre compte de la dimension émotionnelle et du champ de l'affectivité chez l'homme est vaste, elliptique voire même, labyrinthique. Ce fait n'est-il pas la démonstration d'une tentative échouée de l'enfermer, de le rétrécir, d'en réduire la portée? La crainte de chevauchements sémantiques est quasi permanente quand il s'agit d'aborder les mots comme sentiments, émotions, affects, affectivité, émotionnalité, états d'âme, sentiment corporel, sentiment d'existence, affectif, émotif, émotionnel, sentimental, ému, etc. ; sans doute en raison du fait que ces mêmes mots ces mêmes mots recèlent des contenus variables selon leurs usages dans la vie quotidienne comme dans les champs épistémologiques qui les emploient. Le chercheur veut saisir les outils d'une intellectualisation outrée comme une forme moderne de la mécanisation cartésienne. Comme la forme traduisant le fond, n'est-ce pas qu'au

[146] Revue en ligne Encyclopédie Universalis. Voir : http://www.universalis.fr/encyclopedie/analogie/

[147] Le propos suivant illustre bien ce fait : « l'épistémologue Gaston Bachelard écrit : ''Une science qui accepte les images est, plus que tout autres, victime des métaphores. Aussi l'esprit scientifique doit-il sans cesse lutter contre les images, contre les analogies, contre les métaphores.'' Lorsqu'on utilise des expressions comme « science victime » ou « un esprit qui lutte », s'agit-il autre chose que de métaphores? » (Hofstadter & Sander, 2013, p. 32).

tréfonds de l'expérience humaine, se révèlent l'impuissance de ces outils? Est-il possible de dépasser l'idée qu'il s'agit d'une défaillance? Malgré mon positionnement au début de ma recherche sur la hiérarchisation entre les termes 'émotion' et 'affectivité', les expressions 'dimension émotionnelle' et 'champ de l'affectivité', le second incluant toujours le premier, ce geste ne contredit pas l'émerveillement rencontré au fil de mes lectures devant la richesse des angles pris et des tentatives terminologiques pour en communiquer la teneur. Aujourd'hui, quand la « confusion » pointe son nez, je ne suis plus dérangé car je lui ai donnée un sens nouveau. Elle est l'expression d'une richesse pouvant altérer et affecter une vision anthropologique de ce phénomène, valider la présence d'une abondance à embrasser plutôt qu'à combattre.

1.2. Conséquences sur les champs sémantique, lexical et conceptuel : contrainte ou richesse par rapport à la formulation de ma question de recherche?

Dans quelles conditions les émotions se déclenchent-elles? Pourquoi se déclenchent-elles dans de telles conditions? Quelles fonctions remplissent-elles? (Rimé, 2005, p. 4). Voilà énoncées les formulations originelles du questionnement scientifique. Les premiers éléments de réponse aux questions de base posées par l'émotion - et qui irradient l'ensemble du champ de l'affectivité – ne se trouvent-ils pas dans la diversité sémantique, lexicale et conceptuelle qui s'y rattache. Est-ce l'ancrage éthologique et ethnologique de la recherche sur les émotions qui met à l'épreuve la linguistique? Un travail sur le plan du langage[148] est incontournable pour aborder le domaine qui m'intéresse. Il nécessite la clarté sur les distinctions et les alliances entre trois champs. Leur définition respective est éclairante sur la constitution-même de ma question de recherche et pour mon projet dans cette section. 1) **Le champ sémantique** est

> l'aire couverte par la ou les significations d'un mot de la langue à un moment donné de son histoire, c'est-à-dire, appréhendé en synchronie[149].

C. Fuchs poursuit en précisant que lorsqu'il y a *polysémie*, la description du champ sémantique impose de faire état tout à la fois

[148] Je projette que cette exigence est inhérente à la rigueur de la recherche, mais le domaine des émotions est réputé pour cette difficulté.
[149] Définition du mot sémantique dans la revue en ligne Catherine FUCHS, « CHAMP SÉMANTIQUE ET CHAMP LEXICAL », *Encyclopædia Universalis* [en ligne], consulté le 29 août 2014.
URL : http://www.universalis.fr/encyclopedie/champ-semantique-et-champ-lexical/

> de la parenté de sens et des différences entre les significations du mot, (…) en terme de noyau de sens commun et de différences liées à la diversité d'emplois en contextes » (Ibid.).

2) **Le champ lexical** qualifie un ensemble de termes lexicaux entretenant entre eux certaines relations sémantiques. Il peut s'agir de relations de synonymie - et dans le cas qui nous intéresse - , comme « émotion » et « sentiment », ou « affecter », « altérer » et « émotionner », de relations d'antonymie (comme « positif » et « négatif », « visible » et « invisible », « objectif » ou « subjectif »), ou plus largement de caractéristiques sémantiques qui permettent de regrouper les mots considérés sous un même intitulé générique comme « émotions », « affects », « sentiments », « états d'âme » que l'on peut regrouper dans la famille des états psycho-affectifs et qui constituent la 'famille' de l'affectivité. 3) **Le champ conceptuel** désigne l'aire des concepts couverte par un mot ou un groupe de mots[150].

Avec l'appui de ces informations, nous pouvons comprendre une évolutivité inhérente aux 'époques' traversées par l'étude de l'émotion comme celle de l'affectivité. Une visée à rebours montre que ces concepts sont tout autant traversés par des 'époques' et portent en eux la mémoire d'une histoire. En envisageant ce tissage en réciprocité, on peut derechef s'incliner devant la polysémie des termes émotion et affectivité ou d'autres mots et expressions en lien avec eux. L'inscription sémantique historique et emblématique du mot 'pulsion' est un bon exemple pour illustrer l'illusoire innocence des mots et de leur usage. Si j'utilise le mot 'pulsion' dans cette thèse, le lecteur ne l'associera-t-il pas à la définition que lui attribue Freud ?

Le projet de clarifier et de me positionner quant à l'usage de certains termes du champ des émotions - je devrais dire, des champs - s'aligne sur la délicatesse de l'expérience émotionnelle et du champ de l'affectivité que je cherche à élucider ; expérience liée à un phénomène régissant les fondements des comportements sociaux. Il n'y a pas un seul langage mais bien *une multitude de langages créés pour servir des angles d'approche de l'objet* en question. En explorant l'histoire de la recherche sur les émotions, j'ai découvert comment l'usage des mots pour désigner tantôt les manifestations intra ou inter personnelles liées aux états émotionnels, tantôt leurs expressions et leurs fonctions sociales ou l'étude de ce qui les stimule, élargit le spectre compréhensif de l'expérience émotionnelle et du champ de l'affectivité humaine. La

[150] Historiquement, les premières études dédiées aux champs, dans les années 1920-1930, ont été présentées dans une perspective plus ethnologique et anthropologique que véritablement linguistique et elles portaient en réalité sur des champs conceptuels (*Ibid.*).

diversité lexicale que l’on déplore parfois a une fonction dont on ne regarde pas assez la pertinence. Par exemple, le fait d’avoir décortiqué l’émotion en plusieurs phases – déclenchement, commentaire et amortissement - chez Quarty et Renaud (1971) – a introduit des associations de mots formant des expressions nouvelles apportant de nouveaux concepts comme : ’épisode émotionnel’, ‘économie émotionnelle ou affective’. Toujours en guise d’exemple, certains chercheurs en neuropsychologie qui s’intéressent à la douleur ont proposé que la douleur soit une catégorie de l’émotion. Ce mouvement a fait naître un champ lexical inédit avec des expressions comme « émotion-choc » et « douleurs-émotion forcée » (*Ibid.,* p.84). Voici une illustration rapide de la richesse apportée par l’introduction de nouvelles notions par un secteur scientifique spécialisé et ajoutant une sémantique à une polysémie existante. A l’évidence, on observe une dissection de l’émotion car elle concerne une multitude de champs. Ce phénomène n’explique-t-il pas en partie la présence des chevauchements sémantique, conceptuel et lexical?

Ma thèse s’inscrit dans un champ de la recherche en sciences humaines et sociales dont un des principes exploratoires est l’analyse qualitative « définie comme une démarche discursive de reformulation, d’explicitation ou de théorisation de témoignages, d’expériences ou de phénomènes » (Paillé & Mucchielli, L'analyse qualitative en sciences humaines et sociales, 2012, p. 11). Tout mouvement herméneutique et heuristique propre à ce type de recherche qualitative n’en traîne-t-il pas un phénomène générique auquel s’ajoute celui spécifique de l’émotion ? Ma question de recherche :

> Qu’apportent les explorations théoriques et les vécus phénoménologiques du Sensible à la compréhension de la dimension émotionnelle et affective en psychopédagogie perceptive ?

est concernée par ce que je viens de développer. A ce stade de ma recherche théorique, je découvre des enjeux réels d’ordre sémantique, lexical et conceptuel. Ils présentent à mes yeux une richesse tout en exigeant de ma part une vigilance pour expliciter les espaces où mes choix seront à assumer. Je n’ai pas la prétention d’éviter cet achoppement récurrent chez des chercheurs bien plus chevronnés que moi et à la faveur de certaines positions prises à l’intérieur de cette communauté, je vais plutôt essayer de tirer profit de cette difficulté.

1.2.2 Dépassement possible de la contrainte sémantique

1.2.2.1 Dispositifs de recherche et créativité

> Le champ affectif de la vie quotidienne est difficile à saisir. Le vocabulaire des émotions est très riche, on en a recensé plusieurs centaines en langue anglaise, et, on peut en relever jusqu’à 150 en français. Beaucoup de mots donc pour parler de ce que l'on connaît mal et qui pourtant anime chacun de nous quotidiennement. (Closier, 2006)

Je reprends la réalité discutée précédemment en la regardant depuis d’autres rives, ce qui me permet d’enfoncer le clou en quelque sorte. Une ou l’autre des données de l’histoire - toujours dans ma ligne de mire - nous renseigne sur l’évolution des dispositifs de recherche pointant l’objet « émotion » qui n’en finit pas de glisser entre les doigts de ceux qui voudraient définitivement étouffer ce qu’il génère. Dès son origine, et qui a le plus longtemps prévalu dans les pratiques scientifiques, le devenir de l’émotion s’est bâti sur une interrogation du corps. Le langage quotidien illustre cet attachement au corps et à sa physiologie : le cœur brisé, les nerfs à fleur de peau, la gorge serrée, la peur au ventre, etc. L’investigation des processus psychobiologiques et l’expression de leurs manifestations corporelles a régné jusque dans les années 1970-80 (Despret V. , 1999). Les sciences de l’émotion on construit l’objet en question dans des laboratoires. « Nous pouvons considérer comme intéressante la question des raisons qui ont mené l’émotion à devenir, pendant longtemps, fille de la biologie et hôte d’honneur du laboratoire » (*Ibid.,* p.53). On notera au passage que les grands noms de la recherche comme James, Canon, Mac Lean, etc. ont été des biologistes ou des médecins avant d’être des ’psychologues’ de l’émotion.

C’est la physiologie et la psychologie qui les premières semblent avoir généré en occident l’*a priori* que seules les études sur les réactions et processus physiologiques sont dignes de l’estime scientifique. On sait aujourd’hui que ce phénomène ne représente qu’une partie de l’expérience émotionnelle. Cette catégorie d’études a été souveraine dans le domaine de la recherche sur les émotions jusqu’à ce que les intérêts se soient tournés vers les interactions humaines et sociales, et par ricochet, tournés vers l’expérience vécue et la subjectivité. L’émotion est sortie du laboratoire…et des éprouvettes tout en gardant un arrimage dans ce cadre. La terminologie et l’épistémologie des émotions a suivi ce mouvement d’ouverture et un élargissement lexical et sémantique ne s’est pas fait attendre. Pour J. Closier, dans la communauté des chercheurs liée au domaine des émotions et de l’affectivité,

> les scientifiques eux-mêmes tiennent des discours qui peuvent paraître contradictoires, voire auto-contradictoires, comme si, dans ce domaine chacun, était libre de sécréter son propre savoir et de redéfinir termes et concepts, c'est ainsi que Kleinjinna et Kleinjinna (1981) ont recensé onze catégories de définitions des émotions ! ! (Closier, 2006, p. 3)

L'émotion en entrant de plein pied dans le 'social' a fait son apparition dans la sociologie. Pour Norbert Elias, « il y a une interdépendance étroite entre structures sociales et structures émotionnelles. C'est la structure de la société qui postule et cultive une certaine forme ou expression affective » (Elias, 1973, p. 292). Pour Despret (1999), au-delà de la « culture des émotions » se présente un mouvement des champs épistémologiques inhérent aux « émotions de la culture ». Sans jeu de mots, cette dynamique accompagne l'essor historique d'un objet lié de près à ma recherche (les émotions de la culture). Toute histoire est constitutive d'apparitions et de disparitions. L'émotion en tant qu'objet de recherche n'échappe pas à cette règle, elle a besoin d'un espace où se cultiver. Chaque espace sécrète son propre langage. La science a ses modes et certains champs disparaissent au profit de nouveaux, un 'style' sémantique cède sa place à un autre. Par exemple, la période du style computationnel a eu son époque de gloire. Le domaine des émotions et le champ de l'affectivité ne peuvent se soustraire aux tourments propres aux révolutions kuhniennes. Ainsi sommes-nous toujours en équilibre instable face à des langages et des concepts souvent contraints dans *le faire science* (Despret V. , 1999, p. 237).

Les émotions et l'affectivité sont des 'objets' qui vivent sous des formes diverses, des appellations variables qui prêtent à confusion. Ces formes montrent un phénomène étonnant et rare :

> une autre constatation nous livre une des raisons de cette situation confuse. Quand les savants ou les philosophes parlent d'émotions, ils n'hésitent pas à se mettre en scène, phénomène exceptionnel dans des textes où le souci d'objectivité et d'impartialité est habituellement de rigueur. Les auto-références personnelles, généralement considérées comme indésirables dans ce genre de littérature, sont pourtant ici très nombreuses, presque systématiques […]. (Closier, 2006, p. 6)

Dans cette section, j'ai voulu mettre en valeur des faits pour expliquer la dépendance de la recherche « émotion », « affectivité » aux structures qui l'accueillent. La pluralité de sa définition se joue en fonction des champs dont elle devient un produit (de la psychologie, de la neurobiologie, de l'ethnologie, de la sociologie, des théories de l'attachement à la maternologie, des neurosciences affectives, de la philosophie à la théologie, de l'informatique, etc.). Ce produit naît d'une culture propre à chaque épistémologie qui s'en empare. Mais, j'insiste avec V. Despret (1999),

l’émotion est aussi et en même temps, vecteur de ces cultures et créatrice de ces structures. Mon projet n’était pas d’énumérer tous les dispositifs de recherche sur les émotions depuis les premières investigations scientifiques, mais d’envisager à travers deux ou trois repères les liens entre la prolifération des propositions au cours de l’histoire et la richesse équivoque des termes à notre disposition.

Et c’est bien avec ce bagage que je pars à l’aventure exploratoire théorique mais aussi que pointe à l’horizon des éléments de la problématique de ma recherche.

1.2.2.2 La diversité : vers une nécessaire interdisciplinarité

Une visée ’spatiale’ et temporelle des champs de recherches sur les émotions et celui de l’affectivité montre qu’elles ont constamment gagné du terrain dans l’espace scientifique jusqu’à nos jours. Les raisons sont multiples : les émotions concernent la santé et contribuent tant au bien-être qu’à la dépression ou à l’anxiété. À l’école, dans tout enseignement ou en milieu professionnel, quand elles sont mal gérées, elles peuvent être à l’origine d’agressions, de violences et de conflits intra et inter-personnels. Dans les tribunaux, les juges et les jurés ne sauraient être insensibles à la détresse des victimes et cela pose des questions éthiques et déontologiques. En politique, les partis en abusent lors des campagnes électorales. Les émotions peuvent aussi se révéler décisives lors des négociations internationales. En art, elles sont non seulement sources de créativité, mais également induites par toutes les formes d’expression artistique. En économie, elles influencent les prises de décisions et la gestion du risque. En sport, elles décuplent ou paralysent les performances des athlètes. Dans la vie citoyenne, elles mobilisent la motivation et influencent le sentiment de responsabilité,… Bref, chacun peut allonger la liste de la diversité des secteurs concernés par le phénomène des émotions et une affectivité opérationnelle ou dysfonctionnelle. La prise de conscience de l’omniprésence et de la récurrence de problèmes faisant peser de lourdes menaces sur l’équilibre individuel, social, socio-professionnel, culturel et interculturel (Goleman D. , L'intelligence émotionnelle, 2003) a favorisé, depuis les années 1980, un mouvement interdisciplinaire rassemblant des pôles éloignés ou historiquement en conflit (comportementalistes et neurobiologistes, sociologues et cliniciens – philosophes et praticiens). De nouvelles alliances ont permis de potentialiser et de créer des champs de recherches dirigés par des scientifiques en relation avec des cliniciens, informaticiens, intervenants sociaux, etc., tous motivés pour en finir avec la dissection de la personne

humaine aux prises avec ses émotions, et probablement fatigués de voir le sujet lui-même de l'émotion dépecé de ses substances par l'éclatement qu'elle subissait. Pour ne donner qu'un exemple de regroupement de paradigmes à l'origine de nouvelles terminologies, citons les liens entre le stress et les émotions dans l'approche biopsychosociale chez Paulhan et Bourgeois (Paulhan & Bourgeois, 1998). Plus précisément pour les chercheurs qui ont introduit le concept de *coping*, (Lazarus, 1966; Lazarus & Folkman, 1984) l'intérêt pointait le retentissement émotionnel d'une situation et non plus seulement sa réalité objective ou le stress perçu dans l'adaptation à la difficulté. Ce nouveau modèle transactionnel issu de deux domaines théoriques et de recherche très différents, la psychologie du moi dans la tradition psychanalytique et l'expérimentation animale (*Ibid.)* illustre la fécondité de l'interdisciplinarité.

Le domaine scientifique actuel qui s'intéresse aux émotions est héritier de pratiques cliniques, de recherches, de modèles et de théories différentes dont certaines se sont métissées. Sans chercher à être exhaustif, je propose un fil conducteur qui sera ma façon de camper les premiers repères d'une investigation théorique à ma question de recherche.

2. MISE EN PLACE DE REPERES SEMANTIQUES

Selon V. Despret, la spécificité des sciences qui interrogent l'homme est qu'elles engagent, qu'elles vivent avec des risques qui nous font définir ce que nous produisons comme savoir en termes de problème et non de solution. Chacune d'elles s'inscrit dans un temps inséparable de ce qu'elle décrit et prescrit. Chacun des énoncées de ces sciences doit pouvoir être exposé au risque de l'objet visé, de la pertinence et du devenir des réponses proposées. Bref, tout savoir devient un savoir qui se partage et qui se met en risque du fait d'être partagé (Despret V. , 1999, pp. 35, 36). L'auteur décrit bien le climat que je rencontre dans mon investigation 'historico-ethnologique' des sciences des émotions et de l'affectivité.

Je me surprends à observer ma pensée travailler, ET mon corps, mon être en entier vivre des émotions, rencontrer des sentiments et des états d'âme. L'ensemble porte et fait naître en moi une sympathie grandissante à l'égard de l'histoire de la recherche sur les émotions qui lie en creux celle sur l'affectivité. En touchant des données inconnues et en me laissant affecter par des épistémologies bien diverses, je

constate l'enrichissement de mon rapport à ma biographie, je peux même dire, à ma bioethnographie[151]. « Touchant » et « affecté », cela veut dire un ensemble de gestes et de phénomènes bien concrets qui sont : chercher des auteurs ou toute autre source de connaissances, choisir de les consulter, lire, entendre et accueillir une abondance d'informations pour tenter de les déchiffrer parfois, comprendre ce que leurs auteurs ont voulu (me) dire (ou se dire à eux-mêmes) avec leurs mots et par leurs formes langagières. En fin de compte, un sens apparaît, une émotion naît, un savoir s'installe mettant de côté une pensée périmée, confirmant une intuition, déclenchant de nouveaux questionnements. Cette gymnastique qui ne se réduit pas à la pensée seulement, constitue une expérience bien vivante pour moi. L'appréhension d'une réalité et d'une subjectivité à ce niveau devient impliquante et porte ses résonances. Chemin faisant, dans mon esprit et dans ma chair se fait sentir une matière. Elle est une sorte de 'corps vivant' du parcours de vie d'un domaine de recherche et des hommes qui le peuplent. Aux détours de certains faits relatés, l'évocation et la compréhension de l'impact des vicissitudes jalonnant l'univers de ce domaine inscrit le chercheur dans une historicité et dans une appartenance en quête de racines et de liens. Le sentiment est une fois de plus au rendez-vous. En écrivant ces lignes, je vis un émoi. Le mouvement d'engagement dans cette recherche scelle en quelque sorte mon appartenance à une trajectoire historique en cours, à un devenir singulier-pluriel dont la possibilité ne peut se soustraire d'un passé dont je vais exposer les lignes principales et à ma manière.

Mon investigation débute par l'horizon étymologique ayant son histoire propre. Puis, je listerai des catégories sémantiques pour en détailler certaines ; je m'attarderai sur la variété des formes grammaticales constituant une originalité, mais aussi une difficulté à négocier. Parce que je m'intéresse à l'expérience émotionnelle et au champ de l'affectivité, je questionnerai les liens et différences sémantiques de ces deux termes. Je présenterai l'univers lexical et grammatical du champ qui nous intéresse. Je poserai des définitions relatives aux termes courants du vocabulaire de l'affectivité. Je finirai cette partie par une réflexion sur la 'personne émue' et les manières dont cette expression prend une place significative ou non dans le domaine de la recherche.

[151] Ce terme renvoie à la réalité de celui qui se trouve dans l'épreuve de sa rencontre avec des cultures différentes constituant, chemin faisant, une culture à part entière sur laquelle, plus ou moins consciemment il bâtit ses nouvelles références existentielles.

2.1. Émotion et affectivité : horizon étymologique

2.1.1 Émotion

« Émotion » : ce terme est imprimé dans la langue courante et à la mode dans bien des secteurs de la vie et on a du mal à imaginer son absence du dictionnaire français jusqu'au 16ème siècle (Huguet, 1946). Il apparaîtra dans le lexique français un siècle plus tard. D'un point de vue étymologique, l'émotion nous dirige vers une notion de mouvement : *Exmovere,* ou *esmouvoir*, le premier venant du mot latin populaire signifiant « bouger hors » alors que le second se traduit par : « mettre en mouvement ». On l'employait pour parler de l'agitation populaire jusqu'à la fin du 17ème siècle avec le terme *esmeute*. Dans une première évocation à la thymie, les termes *esmoy* ou *esmayn* renvoient au chagrin et à l'ennui. Pour Bloch et Von Wartburg, *émotion* dérive du terme motion, proche du sens analogue de celui de « mouvoir » (1986). Selon les recherches littéraires, les premières apparitions de ce mot datent de 1512 ou 1518 où il est entendu avec le sens de mouvement ou de trouble moral. Paul Rimé nous fait remarquer que « derrière cette signification, on peut déceler la notion d'un mouvement de type moral - inquiétude, mécontentement – qui possède une contrepartie dans un mouvement de type physique - agitation populaire » (Rimé, 2005, pp. 43, 44). Par la suite, il prendra la notion d'excitation et de trouble de l'économie animale. Plus tard selon Rey (1992), le terme renvoie également à un état de malaise physiologique (1580), puis à un trouble provoqué par l'amour (1645) (*Ibid.*). Il faudra attendre un Descartes avant-gardiste (1649) pour voir apparaitre dans *Les passions de l'âme*, le sens affectif et individuel auquel on se réfère aujourd'hui dans l'usage du terme *émotion* :

> Après avoir considéré en quoi les passions de l'âme diffèrent de toutes les autres pensées, il me semble qu'on peut généralement les définir comme des perceptions, ou sentiments, ou des émotions de l'âme, qu'on rapporte particulièrement à elle, et qui sont causées, entretenues et fortifiées par quelque mouvement de l'esprit. (Descartes, 1990, p. 57)

Dans la langue anglaise, le terme *émotion* et sa signification prennent racine dans la langue française. Il prend chez John Locke, le sens de mouvement, agitation ou perturbation au sens physique (1960).

Poursuivons notre recherche étymologique. Le mot émotion se réfère en grec ancien à *παθος* signifiant « passivité, « souffrance » et au verbe *πασχω* « souffrir ». Mais ces termes concernent également des notions comme : « affection, modification quelconque, ce qu'on ressent, ce qu'on souffre, désastre, accident, affliction, malheur,

maladie, maladie de l'âme, trouble, émotion vive » (Alexandre C. , 1886). Une autre étymologie grecque du mot émotion revient à au terme *sinkinésis* pouvant être décomposé en deux parties : *συν* (sin) – qui signifie *ensemble*- et *κινεση* (kinésis) qui veut dire *mouvement*. Dans cette étymologie, l'émotion est un mouvement qui lie deux objets, un acte de réciprocité entre deux mondes qui interagissent l'un sur l'autre. Avec l'émotion, nous sommes en présence d'un co-mouvement, d'une coprésence et d'une co-affection.

Un premier point sur le terme émotion nous apprend qu'il concerne une notion de trouble, de perturbation, caractérisé par un triple jeu, physique, moral et social. L'étymologie grecque complète son sens par une notion de passivité face à l'expérience qui est subie, mais aussi par la notion de co-mouvement sous la forme d'une interrelation et d'une influence réciproque.

2.1.2 Affectivité

Voici un terme souvent associé à l'émotion et dont l'étymologie est plus pauvre. Je n'ai pas trouvé dans la littérature de quoi satisfaire ma curiosité sur le terme *affectivité*.

> C'est dans un contexte relativement indécis, aux frontières entre la philosophie et la psychologie, que le terme « affectivité » apparaît dans la seconde moitié du XIXe siècle, avec l'équivoque de désigner tout à la fois le pouvoir d'être affecté et le « système » des « affects ». (Richir, 2014)

Dans la même famille qu'affection, le terme « affect » remonte à la seconde moitié du XVIIIe siècle. Cela confirme le décalage de plus de trois siècles avec le mot « émotion ». « Affectivité » se réfère à affection qui vient du latin *afficere* ou *affectus* et renvoie à la capacité à se laisser affecter. Le mot grec « συναισθηματικότητα » (sinesthimatikokita) définit la capacité d'éprouver/de sentir/de faire preuve de sentiments positifs ou négatifs. C'est la traduction ancienne et moderne de l'affectivité[152]. Son étymologie vient du mot συναίσθημα (sinesthima), qui désigne le sentiment.

[152] D'après le dictionnaire d'étymologie de la langue grec moderne de G. Babiniotis.

2.2 Des catégories sémantiques : la constitution d'un vocabulaire spécifique

Pour le phénoménologue tchèque Y. Patocka[153], amoureux du langage et de la phraséologie[154], interpelé par le rôle de la langue dans la représentation du monde,

> chaque langue produit une impression spécifique qui, prise dans son ensemble et soumise à une interprétation pertinente, offre une abondante source d'indications à celui qui veut en connaître le fond. La physionomie d'une langue est aussi importante et symptomatique que la physionomie d'un homme. C'est elle qui fait que telle langue affine, ennoblit, élève, tandis que telle autre alourdit, que telle donne à tout ce qu'elle exprime une cadence lente, telle autre un rythme accéléré. Tout cela repose sur la donation intérieure de sens qui est l'artère vitale du langage. (1991, p. 18)

Métaphoriquement et expérientiellement, cette citation s'applique à la réalité culturelle et linguistique rencontrée dans les champs spécialisés de la science. Le champ de recherche qui m'intéresse n'échappe pas à cette règle.

2.2.1 Une terminologie relative au « sentir », au « penser » et à « l'agir »

La simple observation des langages et des langues occidentales montre le jeu des alliances entre émotion, cognition et action. Sous l'influence de Descartes, et bien avant lui, certains penseurs grecs comme Platon, l'articulation, le chevauchement ou l'opposition entre le SENTIR, le PENSER et l'AGIR se sont constitués comme un pivot d'une problématique qui a des portées sémantiques qu'il ne faudrait pas sous-estimer. Que les émotions aient à voir avec le corps est un fait qui n'est plus discuté. Les prises de positions relèvent davantage de la chronologie de sa présence dans leur émergence, la façon dont elles se montrent et peuvent se maîtriser.

> Une bonne part de nos sciences considère le corps non seulement comme lieu d'expression, mais plus encore comme le seul lieu fiable qui permette de comprendre et de définir les émotions envisagées comme processus. (Barbier & Galatanu, 1998, p. 58)

La situation est plus complexe qu'il n'y paraît. « Sentir une solution » fait référence à un jugement et pourtant se nomme à travers un sentir ; « revenir (ou ramener) quelqu'un à de meilleurs sentiments » est commenté dans les dictionnaires comme « changer ou faire changer quelqu'un d'avis » et donne au mot 'sentiment' le sens de jugement. Disons encore : « mettre du cœur à l'ouvrage » évoque une mise en

[153]Extrait tiré de l'ouvrage *L'écrivain, son objet.*

[154] Ensemble des tournures typique d'une langue, soit par leur caractères idiomatiques, soit par leur fréquence. Ce phénomène s'attache également aux tournures spécifiques d'un milieu, d'une époque ou/et d'une discipline.

action alors qu’ « être écœuré » appelle un état, « j’ai du cœur pour cela ou pour cette personne » traduit un attachement et renvoie à un fait affectif, « je fais cela par cœur » évoque une action purement cognitive liée à la mémoire. J’ai « la gorge nouée », « l’estomac serré », « les jambes coupées » nomment des régions du corps atteintes par l’émoi, mais aussi une expression du corps lui-même nommant une disposition psychologique ou d’action/inaction. Dans ces exemples, la zone sémantique des affects, celle du cognitif ainsi que celle de l’agir sont bien proches.

> Nous constatons que le sujet ou l’objet de la connaissance est inversé, faisant du sujet cognitif, un sujet affectif et expérientiel (…). Le développement des sciences cognitives (…) tantôt ignore l’espace affectif (l’interprétation d’une situation détermine le type d’émotion), tantôt intègre l’affectivité comme une partie intégrante de la cognition. (…) D’autres courants font valoir au contraire la prévalence des affects sur la cognition. (*Ibid.*, pp. 45-46)

Le concept d’intelligence émotionnelle (Goleman D. , L'intelligence émotionnelle, 2003; Petrides & Furnham, 2003) illustre un modèle d’intégration grand public d’une mise en lien entre ces trois dimensions (sentir, penser et agir). En effet, l’intelligence émotionnelle renvoie à trois types de capacités qui sont la perception et l’appréciation chez soi et chez les autres des émotions, leur régulation sous la forme de réajustement attentionnel, intentionnel et physique, puis leur utilisation pour la régulation de problèmes. (*Ibid.*)

2.2.2 Un contexte épistémologique chaotique

Dès le XVIIème siècle, à leur manière, Malebranche et Spinoza ont établi que le vocabulaire des émotions était défaillant et qu’il ne saisissait au mieux qu’une partie de la vie affective. (Dumouchel, 1999, p. 76). Plus proche de nous, d’autres auteurs considèrent le phénomène des émotions et de l’affectivité comme intrinsèquement problématique au niveau conceptuel (Kirouac, 1992; Dumouchel, 1999; Despret V. , 1999; Rimé, 2005; Richir, 2014). Le vocabulaire des émotions renvoie à des réalités multiples, par exemple, celle du stimulus, de l’expérience subjective ou de la phase d’un processus de coordination. Les mots décrivent alors une réponse adaptative à des niveaux différents (biologiques, psychologiques, neurophysiologiques, sociaux et culturels). Comme je l’ai déjà évoqué, « il est peut-être rentable de ne pas avoir des exigences trop strictes pour l’élaboration d’une définition de l’émotion, compte tenu du stade de développement du domaine » (Izard, Kagan et Zajonc cités par Kirouac 1992, p.25). Les deux dernières décennies n’ont pas montré d’évolution à ce niveau. C’est

dans ce contexte épistémologique un peu chaotique que je vais poser les premiers repères du vocabulaire qui seront utilisés et rencontrés dans cette recherche.

2.2.3 L'univers lexical et grammatical du champ des émotions et de l'affectivité

2.2.3.1 Recensement des appellations et des formes grammaticales

En étudiant de plus près le vocabulaire relatif à l'émotion et au champ de l'affectivité, nous pouvons lister une multitude d'appellations. Je n'épuiserai pas leur nombre, mais on peut recenser les plus courantes en les classant suivant leur structure grammaticale. Nous avons: (1) des substantifs, comme émotion, émoi, affect, passion, affection, sentiment, humeur ; (2) des adjectifs, comme touché, émotionné, ému, affecté, altéré ; (3) des participes présents comme affectant, altérant, dont certains sont devenus des adjectifs à part entière comme émouvant, touchant, émotionnable ; (4) une autre catégorie de substantifs qui se réfèrent à une propriété, à une disposition ou à une sensibilité comme l'affectivité, l'affectibilité, l'émotivité, la passivité, ; (5) des verbes : affecter, altérer, émouvoir, émotionner qui évoquent un agir. Enfin, (6) j'ai repéré des associations de mots constituant des expressions à part entière, telles que, par exemple : « état affectif », « état d'âme », « âge sentimental », « épisode émotionnel », « conscience affective », « valeur affective », « la vie affective », « économie affective », « habileté émotionnelle », « intelligence émotionnelle », « compétences émotionnelles », « sentiments corporels », « tonalité affective », « connectivité émotionnelle », « attention émotionnelle », « créativité émotionnelle » « congruence émotionnelle » « valence affective ». Toutes ces expressions désignent des concepts, des notions et des cadres d'expériences. Elles portent des significations particulières suivant les écoles de pensées et les contextes culturels.

2.2.3.2 Premières définitions possibles au sein d'une terminologie classique

Il est entendu que les conceptions populaires comme celles de l'approche scientifique tendent à utiliser de manière interchangeable certains concepts qui ne se réfèrent pas obligatoirement aux mêmes contenus. Il importe de préciser les axes organisateurs en ce qui concerne les significations à attribuer aux termes qui décrivent le domaine de l'affectivité humaine pour ma recherche. Je vais cibler certains d'entre

eux, essentiels à mes yeux à ce moment de ma recherche. En préambule, je donnerai une définition des états affectifs pour introduire celle de l’émotion. Suivront d’autres appellations à définir, les plus courants au sein d’une terminologie classique dans le sens qu’ils ne concernent pas les termes techniques du jargon philosophique, phénoménologique, psychiatrique ou neurobiologique, etc. Certaines définitions plus techniques seront données lors du développement historique alors que d’autres viendront au fur et à mesure de mon exploration théorique.

- Les états affectifs

Pour Paul Rimé, l’émotion prend place au sein d’un ensemble de manifestations identifiées comme des « états affectifs » (2005, p. 50). Les « états affectifs » recouvrent deux caractéristiques principales : leur installation est automatique dans le sens qu’elle s’impose au sujet et qu’il n’est pas facile de les modifier, et d’autre part, elles comportent deux tendances générales, soit le plaisir, soit la peine. Sous l’expression « états affectifs » cet auteur réunit les émotions, les sentiments, les humeurs, le tempérament, les troubles affectifs et les préférences. (*Ibid.)* Dans ce qui suit, je me cantonnerai à préciser les caractérisations de l’émotion, du sentiment, de l’humeur, de l’état d’âme, et de l’affectivité. En préambule, il est possible de poser des distinctions sémiologiques pour certains de ces termes. Elles permettent une première ébauche de sens les concernant. L’émotion est plutôt « phasique » dans le sens où elle est une réaction plus ou moins aigüe et transitoire. Pour Damasio, le sentiment serait plutôt une composante interprétative et donc cognitive de l’émotion (2005). L’humeur serait plutôt « tonique » dans le sens qu’elle constitue un terrain sur lequel s’exprime une tendance. L’émotion est dirigée vers quelqu'un ou quelque chose comme le sentiment alors que l’humeur et l’état d’âme n’ont pas de référent clairement établi et peuvent être compris comme des états de flottement libre, sans but (je peux me ressentir mélancolique sans savoir pourquoi). Il peut en être de même pour l’affect. Ce dernier n’est pas simplement un jugement de moralité et une caractéristique nécessaire de l’émotion, il correspond à un état dans lequel la personne se trouve, sans que l’on puisse certifier son commencement ou sa fin.

- L'émotion ou les émotions !

Les émotions proprement dites
sont les joyaux de la régulation vitale.
Damasio

L''émotion' appelle des champs sémantiques particuliers lorsqu'elle est employée au singulier. Étrangement, accordé au pluriel, ce terme se réfère à des contenus sémantiques communs et différents. Commençons par l'émotion. Pour un grand nombre d'auteurs, elle est à la fois une sensation et un état mental. L'émotion recouvre un système de réponses à un stimulus à trois composantes : les réactions physiologiques, les réactions comportementales et expressives, les réactions cognitives et expérientielles de ces éléments. (Frijda, 1986; Scherer, 1984; Luminet, 2002; Closier, 2006; Cottraux, Thérapies cognitives et émotions, 2007). Dans ce premier repère, on notera qu'émotion se réfère à réaction et en cela, elle rejoint son sens étymologique. Pour Rimé, une émotion est « une *structure préparée de réponses* qui intervient de manière automatique dans le cours d'un processus adaptatif » (Rimé, 2005, p. 52). On découvre ici la dimension d'adaptation de l'émotion. Cette dimension s'organise autour de deux axes : la *valence* et *l'activation.* La valence se représente sur un axe à deux polarités opposées, « agréable » et « désagréable ». L'activation, parfois appelée 'implication émotionnelle', rend compte de la position sur un autre axe de polarités opposées, « forte » et « faible ». Les différentes formes d'émotion prennent place sur cette aire bidimensionnelle. L'émotion peut être définie par l'expression, le contrôle et l'éducation de vécus intra-personnels plus ou moins manifestés sous des règles socialement et culturellement codées (Berthoz & Jordan, 2004; Dumouchel, 1999; Boquet, 2003; Barbier & Galatanu, Action, Affects et transformation de soi, 1998; Despret V. , 1999).

L'*émotion* est un état affectif émergeant, dans le sens où il est de très courte durée - entre une demie et quatre secondes selon Paul Ekman (2010)-, et qui peut prendre une allure paroxystique autant physiologiquement par des réactions du système neurovégétatif (accélération du rythme cardiaque, élévation de la pression sanguine, sudation, contraction de différents tissus du corps, etc.) que performativement par des expressions du corps et en particulier, celles du visage (Rimé, 2005, p. 55). Pour Ekman, l'émotion est un état mental parmi d'autres dont la particularité est de faire savoir aux autres ce qui se passe en nous ; elle est un signal, une appréciation

automatique. Ce qui caractérise l'émotion encore, c'est « le manque initial de conscience quand on la ressent »[155] (Dalaï-Lama, 2008, p. 72). Compte-Sponville nous offre une formule par comparaison. L'émotion désigne un affect momentané, qui nous meut plus qu'il nous structure comme le ferait un sentiment ou qu'il ne nous emporte comme le ferait la passion (Compte-Sponville, 2013).

Dans la littérature consultée pour ma recherche, les deux formulations : émotion et 'les émotions' cohabitent constamment. Il m'a été difficile de déterminer les motifs de la préférence de l'une ou l'autre de ces deux formulations. L'usage du pluriel renvoie le plus souvent à la préférence positive ou négative, à l'existence d'un phénomène social ou culturel. On trouve rarement la formulation 'émotion négative' et presque toujours 'émotions négatives', 'émotions destructrices' ou 'émotions positives'. Enfin l'usage du singulier semble être réservé à un regard processuel et analytique de ce phénomène.

- Le sentiment

Si les repères sémantiques de l'émotion sont nombreux et contradictoires dans la recherche contemporaine, il revient à Damasio d'avoir éclaircit sa distinction avec le sentiment. Le *sentiment,* qui fait intervenir la cognition et la réflexion du sujet, est un processus cristallisé dans le temps. Proche de l'émotion, A. Damasio l'a baptisé « émotion secondaire » (Damasio, 1995; 2005). Selon cet auteur, les sentiments se jouent sur le théâtre de l'esprit, ils sont des « perceptions composites de ce qui se passe dans notre corps et notre esprit quand nous éprouvons des émotions. (Damasio, 2010, p. 137). Pour S. Landry (2007), par contraste aux émotions, les sentiments sont des réactions affectives de plus longue durée. Ils interviennent dans la socialisation, les motivations et la construction des actions individuelles et collectives. Comme les émotions, les sentiments sont de l'ordre de la psychologie individuelle, collective et

[155] Cette appréciation est controversée par les expérimentations auprès de personnes expertes en introspection ou en méditation et ce dans différentes pratiques dont la psychopédagogie perceptive. En effet, un nombre grandissant d'études témoignent de dispositions perceptives et attentionnelles extra-ordinaires – au sens littéral du terme - chez certains méditants (Depraz, 1999 ; 2004 ; Bois, 2006 ; 2007 ; Humpich, 2007 ; Riccard, 2013 ; Midal, 2013 ; 2014). Dans mon étude de mestrado, les témoignages montrent que les experts en psychopédagogie perceptive ont la capacité de capter les manifestations physiologiques dès le stimulus de l'émotion alors que classiquement ces vécus sensoriels ne sont repérés qu'au moment du commentaire physique de l'émotion (rougeur ou blêmissement au visage, tremblement ou sudation, etc..) ou encore dans sa phase d'amortissement.

groupale[156]. Différent de l'affect qui est centré sur ce qui est primairement ressenti, le sentiment fait référence à la composante expérientielle de l'émotion.

- L'humeur

On se réfère souvent à la durée pour distinguer l'humeur des autres états affectifs. L'humeur est un phénomène que Damasio a désigné comme une « émotion d'arrière- plan » (Damasio, 2005), c'est-à-dire, un fond stable sur lequel vient s'ajouter et s'organiser les émotions et les sentiments. L'humeur est un phénomène plus intra-personnel dont la durée peut varier de quelques minutes à quelques semaines. Son intensité subjective est moindre que le sentiment ou l'émotion, ce qui explique la difficulté à désigner son origine pour celui qui la vit : son déclenchement et son extinction restent plus flous que les états affectifs cités précédemment. L'humeur est autonome à toute intentionnalité du sujet qui la 'subit'. Retenons aussi que l'humeur renvoie, au-delà de sa compréhension en psychologie populaire de la bonne ou mauvaise humeur, à une réalité bio physiologique de fond pouvant changer les propriétés du traitement des informations. Le terme « humeur » alterne parfois avec celui de « thymie ». Une humeur ou une thymie joyeuse, colérique ou dépressive colorent le rapport à nos pensées, nos émotions, nos sentiments et aux événements de notre existence ; elle module les processus cognitifs. Pour de nombreux chercheurs, une humeur positive facilite la flexibilité des réponses de l'individu et favorise les réponses créatives (Luminet, 2002; Gardner, 2001; Csikszentmihalyi, La créativité, 2009).

Bien que ne faisant pas partie intégrante de sa définition, l'humeur participe à ce que Davidson (2009) appelle le *style affectif* qui se rapproche beaucoup du tempérament (Luminet, 2002, p. 37). On comprend alors que l'humeur peut avoir une influence sur *le seuil de déclenchement* des types d'émotions qui possèdent un contenu proche d'elle. Par exemple, un état d'humeur irritable favorise la venue de la colère et l'humeur joyeuse favorise l'enthousiasme. L'humeur interfère donc avec le processus habituel de régulation émotionnelle. Elle est la toile affective sur laquelle d'autres faits affectifs se constituent ainsi qu'une forme de flot des sentiments ou « *stream of affects* » (Watson et Clark, cité par *Ibid.* p.40). Le poète Fernando Pessoa décrit une expérience qui illustre et complète les balises sémantiques sur le terme de l'humeur :

> Je m'aperçois que, sans le vouloir, je me suis mis à réfléchir sur ma vie. Je ne m'en suis pas aperçu, mais c'est ainsi. J'ai cru que je ne faisais que voir et

[156] (Landry, 2007, pp. 257-307).

> entendre, que je n'étais rien d'autre, durant tout ce parcours oisif, qu'un réflecteur d'images reçues, un écran blanc où la réalité projetait couleurs et lumières au lieu d'ombres. Mais j'étais bien plus, sans le savoir. J'étais aussi l'âme qui se dérobe et se refuse, et cette action même d'observer. (Pessoa, 1988, p. 55)

Ces lignes me permettent la transition vers la caractérisation de l'état d'âme.

- L'état d'âme, les états d'âme

Le concept d'état d'âme n'est pas courant en psychologie scientifique et encore moins en bio-physiologie. Il est employé abondamment dans la poésie – on l'a vu plus haut – et dans le sens commun. Pour le psychiatre C. André (2009), c'est pourtant une réalité psychologique dont le concept est opérant et utile pour aborder et décrire la vie affective. Les états d'âme sont « des contenus mentaux, conscients ou inconscients, mêlant états du corps, émotions subtiles et pensées automatiques, et qui vont influencer la plupart de nos attitudes » (André, Les états d'âme. Un apprentissage de la sérénité, 2009, p. 20). Ils sont un mélange riche et parfois compliqué, impur et labile, toujours recommencé, de pensées ou d'émotions, de corps et d'esprit, de dehors et de dedans, de présent et de passé. Le sentiment d'arrière- plan convient aussi pour désigner un phénomène 'cousin' de celui de l'humeur.

- L'affectivité (et affects, affection, vie affective)

Le concept d'affectivité est au croisement de la philosophie, de la médecine et de l'expérience religieuse. Il se réfère à la capacité à se laisser toucher, se laisser affecter ou à être affecté. L'affectivité est un aspect fondamental de la vie psychique qui recouvre l'ensemble des vécus éprouvé par un individu sur le plan de l'humeur, des sentiments, des émotions et des motivations[157]. Dans une version liée à la tradition psychanalytique, l'affectivité rassemble les affects comme « expression qualitative de la quantité d'énergie pulsionnelle et de ses variations » (Laplanche & Pontalis, 2004). Le terme d'affectivité désigne la faculté d'exprimer une sensibilité en réponse à un stimulus (externe ou interne) et regroupe l'ensemble des réactions psychiques de l'émotion, du sentiment, de l'état d'esprit ou d'un état d'âme.

Certains auteurs distinguent deux dimensions de l'affectivité. L'affectivité de base ou *holothymie* rassemble les réactions vitales (faim, soif), les émotions, l'humeur,

[157] Cette définition est inspirée du Dictionnaire de la Psychiatrie des éditions du CILF. Voir : www.cilf.fr

les pulsions. Une deuxième dimension de l'affectivité nommée *catathymie*[158] concerne des sentiments plus élaborés. Ces derniers résultent de processus cognitifs ou sociocognitifs liés à des faits affectifs plus ou moins traumatiques. On y trouve les sentiments, les appréciations et les préférences (Dorze, 2001, p. 132). On devine le sens déterminant de ces deux termes dans les conduites humaines et sociales de survie.

Dans le langage courant, l'affectivité renvoie à un processus ou à une catégorie de faits mentaux, alors que l'émotion tend à signifier davantage un vécu, une expression, une expérience. L'affectivité, c'est une sorte de 'valise conceptuelle' contenant l'ensemble des états et des faits affectifs et dont j'ai posé les repères pour certains d'entre eux (émotion, sentiments, humeurs, états d'âme).

L'étymologie du mot affect – *affectus* –, un mot cher à Spinoza (conatus) comme à Freud (affect, quantum d'affect), renvoie au changement, au passage d'un état à un autre, et au dynamisme qui en découle. Ce terme, comme celui de l'émotion, a reçu différentes définitions en fonction des courants de recherche qui l'ont utilisé. La définition du DSM IV montre à merveille la juxtaposition et l'entrelacement sémantique qui à mes yeux apporte plus de confusions que d'éclaircissement : « l'affect est un ensemble de comportements observables qui expriment un état émotionnel subjectivement éprouvé (émotion). »[159]

Pour Pagès (1986) cité par Closier (2006, p.11), les états affectifs sont l'humeur, le tempérament, les troubles émotionnels ou les préférences. Ces états affectifs connotent la manière d'être au monde des individus (névroticisme ou extraversion pour le tempérament, dépression, manies ou phobies pour les troubles émotionnels, affects négatifs ou positifs pour l'humeur, attirance ou rejet pour les préférences) (Rimé, 2005, p. 55).

L'étymologie du mot affection - *affectio* (rapport, relation, influence) et *affectare* (faire des efforts vers, tenter) – désigne à la fois le sentiment de tendresse et d'attachement vis à vis d'une personne ou d'un objet et dans le jargon médical, les processus en relation avec une maladie sans être en lien avec sa cause.

---

[158] « Catathymie » vient du grec, « cata » se traduit par « conforme à » ; le mot « thymos » signifie le mouvement, le cœur, le sang, l´âme, la force vitale, l´émotion, le mot « katathymios » désigne les choses qui nous préoccupent ou qui nous tiennent à cœur. Voir : http://www.definitions-de-psychologie.com/fr/definition/affectivite.html

[159] DSM-IV, Manuel diagnostique et statistique des troubles mentaux ("*Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders*"), publié par l'*American Psychiatric Association*.

La *vie affective* peut être définie comme l'ensemble de quatre types différents d'événements affectifs : les émotions, les sentiments, les humeurs, et les heurs (bonheur et malheurs). Mais la vie affective concerne d'autres secteurs puisqu'elle participe au processus de motivation, de décision [160] et à la construction des relations interpersonnelles et sociales[161]. Il semble difficile d'imaginer une vie humaine sans vie affective.

- La notion « d'homme ému » : quelle place dans la recherche?

À l'issue de mon investigation dans la littérature, je partage un étonnement face à une quasi-inexistence de formulations évoquant le sujet lui-même, c'est-à-dire la présence d'expression reliant émotion, affection (et sentiment) à la personne, au sujet, à l'homme comme par exemple : « personne affectée », « personne émue », « homme ému ». Je me souviens avoir lu et m'être émerveillé devant l'expression « le sujet ému » dans une note discrète au sein d'un ouvrage ou d'un article de Francisco Varela[162] et m'être dit :

> enfin, nous touchons à quelque chose d'essentiel dans la manière de concevoir la recherche sur cette dimension fondamentale de l'humain.

L'expression *sujet ému* se trouve également dans l'ouvrage de Paul Dumouchel (1999, pp. 16, 32). Récemment, j'ai repéré les expressions « corps ému » et « homme ému » dans un ouvrage collectif : *Que cachent nos émotions?*, publié en 2007, qui traite des interactions engendrées par les émotions, avec de multiples sujets et débats qui intéressent autant la personne physique que la vie en société (Haggar, 2007)[163]. En dehors de ces trois sources, je n'ai trouvé nulle part ces expressions. Elles sont donc rarissimes dans le jargon de la recherche sur les émotions et le champ de l'affectivité, et ce, tout au long de son histoire. Dans la ligne de Patocka, j'ai la croyance que la terminologie et le vocabulaire employés 'trahissent' la disposition de fond, l'attitude et la posture du chercheur. Parler de la « personne affectée », de « l'homme ému », c'est assumer un alignement particulier face à une tendance ou à une mode au sein de la culture qui définit des normes. En allant plus loin dans ma pensée, je fais l'hypothèse -

[160] (Berthoz & Jordan, 2004; Berthoz, 2003; André, Les états d'âme. Un apprentissage de la sérénité, 2009; Dalaï-Lama, La voie des émotions- Entretien acec Paul Ekman , 2008; Damasio, 2010)
[161] (Barbier & Galatanu, 1998; Basset, 2013; Despret V. , 1999; Cottraux, 2007; Rimé, 2005)
[162] Hélas, je reconnais ne plus trouver la référence bibliographique de cette expression ! J'assume cette lacune en ne renonçant pas à évoquer ce fait littéraire que je ne peux justifier comme il se doit.
[163] Heureuse coïncidence, en écrivant ces lignes au sujet de l'homme ému, je réalise que la même année (Humpich, 2007), j'avais présenté ma recherche de Mestrado dont les résultats ouvraient sur la notion d'homme ému, justement.

souvent confirmée par l'expérience - que le langage tantôt conditionne, enferme ou libère le précieux de ce que l'objet qu'il désigne peut révéler au monde. Pour finir l'ébauche d'un lexique du champ de l'affectivité, je ne résiste pas à proposer l'extrait d'un chapitre intitulé : L'homme ému : Comment les émotions habitent nos vies dans l'ouvrage « Que cachent nos émotions » (Breuvart, 2007). J'y vois l'hommage à la personne affectée, à l'homme émotionné. J'avoue l'expérience d'un profond apaisement à cette lecture car des lignes dans cette tonalité sont rares parmi toutes celles que j'ai pu parcourir lors de mon exploration dans les approches classiques de la recherche sur l'émotion :

> En faisant de l'émotion une substance biologique, les naturalistes travaillent sur un artefact, ils font de notions de sens commun (la joie, la tristesse, etc.) des réalités matérielles à retrouver dans les mécanismes neurologiques ou hormonaux. Il n'y a pas un homme qui « exprime » la « joie » mais *un homme joyeux*, avec un style propre, ses ambivalences, sa singularité. Non pas un homme qui « exprime » sa détresse mais *un homme en deuil ou meurtri* par les événements. Les approches biologiques buttent sur le dualisme (l'homme d'une part, l'émotion de l'autre comme un état indépendant), l'ambiguïté de la notion d'expression (qui? exprime quoi?), et l'outrance de leurs schèmes d'analyse des visages censés « exprimer » l'émotion. Au double sens du terme, elle est naturalisée. Et l'on recherche des mimiques faciales qui lui correspondent comme si elle était une quantité finie et sans équivoque, détachée de l'acteur social. Ces travaux *distinguent également de manière arbitraire le visage du reste du corps,* ils négligent la multitude de signes qui concourent au sentiment éprouvé. Comme si la joie, par exemple, n'était pas accompagnée de regard, de parole, d'intonation particulière, et n'impliquerait aucun mouvement des mains, des bras, du buste, etc. ; mais produisait un simple jeu d'unités musculaires agitant la face. Leur joie paraît singulièrement imprégnée d'autisme, ou, au minimum, d'une singulière abstraction. À vouloir les fixer en un schéma simple, en une sorte de portrait-robot qui épure à l'extrême toutes les objections possibles, les émotions ne se retrouvent plus nulle part, abstraites, dépouillées du visage qui les dessine, elles ont la dérision d'un croquis voulant s'imposer au paysage.
>
> Les sentiments et les émotions ne sont pas des substances transposables d'un individu et d'un groupe à l'autre, ce ne sont pas, ou pas seulement, des processus physiologiques dont le corps détiendrait le secret. Ce sont des relations. (…) L'émotion est à la fois interprétation, expression, signification, relation, régulation d'un échange, elle se modifie selon les publics, le contexte, elle diffère dans son intensité, et même dans ses manifestations, selon la singularité personnelle. Elle se coule dans la symbolique sociale et les ritualités en vigueur. *Elle n'est pas une nature descriptible hors de tout contexte et indépendamment de l'acteur*. (Le Breton, 2007, pp. 106, 107) [Je souligne]

Je clos un premier repérage sémantique lié au champ affectif de la vie quotidienne sur une notion qui m'est chère, celle de *l'homme ému*, entendue et présentée d'une façon singulière par Le Breton. Entreprendre cette exploration m'a posé d'emblée un défi double. Il m'a fallu faire des choix sur les termes présentés comme sur la formulation de leurs repères sémantiques. Il ne m'a pas été aisé de les définir ni de les

cerner. Cet exercice ne visait pas l’exhaustivité. Je n’ai pas oublié les passions, les émois et autres « thymies » ; de même, je n’ai pas essayé de classer en catégorie les émotions de base, les émotions secondaires et sociales. L’approche catégorielle des émotions existe et connaît un grand succès. La dynamique de ces classements sera envisagée plus tard dans ce chapitre. Le propos de cette section était d’introduire un vocabulaire dont la richesse tend parfois à l’ambigüité. D’autre part, parmi tous les ouvrages consultés, j’ai essayé de trouver un consensus en suivant des préférences qui sont les miennes - conscientes et inconscientes-. Ce faisant, j’ai vite pris la mesure de la vastitude de cette entreprise qui pourrait à elle-seule constituer la partie théorique d’une thèse, voir une thèse entière. Ce n’est pas l’option que j’ai retenue.

Une légère frustration reste présente. Elle est compensée par la contribution et la complémentarité du projet suivant. Je réfère du trajet historique de la recherche classique et contemporaine sur les émotions depuis ses premières théorisations.

CHAPITRE 2 : UNE HISTOIRE : TRAJETOIRE ETHIQUE, SOCIO-POLITIQUE ET CULTURELLE

1. QUELLES MOTIVATIONS POUR ABORDER L'HISTOIRE DE LA RECHERCHE SUR LES EMOTIONS?

Pour quelles raisons aborder l'histoire de la recherche sur les émotions et quels liens avec ma question de recherche? Ma motivation est de rendre compte de l'évolution d'un concept et des apports successifs de chercheurs appartenant à des paradigmes différents. Je souhaite faire apparaître combien un objet de recherche tel que la dimension émotionnelle de l'homme est façonnée par l'histoire qui la traverse dans tous les sens du terme – scientifique, sociale, politique et économique. Il ne faudrait pas sous-estimer l'histoire individuelle au plan des trajectoires de ceux-mêmes qui se sont investis corps et âme dans ce domaine, avec leurs valeurs et l'éthique qu'elles portent. Les vingt dernières années ont été prolifiques en ce qui concerne l'avancée de la recherche des émotions et sa place dans la vie sociale, économique, politique et ce, au plan planétaire (Damasio, 2010; Losier, 2012).

Ma recherche s'inscrit dans ce mouvement, c'est-à-dire dans *une histoire* à différents niveaux. En consultant la littérature sur cette question précise - moins abondante que je ne l'avais pensé – j'ai pu constater chez les auteurs concernés des préférences pour définir les points saillants. Cette histoire retracée au travers des trois derniers siècles - voire, des deux derniers millénaires – montre une unanimité quant à certaines figures dans l'avancée de majeurs de ce qui constitue aujourd'hui encore un domaine ouvert et porteur de questions qui n'ont pas trouvé leur réponse. Au passage, cette exploration me permet de mieux questionner, situer certains enjeux et défis en lien avec le champ des pratiques et des théories du Sensible en ce qui concerne le domaine de l'émotion et de l'affectivité. Connaître l'histoire d'un domaine qui me passionne, c'est aussi un moyen d'identifier le chemin que j'emprunte et d'où je viens en tant que personne et que chercheur. C'est me situer et m'inscrire dans l'espace et dans le temps. C'est enfin déceler par certaines touches historiques en quoi cette recherche pourrait présenter un intérêt, voir certaines originalités.

Dans l'exploration qui a été la mienne, l'histoire du concept d'affectivité est quasi inexistante, c'est dire combien « la recherche sur l'émotion » a sa souveraineté dans l'univers scientifique. Je précise que mon investigation porte essentiellement sur l'histoire contemporaine dont Paul Rimé situe les débuts aux découvertes de Darwin[164], c'est-à-dire vers la moitié du XIXème siècle.

Mais avant lui[165], l'antiquité du Proche-Orient puis celle de la Grèce a eu de grands inspirateurs dans le domaine qui nous intéresse. Hammourabi (18ème siècle av. JC) est la première figure de reconnaissance du rôle des émotions dans les affaires humaines et la juridiction. Platon (4ème siècle av. J.C.) pose la structure tripartite de l'âme (et de la société). Il place une hiérarchie au niveau individuel entre premièrement le *Logos* (cognition), deuxièmement, le *thumos* (émotion) et troisièmement, *l'epithumia* (la motivation) ; il établit également une correspondance entre trois classes sociales : la classe dirigeante, la classe des guerriers et la classe basse, celle des citoyens. *René* Descartes (17ème siècle) puis Spinoza (17ème siècle mais plus tard que Descartes, puisqu'il a 18 ans quand ce dernier décède) font aussi partie des premières fondations historiques de la théorisation des émotions. Sauf pour Platon, je ne développerai pas l'apport de ces grandes figures[166], mais elles reviendront par écho ici et là.

2. PLATON, L'INVENTEUR DE L'AME : LA VERITE COMME CONTRE-PASSION

L'émotion sous sa forme actuelle n'existait pas à l'époque de Platon (427-347 Avant J-C). C'est des passions dont il s'agissait et notamment dans le texte du *Théétète*[167] marquant un des passages fondateurs de l'histoire entre la passion et le savoir. Ce moment signe une tradition qui va les éloigner, les diviser, les mettre en contraste et les exclure de toute complémentarité. La passion rend la connaissance impossible, les sujets pris par la passion représentent un danger pour l'équilibre de la cité. En raison de son caractère fusionnel, elle fait perdre la maîtrise de l'âme.

[164] Darwin rédige son livre *« L'expression des émotions chez l'homme et les animaux »* en 1872.
[165] Fondations historiques de la recherche sur les émotions, voir http://www.unige.ch/fapse/motivation/courssander.pdf
[166] Ce qui a fait l'objet d'un développement lors de mon mestrado pour l'apport de Descartes et de Spinoza, en particulier dans l'annexe de cette recherche (Humpich, 2007).
[167] Le texte de Théétète aborde la question du lien entre savoir et passion. Pour le reste de ce paragraphe sur Platon, je le signale dès à présent, le me réfèrerai à cette auteure, V. Despret. Voir : (Despret V. , 1999, pp. 140- 215).

> La passion prendra en charge tout ce qu'il [Platon] veut éradiquer du rapport au monde, et de ce que ce rapport au monde implique comme rapport aux autres, quand ce rapport définit comme un rapport à la vérité. (Despret V. , 1999, p. 142)

Il s'agit d'introduire - dans ce dialogue avec Protagoras que Socrate fait parler - une conception de la passion qui la définit comme étant le regroupement de tout ce qui fait que le monde est ce qui apparaît à la personne qui s'est laissée affectée par lui, et, tout ce que celle-ci a pu affecter de ce monde par sa propre présence. On se figure l'abîme dans laquelle vont être précipitées les passions. La connaissance objective est inaccessible sous le mode des passions. Il faut des sujets désintéressés, dépassionnés, en un mot, des sujets habités par la raison dressée comme un mur infranchissable face à la passion. Cette posture concerne le rapport aux choses de la vie et vient déterminer une éthique de la relation entre les sujets. Fonder l'ordre social sur la participation d'une connaissance pathocentrique[168] met en péril la politique et le pouvoir, parce que c'est accorder toute sa valeur à la singularité du sujet pour fonder une cité. Mais

> substituer à une connaissance pathocentrique une connaissance fondée sur la seule rationalité, n'est-ce pas exclure de la scène politique, tout ce qui est finalement humain? (*Ibid.*, p. 150)

Derrière ce processus d'éradication des passions de la scène de la raison, il y a un enjeu politique : il faut pouvoir distinguer des autres celui qui ne peut maîtriser sa jouissance et à qui Platon refuse le droit de devenir « mesure de toute chose ». La passion est associée à l'animalité. Platon utilise l'animalité pour distinguer l'homme de l'animal mais associe tout au long de son œuvre la passion elle-même à l'animalité. Selon Vinciane Despret, l'anthropologie occidentale des émotions et des passions est empreint de cet héritage : l'homme passionné est un animal et le peuple pris par la passion semble aussi dangereux qu'un troupeau de bêtes sauvages indomptables.

À travers ce mouvement qui met en identité le peuple, l'animalité et les passions, la séparation de la raison et de la passion est consommée. On se trouve dans les prémices de ce qui est pour nous, Occidentaux, le fait d'avoir une âme. « Socrate est un de ceux à qui nous devons d'avoir une âme » écrivait Lacan (*opus cité,* p. 153). L'âme, ici, se constitue contre les passions, et dans un même geste performatif, leur donnera leur existence et leur contenu. Dans cette version de l'histoire, les passions sont nées et définies à partir d'une crainte du chaos (politique et social). Pour le dire autrement, c'est en référence aux passions que l'âme se compose, et au chaos que les passions se

[168] Le pathocentrisme (de *Pathos* : lien étymologique avec la passion) reconnaît une valeur aux êtres sensibles.

définissent. On voit bien le lien entre ces deux concepts. Les passions se constituent comme un danger pour l'âme. L'apathie (*a-* négation et *pathos* – passion, ce qui affecte : l'apathie désigne l'absence de tout ce qui touche l'être humain) sera le fer de lance de l'époque stoïcienne. On voit que dès leur origine, les émotions et les affects sont considérées avec suspicion. Les politiques - empereur, roi ou tyran - craignaient toute impulsion excessive pouvant conduire à la passion.

Une toute autre tendance, bien minoritaire voyait dans la catharsis, le rôle bénéfique de l'expérience et l'expression des émotions. Face à la tragédie et de certains types de musique, l'identification du public aux scènes et aux acteurs permettait une purification des affects. La catharsis aristotélicienne constitue une voie antagoniste à la philosophie platonicienne et au stoïcisme. Cette opposition des principes régulateurs qui a perduré jusqu'à nos jours maintient de part et d'autres des deux camps une vision quelque peu péjorative de l'émotion.

Dans cette conception de l'âme platonicienne, il faut isoler le sujet des émotions (ses folies) pour accéder à une réalité vraie et considérer un soma (corps) comme le tombeau (le sema) de l'âme[169] :

> (la passion) agit comme l'effraction et l'agression qui menace une pureté et une sécurité intérieures (…). La pureté de dedans ne peut être restaurée qu'en accusant l'extériorité sous la catégorie d'un supplément, inessentiel et néanmoins nuisible à l'essence, d'un surplus qui n'aurait pas dû venir s'ajouter à la plénitude inentamée du dedans ; ''par ces affections, l'Âme, lors de sa naissance, quand elle vient d'être enchaînée à un corps mortel, est primitivement folle''.170

Les passions introduites par Platon seront reprises, redéfinies et complétées par Descartes (1649) et plus tard par Freud (versant pathologique) si on se réfère à une version assumée de l'histoire des émotions (*Ibid.*). L'étymologie latine nous informe que le verbe *Patior* signifie souffrir, endurer, éprouver, supporter et que le substantif *passio* renvoie à la souffrance et à la maladie. L'étymologie grecque renvoie à une définition très proche de celle de l'émotion d'où l'entrelacement des deux termes dans la conscience et l'usage communs. Le mot passion se réfère en grec ancien à παθος signifiant « passivité, « souffrance » et au verbe πασχω « souffrir ». Mais ces termes concernent également des notions comme : « affection, modification quelconque, ce qu'on ressent, ce qu'on souffre, désastre, accident, affliction, malheur, maladie, maladie de l'âme, trouble, émotion vive » (Alexandre, Planche, & Defauconpret, 1868). L'observation de l'usage de ce terme nous amène vers le romantisme depuis bien avant

[169] Giorgias dans Théélète – (Gorgias, 429a) cité par Despret (1999, p. 165).
[170] *Op.cit.*, pp.167, 168.

les traités des passions de Descartes dont on sait l'impact sur la réputation de l'affectivité.

Par opposition à l'action, la passion rappelle l'existence de la passivité, d'un « subir » ontologique et constitue une des dix catégories relatives aux genres les plus généraux de l'être (Aristote). Passion, âme et corps sont reliés de multiples manières (Platon, Descartes, Spinoza, Freud et d'autres) : tantôt, excitations et affections que subit l'âme sous l'impulsion du corps, tantôt idée confuse, imaginaire et abstraite qui jouent sur l'augmentation ou la diminution du pouvoir vivre du corps. Les passions sont une volonté et une force qui unissent un sujet et un peuple pour aboutir à une œuvre (Hegel). Leur sens a un peu évolué au fil du temps, mais des questions subsistent depuis l'antiquité. La passion doit-elle nous aider à mieux vivre ou au contraire doit-elle nous inquiéter? D'où vient-elle, comment fonctionne-t-elle, quels sont ses effets? Il était intéressant de débuter mon trajet historique par les passions dont les émotions sont les tristes ou les heureuses héritières, selon la version de l'histoire que l'on veut bien leur accorder. Elles introduisent un espace initial, à l'origine d'une réflexion théorique, éthique et politique. Celle-ci sera mise en mouvement par les réponses modernes sur la question des émotions.

3. LES REPONSES MODERNES SUR LA QUESTION DES EMOTIONS[171]

3.1 Darwin et l'expression des émotions

En 1806, le physiologiste Charles Bell publie pour la première fois une anatomie de l'expression des sentiments en précisant que, selon lui, la nature a pourvu précisément l'homme de muscles à cet usage. Vers 1838, Darwin établit une théorie évolutionniste des émotions qui sont vues comme de précieux comportements adaptatifs et évolutifs des espèces. Son ouvrage sur l'expression des émotions chez l'homme et

[171] Cinq ouvrages m'ont permis de construire cette section. Il est intéressant de voir comment la formation et les intérêts des auteurs (psychologie, éthologie, ethnologie, anthropologie, neurosciences, cognition et santé, philosophie, sociologie et psychologie sociale) offre une vision complémentaire de l'histoire de la recherche sur les émotions. Il s'agit de l'anthropologue, ethnologue et philosophe Vinciane Despret (Despret V. , 1999), de Paul Rimé, spécialiste en psychologie et en science de l'éducation et un éminent praticien-chercheur en psychologie sociale des émotions (Rimé, 2005, pp. 17, 42). Olivier Luminet est un spécialiste et clinicien de la psychologie des émotions (Luminet, 2002, pp. 15, 42). Jacques Closier est médecin, éthologue, psychiatre et psychanalyste, spécialisé dans l'éthologie des communications (Closier, 2006, pp. 10, 25). Alain Berthoz est un physiologiste mondialement connu pour ses travaux en neurosciences cognitives (Berthoz, 2003, pp. 43-100).

chez les animaux est le démarreur de la recherche moderne sur les émotions. Sept thèses peuvent se dégager de son œuvre :

1. Thèse de l’innéisme de l’émotion : l’émotion ferait partie de l’évolution et serait présente dès la naissance.
2. Thèse de la continuité phylogénétique : les émotions des êtres humains resteraient en parenté avec celles des autres espèces qui s’en rapprochent comme c’est le cas des primates.
3. Thèse des catégorises d’émotion : huit familles. Chacune de ces familles caractérise des réponses spécifiques à des évènements. Ces expressions typiques par la mobilisation musculaire qui les sous-tend ont une fonction de communication particulière pour chaque famille d’émotions.
4. Thèse des expressions analysables : chacune des émotions pourraient être indexée et analysée en fonction de la mobilisation musculaire qu’elle en traine.
5. Thèse de la communication sociale de l’émotion : par l’expression faciale spécifique à chaque émotion, l’entourage peut être informé de l’état de la personne.
6. Thèse de l’universalité des émotions indépendamment de la culture.
7. Thèse de l’impact des mouvements sur l’expérience subjective car cette dernière est liée à la résonance de l’effort musculaire nécessaire pour les produire.

On comprend à travers ces énoncés la raison de l’influence de Darwin chez ceux qui ont poursuivi son œuvre ; des noms comme Ekman, Davidson, Dumouchel, Goleman, Schachter, Scherer, Dantzer, Pagès, Scheler, Vincent, et bien d’autres sont ceux des chercheurs signifiants du domaine de la recherche sur les émotions. Chacun d’eux est à sa manière un héritier de Darwin.

3.2 Place aux changements physiologiques et leurs influences sur la conscience

Un autre grand pionnier reste encore influent de nos jours. Il s’agit du psychologue et philosophe américain William James pour qui la science aurait bien moins évolué si les désirs passionnés des individus de voir confirmer leurs propres croyances n'étaient pas rentrés en ligne de compte. James affirmait que l’expérience

immédiate de la vie dénoue des problèmes qui déconcertent le plus l'intelligence pure. Est-ce à la faveur de cette vision de la vie et à contre-courant de toute la psychologie de son époque que ce dernier plaidera, dès les années 1882 et durant toute son existence, pour un ancrage corporel des émotions? Sa position périphéraliste installe les émotions dans un axiome où rien n'existe dans l'intellect qui ne soit au préalable dans les sens. James démontre qu'il est possible de modifier les émotions en agissant directement sur l'intensité des expressions faciales et posturales par action volontaire sur l'activité musculaire. Les émotions sont donc en partie contrôlables. On doit à James l'introduction de l'explication de l'expérience subjective des émotions et quelques phrases célèbres à l'origine de grandes controverses mais aussi du ralliement de certains chercheurs dans une nouvelle communauté, celle des périphéralistes. James est assertif :

> De manière naturelle nous pensons que la perception de certains faits provoque une réaction que nous appelons l'émotion, et que cet état particulier de l'esprit déclenche à son tour des réponses corporelles. Ma théorie postule, au contraire, que les changements corporels suivent directement la perception de certains faits et que le sentiment subjectif qui accompagne ces changements EST l'émotion. (James, *cité par* Luminet, 2002, p. 25)

Le postulat des chercheurs de l'époque plaidait pour une quasi-impossibilité de mettre à l'épreuve scientifique les propos de James avec les outils validés par les normes.[172] Pour ses détracteurs, une grande difficulté subsiste malgré le caractère attractif de cette proposition : comment tester la séquence temporelle qui sépare la perception de changements corporels des sentiments subjectifs? Une autre grande idée développée par James est confirmée un siècle plus tard par Laird (1974), celle que j'ai évoquée plus tôt liée à la réduction et à l'augmentation des expressions faciales et posturales par action volontaire sur l'activité musculaire. Les émotions sont en partie modulables par la volonté et donc, contrôlables. Stepper et Strack en 1993, puis Philipot, Chapelle et Blairy en 2003, ont obtenu des résultats identiques à partir d'un travail de modification de la posture pour les premiers et de la respiration pour les seconds.[173]

[172] Ce point pique mon intérêt… l'explicitation et la clarification de l'expérience par le sujet lui-même ne permettent-elles pas de résoudre l'impasse dans laquelle se sont trouvés ces chercheurs?

[173] On devine aisément l'impact de certaines pratiques corporelles sur les émotions, celles dont le projet est de jouer sur le tonus musculaire et sur la respiration. Sans être limitée à ces actions, la psychopédagogie perceptive inclut cette catégorie.

3.3 Après Platon, John Watson : l'histoire se répète

Quelques décennies plus tard, en 1919, John Watson, initiateur du courant scientifique béhavioriste devient la figure de proue d'un mouvement anti-émotion. Selon Rimé, J. Watson a consacré sa carrière à réduire par l'éradication toute thématique subjectiviste en raison d'une volonté farouche à promouvoir un statut de science dure à la psychologie. Dans un tel antagonisme avec la position de James, on comprend aisément comment les émotions sont devenues des feux follets insaisissables et préjudiciables à son projet. En conséquence de quoi, elles ont pris le statut de réactions physiologiques dépourvues de tout pouvoir d'adaptation. Dans la digne tradition platonicienne, les émotions sont devenues des phénomènes responsables du chaos et les éléments parasitaires, voire, désorganisateurs de la réponse de l'individu. En défintive, se débarrasser des émotions était une bonne chose pour la santé individuelle et sociale. L'influence de ce chercheur est majeure dans les balbutiements d'une vision adaptative et corporelle des émotions. Alors que pour James, les émotions relevaient et intéressaient la psychologie, John Watson a refusé cette appartenance car il jugeait qu'elles relevaient davantage de la physiologie.

3.4 La voie de la physiologie et théorie centrale

Entre 1915 et 1929, le physiologiste Walter Canon publiera la théorie homéostasique de l'émotion. Grâce à l'examen des mouvements de l'estomac et de l'intestin, les réactions viscérales comme l'arrêt de la digestion et d'autres affections donnent aux émotions un nouveau statut : celui de mise en alerte physiologique de l'organisme. Canon réinstalle les émotions dans une fonction comportementale d'adaptation et de réponse à l'environnement. Canon publie en 1932 the *wisdom of the body* dans lequel il oppose quatre arguments à la théorie de James. Il montre que la production artificielle de modifications viscérales n'induit pas de sentiments subjectifs. Il prouve la sensibilité très réduite de l'organisation viscérale qui fonctionne en termes d'effets très globaux plutôt que spécifiques. Il met en évidence que la déconnexion des organes viscéraux du système nerveux central n'empêche pas l'apparition de réactions émotionnelles même si aucune réponse viscérale ne peut plus être provoquée. Enfin, Canon rend compte de la lenteur de réaction du système viscéral par rapport à l'apparition de sentiments subjectifs dans certaines émotions. Ces découvertes mettent

en défaut l'affirmation de James sur l'inhérence des sentiments subjectifs aux réponses corporelles.

Dès 1927, un autre cycle débute et la recherche s'intéresse aux mécanismes centraux. Canon entreprend des recherches pour tenter d'élucider deux positions antagonistes. La première soutient que l'origine des émotions se trouve dans une partie du cortex ou alors que la deuxième, comme l'a soutenu James, prétend qu'elles sont le résultat de l'histoire évolutionnaire. Après maintes expériences où l'on a procédé à l'ablation du cortex de chiens et de chats, Canon observe - comme Betcherev l'avait fait en 1887 - le maintien des réactions émotionnelles. Il en conclut que le cortex cérébral ne joue pas un rôle majeur sur les manifestations émotionnelles. L'ablation de système sympathique de ces animaux a comme incidence la suppression des réactions viscérales chères à James (qui considérait cette partie anatomique comme une des sources des manifestations émotionnelles). Même après ces opérations, aucune perturbation posturo-motrice n'était décelée. L'origine des émotions ne se trouvait pas là non plus. Un collaborateur de Canon, Bard (1934), en poursuivant dans cette direction, découvrira que les manifestations émotionnelles disparaissent lors d'une intervention sur le thalamus, et précisément sur l'hypothalamus. Le siège des émotions est découvert dans les régions sous-corticales. C'est de ces régions que partent les innervations parallèles qui déclenchent d'une part, les réponses viscérales - ces fameuses réactions homéostasiques d'urgence -, et d'autre part, l'expérience émotionnelle subjective. La théorie centrale des émotions séduit encore aujourd'hui un fort auditoire.

3.5 L'exploration et la reconnaissance du cerveau viscéral

Papez en 1937, présentera un circuit fermé, qui prendra son nom (Circuit de Papez) dans le but de localiser toutes les composantes des manifestations émotionnelles dans le cerveau : le corps strié pour le mouvement, le cortex pour la pensée et l'expérience consciente, l'Hypothalamus pour les affects, hippocampe pour la mémoire. Selon A. Berthoz, cette vision induit le concept de circuits internes en plus des circuits reliant les stimuli sensoriels à des réponses végétatives ou motrices.

En 1949, Mac Lean invente une théorie évolutive tridimensionnelle. Dans ce concept, il propose une organisation corticale en trois étages évoluant au fil de millions d'années. Le plus développé, à l'étage supérieur, l'étage noémmalien (néo-cortex) permet le jugement, la réflexion et l'introspection et se réfère à la cognition (présent

depuis 5 millions d’années), l’étage intermédiaire, paléommamlien (système limbique) permet de ressentir à partir d’informations internes et extérieures. Il détermine la vie affective (présent depuis 200 millions d’années). L’étage inférieur, télencéphale et reptilien, assure la survie et réagit aux besoins de base, il gère donc l’instinctif (présent depuis 500 millions d’années).

L’étude des localisations cérébrales a été amorcée par Olds et Milner en 1954. La stimulation des zones sous-corticales chez les animaux et chez les hommes se poursuit lors d’expériences menées en 1957 par Hesse, un an plus tard par Penfield et par Flynn en 1968. Tous ces chercheurs ont contribué à découvrir et à préciser les interactions entre les différentes zones du cerveau lors du déclenchement et des manifestations des émotions.

Ledoux, en 1989, fait évoluer la recherche en découvrant le rôle de l’amygdale dans les émotions. D’autres chercheurs comme Duffy, Hull ou Panksep, vont élargir le domaine de la recherche sur les émotions. La question de l’activation de l’organisme liée à des variations, dont justement les émotions seraient les bornes témoins, reste posée. Cette orientation conduira certains chercheurs à s’intéresser à l’activité humaine et notamment à creuser le domaine des aspects cognitifs et comportementaux de l’homme.

Doucement mais sûrement les émotions vont passer sous le joug de la psychologie. Pendant trente ans (de 1968 à 1998), Panksep va apporter des éléments compréhensifs de la place des émotions dans l’exploration, l’autostimulation, la détresse et la recherche du contact social.

3.6 Intérêt pour les traitements de l’information dans le processus de l’émotion

Selon Paul Rimé (2005), parallèlement à cette évolution des recherches sur les émotions, un autre courant de développement théorique et empirique se développe à partir d’un intérêt pour le courant d’activité et ses variations dont les émotions constitueraient les bornes témoins ; de là, naît la compréhension des phases d’intensification temporaire et des phases d’inhibition temporaire de ce même courant d’activité. Vers 1943, Clark Hull, met au point le concept de drive, c'est-à-dire, de la présence d’une poussée qui active l’organisme sans pour autant le diriger dès qu’un état de besoin quelconque émerge. Les émotions constituent une des manifestations de cette force de mobilisation de l’énergie physique. Le drive est responsable des variations du

courant de l'activité. La notion d'activité prend en compte en même temps des variations d'activité, des phénomènes motivationnels et des phénomènes émotionnels.

Elisabeth Duffy (1934-1941) amorce une voie nouvelle dans laquelle sont interrogées à la fois l'activité cérébrale, l'activité motrice et l'activité viscérale. Elle proclamera les émotions au même rang que toutes les autres réponses de l'organisme. Elle se battra contre la mise à l'écart systématique des émotions dans le monde de la recherche. Elle définira l'émotion comme une adaptation à des conditions de stimulation entraînant une quantité d'énergie dans une certaine direction. Et l'émotion serait plus gourmande que tous les autres phénomènes d'adaptation ! E. Duffy introduit l'interprétation de la situation comme un facteur décisif dans l'apparition et les processus émotionnels. Autour des années 1960, de nombreux chercheurs adhérents à la théorie de l'activation vont se tourner vers des secteurs variés de l'activité humaine comme la motivation, la vigilance et l'attention. Ces trois processus sont intimement liés aux émotions comme l'ont montré Magoun, Morussi et Lindley, Bowden et Magoun en 1949.

La théorie cognitivo-physiologiste interrogera ce que les autres théories ont mis de côté durant la moitié du XXème siècle : les aspects cognitifs si importants dans les émotions humaines. Schachter, collaborateur de Kurt Lewin - acteur majeur dans l'école des relations humaines et dans la dynamique des groupes-, entreprend une approche proprement psychologique des émotions dans le début des années 1960. La notion d'activation, point de transition, cèdera le terrain à d'autres découvertes dont les expériences sur « l'affiliation » (Schachter, 1959) donnant naissance au courant de la psychologie de l'affiliation. Schachter découvre les besoins de rapprochement social en cas de sollicitation émotionnelle plus ou moins intense, les besoins de clarté cognitive et de comparaison lorsqu'une situation est jugée nouvelle ou ambiguë. En s'interrogeant et en montrant les besoins de grégarité dans les situations de forte anxiété et la nécessité d'interprétation de la situation, on devine la portée de cette psychologie sociale en lien avec les théories de l'attachement introduites par le psychiatre, psychanalyste et éthologue John Bolbwy[174] et plus tard, par sa collaboratrice la plus proche, Mary Ainsworth.

[174] Nous verrons plus loin que les théories de l'attachement, dans le prolongement de la pensée de Winnicott, Lorenz et Harlow, permettent une compréhension nouvelle des conduites émotionnelles dans les interactions humaines et dans les relations d'accompagnement. Voir, notamment les travaux de Milijkovitch (2001) et de Wiart (Wiart, 2013).

3.7 Ouverture à une compréhension psychosociale des émotions

Dans le début des années 1960 s'amorce une compréhension psychosociale des émotions. Ainsi, elles ne sont plus un processus aveugle aux particularités de la situation, mais bel et bien le résultat d'une évaluation par l'individu dans une situation donnée. De cette découverte naît un nouveau cycle où l'on va s'attacher au traitement de l'information lors des émotions. L'intuition d'E. Duffy est confirmée. Nous sommes au cœur de la phase cognitiviste des théories de l'émotion. Dans ce contexte scientifique où l'on considère l'existence d'une empreinte corticale préexistante à toute stimulation sensorielle, l'émotion est une tendance ressentie, une attraction ou une répulsion qui se manifeste de façon non raisonnée et non volontaire. Elle est la résultante d'un véritable jugement sensoriel et dans un premier temps d'une interaction sujet-objet, sujet-environnement. Puis, dans un second mouvement, s'effectue une « réappréciation » issue des modifications physiologiques conscientes et de la tendance à l'action chez la personne et dont l'estimation pousse vers une augmentation ou au contraire, vers une inhibition de l'expression émotionnelle. Nous sommes dans les prémices de la théorie de l'évaluation.

En 1984, Scherer balise le processus d'évaluation. Chaque individu balaie en continu les événements et les objets de son horizon perceptif. Ce balayage peut être fulgurant et détermine la présence et la coloration de la réponse émotionnelle face à une situation. Cinq catégories de constantes se présentent : 1) l'évaluation de la nouveauté interne ou externe, 2) évaluation du plaisir intrinsèque, agréable ou désagréable, 3) évaluation de la pertinence par rapport aux objectifs et aux besoins du sujet, 4) évaluation de la capacité à faire face, c'est-à-dire, dans quelles mesures la situation est-elle sous le contrôle de l'individu, 5) évaluation avec les normes sociales et avec les standards personnels. Cette vision introduit la perspective universaliste et la perspective de la culturalité (comme valeur de la dimension d'identité).

En 1991, R. Lazarus, parlera d'un « thème relationnel central » qui réunit plusieurs émotions dans une même situation. Par exemple, la joie peut englober une émotion de surprise avec un comportement d'engagement résultant de la satisfaction par rapport à un objectif visé. Le tout peut donner un thème général pouvant être 'le progrès vers la réalisation d'un but est possible et enregistré'. L'état émotionnel correspond ici à un ensemble de réactions brèves en réponse à des spécificités de l'environnement dans un moment donné. Ainsi, à chaque émotion est attribué un thème relationnel central

construit à partir de plusieurs facteurs. Cette version reprend la thèse de l’évaluation cognitive en y ajoutant la focalisation de l’attention assurant des ressources en vue de la meilleure adaptation à une situation précise. Il faut retenir ici la position intermédiaire prenant en compte des variables liées au terrain d’accueil de la personne en dialogue avec l’estimation de celles de l’environnement.

Cette vision a des points commun avec celle de Frijda (1986) pour qui « on est toujours effrayé PAR quelque chose, fâché SUR quelqu'un ou heureux A PROPOS DE quelque chose » (Luminet, 2002, p. 38). Ce chercheur place l’intentionnalité comme le critère de distinction entre l’émotion et l’humeur tout en affirmant qu’elles ne diffèrent pas en termes d’état. L’émotion entraîne des modifications de l’humeur et vice versa.

De nombreux chercheurs se sont efforcés de comprendre l’interaction entre émotion et recherche de l’obtention de buts (Mandler, 1975 ; Miller, Galanter et Prikam, 1960 ; Oatley et Jonshon-Laird, 1987). Certains d’entre eux considèrent que les émotions sont déclenchées par l’interruption du cours du comportement projeté pour atteindre un but. Dans la même veine, pour d’autres, l’émotion prend place là où l’évaluation de la probabilité de succès ou d’échec d’un plan change. Carver et Scheier (1999 ; 2001) accordent au système affectif la fonction permanente de détection et de régulation de la cadence à laquelle l’organisme se rapproche de ses buts.

Essentiellement à partir de cas cliniques, les travaux de Bower (1980), Lang (1979), Leventhal et Scherer (1984) vont initier les théories schématiques. Elles postulent l’existence d’un ensemble de paramètres mémorisés construisant un schème : circonstances, lieux, événements, acteurs, réponses faciales et posturales, stimuli perceptifs, manifestations subjectives, etc. Il suffira qu’un seul de ces éléments se présente pour que le schème émotionnel s’active. Lorsque ce schème est réactivé de façon récurrente, un schème généralisé se met en place : le schème prototypique. Ce dernier rassemble les éléments significatifs ainsi que les réponses liées à ces situations multifactorielles. L’existence de ces schèmes prototypiques représente une voie rapide et puissante de déclenchement des émotions, car le moindre stimulus issu de diverses sources (citées ci-dessus) va réamorcer l’émotion initiale et très souvent, de façon inadéquate à la situation réelle.

3.8 Approche catégorielle des émotions[175]

Pour certains auteurs, l'approche catégorielle est une stratégie face à l'impuissance des efforts explicatifs des émotions. Plusieurs modélisations ont permis une réponse descriptive à la question des émotions. A défaut de les comprendre, les chercheurs ont essayé de les décrire. Les processus émotionnels tiennent d'émotions *basiques* ou *fondamentales* communes à l'espèce humaine, par conséquent, irréductibles et innées. On reconnaît dans cette *épistèmê* les premières propositions de Darwin. Les émotions basiques possèdent en quelque sorte des patrons de réponses comportementales et physiologiques spécifiques ajustées à l'environnement et à ses contraintes endogènes. Pour certains chercheurs comme Izard (1971), l'émotion basique relève d'un « phénomène motivationnel complexe » lié à des composantes à la fois neurophysiologiques, expressives et subjectives. Ekman est un des chercheurs prolifiques dans ce domaine en déterminant neufs caractéristiques à ce qu'il a appelé l'émotion primaire. Celle-ci possède un signal universel distinct, existe chez les autres primates que l'humain, a des caractéristiques physiologiques spécifiques, est associée à des événements déclencheurs universels distincts, se distingue par des réactions émotionnelles ou des composantes convergentes, se déclenche rapidement, est perçue et évaluée rapidement et sa durée est brève ; enfin, elle apparaît spontanément.

Le nombre, la nature des émotions primaires est variable, les chercheurs ne se sont pas accordés à ce niveau. On peut néanmoins retenir un certain nombre d'entre elles : le bonheur, la surprise, la colère, le dégoût, le mépris, la peur (Woodworth, 1938) ; la colère, l'aversion, le courage, la déjection, le désir, la peur, la haine, l'espoir, l'amour, la tristesse et le désespoir (Arnold, 1960) ; l'intérêt, la joie, la surprise, la tristesse, la colère, le dégoût, le mépris, la peur, la honte et la culpabilité (Izard, 1971) ; la colère, le dégoût, la joie, la peur, la surprise, le mépris, la honte, l'intérêt, l'anxiété (Tomkins,1980).

Plutchik (1977 ; 1984) propose un modèle original et didactique expliquant son succès dans le monde de la formation et de la gestion relationnelle dans les organisations. A partir de différentes couleurs d'attribution aux émotions primaires au nombre de huit liées par paires : la joie/la tristesse, l'acceptation/le dégoût, la peur/la

[175] Cette section s'inspire du travail effectué par Hélène Petropoulou, « *Profil émotionnel et cognitif au début de la sclérose en plaques : effets différentiels des émotions sur les performances cognitives.* » Psychology. Université Paris VIII, Vincennes-Saint Denis, 2006. French. <tel-00180452>

colère, la surprise/l'anticipation, cet auteur propose un nuancier de huit grandes fonctions adaptatives : la protection, la destruction, la reproduction, la réintégration, l'incorporation ou affiliation, le rejet, l'exploration et l'orientation. En fonction de sa valence et de son activation, l'émotion peut perdre son potentiel adaptatif. Le jeu des couleurs et l'emplacement des différentes émotions forment une cartographie des conduites affectives et leur pendant comportemental social.

Panskepp (1982) propose quatre émotions fondamentales : l'espoir, la peur, la rage, la panique. Plus tard, s'ajoutent la colère, le dégoût, la tristesse et l'intérêt.

Ekman, Friesen et Ellsworth (1982), en étudiant les expressions faciales universelles déclarent l'existence de six émotions primaires : la colère, le dégoût, la peur, la joie, la tristesse et la surprise.

Plus tard, MacLean (1993) propose six comportements adaptatifs qui sont : la recherche, l'agression, la protection, l'abattement, le triomphe et la caresse. Ils découlent respectivement de six émotions basiques : le désir, la colère, la peur, la tristesse, la joie et l'affection.

On le voit, malgré certaines convergences se profilent de nombreuses options. Ce champ de recherche construit sur des modèles catégorielles aussi divers illustre que tout semble possible dans la science. Il ouvre le regard sur les multiples nuances de l'expérience émotionnelle et la richesse de ses composantes interpersonnelles et sociales. Il démontre un engouement pour les émotions sociales et certains comportements liés à la dimension affective, ce que l'on nomme également, conduites affectives.

4. INTERETS NOUVEAUX POUR LES EMOTIONS SOCIALES ET LES CONDUITES AFFECTIVES

En opposition à une perspective cognitiviste, le psychologue James Averill (de 1980 à 1991) suggère un constructionivisme social des émotions. Il juge l'étude des émotions de base, c'est-à-dire la peur, la joie, la tristesse et la colère, trop systématique pour embrasser la réalité affective des personnes, voire l'émotion elle-même. Il préconise de s'adresser aux manifestations inhabituelles de l'émotion et dénonce le désintérêt scientifique pour la honte, la fierté, l'espoir ou le regret, la culpabilité ou l'admiration. Il constate qu'à l'enfance, les épisodes émotionnels sont appris par expériences indirectes au contact du monde adulte sous la forme d'histoire et de contes

racontées ou simplement en contact avec la vie au quotidien. Il y a dans ces contextes une source de réponses susceptibles d’être reproduites sous forme de jeux de rôles émotionnels qui démontrent que l’émotion ne se présente pas lors de l’activation biologique mais est soumise à des rôles sociaux temporaires. L’expression devient un langage social non conscient, propre à chaque culture, intégré et ancré dans des habitus comportementaux. Ces derniers ne mobilisent pas de saisies intellectuelles particulières, et la personne rentre tour à tour dans le rôle de la colère, de la jalousie, de la peur, du courage ou de l’amour, etc.

Les réponses rudimentaires des premières années de l’existence se complexifient avec l’âge, se transforment par des opérations perceptivo-cognitives complexes de surveillance et d’évaluation de la réalité, mais aussi des déterminismes socio-affectifs culturellement stimulés.

Dans les années 1960, un courant biopsychologique complète la recherche. Tomkins introduit le rôle de l’afférence comme déclencheur de l’affect et postule que l’organisme doit être équipé d’une sensibilité innée à tout ce qui est inédit, à tout ce qui n’est pas optimal ou à tout ce qui ne se prolonge pas dans le temps ou se fige. Chacune de ces ressources joue un rôle dans la stimulation croissante (incite l’intérêt, la surprise ou la peur), la stimulation décroissante (incite la joie et le plaisir), la stimulation constante (incite la colère ou la tristesse). Les émotions font partie de notre bagage génétique, c'est-à-dire, qu’elles sont un système automatique de survie conditionnant des tendances et des modes de préparation à l’action. Elles représentent de puissants signaux adaptatifs sous l’aspect de réponses musculaires, glandulaires et vasculaires, dont l’appréciation déterminera une tonalité agréable ou désagréable.

La nature de ces réponses se fait par rétroaction sensorielle, en particulier au niveau de la face, et va constituer selon Tomkins, le substratum de l’expérience subjective de l’émotion. Cette vision quelque peu darwinienne des émotions va susciter des travaux scientifiques majeurs sur l’expression du visage, dont les plus connus sont ceux de Paul Ekmann (1973), d’Alan Fridlund et de Carol Izard (1977) dont j’ai parlé plus haut.

En 1994, le neuro-anatomiste et physiologiste A. Damasio démontre l’existence de régions corticales liées aux aspects émotionnels et affectifs de la vie. C’est grâce à l’étude de cas de N. Cage, mineur blessé en 1849, présentant des comportements affectifs altérant son caractère de façon étonnante, que nous comprenons mieux aujourd’hui le lien entre certaines fonctions du cerveau et les conduites émotionnelles et

sociales. Leur intérêt est majeur pour comprendre la part active de la perception et de la sensibilité corporelle dans le rapport aux émotions et à la cognition. En 1995, Damasio introduit les « marqueurs somatiques », sont en quelques sortes des balises sensorielles liées à une mémoire corporelle et qui permettraient à un individu de prendre en considération ses rencontres passées avec des stimuli et d'en tirer parti pour la réalisation de ses choix et de ses plans d'actions.

Max Pagès, dès les années 1986, introduit les émotions - plus précisément, les conduites émotionnelles -, comme le socle de la communication et de l'organisation sociale. « Le ''système émotionnel'' possède une fonction sémiotique, normalement subordonnée au ''système discursif'', mais c'est la communication émotionnelle qui fournit la base de la communication discursive » (Closier, 2006, p. 156). Dans *Trace et sens* (1986) puis *Psychothérapie et complexité* (1993), cet auteur développe une vision de l'organisme s'élaborant autour de quatre systèmes : le système corporel (corps physiologique), le système émotionnel (se construit par étayage sur le système corporel), le système discursif (lie représentation, sentiments et discours) et le système socio-familial (position sociale de la famille). Cette théorie met en évidence l'importance des interactions entre corps, émotions et premiers attachements, déterminants dans la fonction symbolique et le développement de la communication. Le système émotionnel bien que subordonné au système discursif jouit d'une certaine autonomie, mais la qualité de leur interaction détermine des possibilités de fonctionnement originales. Nous voyons pointer des aptitudes relationnelles et des compétences émotionnelles dont la détermination n'est pas totalement sous le joug de l'héritage, mais d'un dialogue dont la cohérence évoque les éléments d'une forme d'intelligence.

4.1 Intelligence émotionnelle et la vie sociale : changement des représentations

Les émotions sont sociales au sens où elles sont,
non pas le moyen,
mais l'être du vivre ensemble humain.
P. Dumouchel

D'autres auteurs comme Dumouchel (1995), Despret (1999), Rimé (2005) ou Kaès (2009), se sont intéressés de près à la dimension affective groupale, sociale et sociétale, bref, à l'anthropologie des émotions. Pour ces auteurs, l'émotion ne peut être véritablement comprise si on l'exclut sa prégnance dans les activités interpersonnelles.

Est-ce dû au fait de la primauté de son caractère privé dans les esprits savants comme dans un regard de l'expérience au quotidien? Pourtant, elles sont en quelque sorte « l'être du vivre ensemble » parce que nous ne sommes pas des êtres complétement indépendants les uns des autres. Les émotions entretiennent un rapport d'identité avec notre sociabilité. « Les émotions sont des œuvres communes auxquelles tout le monde participe » (Dumouchel, 1999, p. 16). L'expression des émotions n'est pas seulement une étape annexe du processus émotionnel, elle remplit et constitue l'être groupale, l'être social. L'émotion est un acte de communication à part entière et porte un sens fondateur de l'être en communauté. Pour Dumouchel, les noms d'émotions échouent à révéler une même réalité et ce, non seulement entre les diverses cultures mais à l'intérieur même de chacune d'entre elles. (*Ibid.,* p. 58). Cet auteur propose un point de vue original et quelque peu provocateur pour une communauté qui prétend savoir très précisément ce qu'est une émotion. Suivons-le dans son entendement :

> Qu'est-ce qu'une émotion? Il n'est pas nécessaire de connaître la réponse à cette question afin de pouvoir reconnaître certains épisodes vécus comme des exemples de chagrin ou d'envie. Il n'est pas non plus nécessaire de savoir quelle émotion surgit maintenant pour savoir s'il s'agit ou non d'une émotion. On dira volontiers d'une personne qu'elle est émue, sans pouvoir pour autant dire, quelle émotion l'émeut. En ce sens nous possédons tous un savoir-faire des émotions (Knowing how) distinct du savoir de ce que sont les émotions, de ce qu'est même telle émotion particulière et antérieure à ce « savoir que » (knowing that). Qu'ils soient tenants de la relativité culturelle des émotions, ou qu'ils professent, au contraire, leur universalité, c'est, je crois, à partir de ce savoir-faire que s'érige la connaissance qu'ont les anthropologues des émotions des autres. (*Ibid.*, p.59, 60)

Dumouchel pense comme un philosophe du 17ème siècle, que le vocabulaire des émotions est bien *plus allusif que descriptif*. Dans une ligne de pensée fidèle à Thomas Hobbes, l'émotion peut être le jugement évaluatif d'une situation à chaque fois singulière. Plus radicalement posée, l'émotion peut se définir *par* le moment-même d'une relation et uniquement *par lui*. Dans ce cas, la joie, la tristesse, la fierté ou le sentiment de honte d'une personne, d'un groupe ou d'une société dépendent de la relation à différents niveaux entre l'agir, le sentir et le penser. Dire que *l'émotion est sociale*, c'est affirmer dans un certain sens que la vie affective constitue ce qu'*est* le social lui-même ; le glissement de l'adjectif *sociale* au substantif *le social* n'est pas anodin puisqu'il signe sa valeur ontologique.

Dans les années 1990, Peter Solvey et John Mayer (1990) proposent le concept d'intelligence émotionnelle (E.I) [176] . Elle est différente et complémentaire de

[176] « Emotional Intelligence » en anglais et « Intelligence Emotionnelle » en français.

l'intelligence rationnelle (EQ). Ces deux intelligences prennent leur socle sur des réseaux neuronaux différents mais interconnectés. Cinq domaines sont concernés : la conscience de ses propres émotions, la gestion des émotions, la motivation, l'empathie et la gestion des relations. Les compétences initiales sont issues de facteurs génétiques de prédisposition de circuits neuronaux extrêmement malléables. Il est possible de faire évoluer sensiblement l'intelligence émotive sur la base de l'expérience et de l'enseignement. Une définition claire est proposée, l'intelligence émotionnelle désigne « l'habileté à percevoir et à exprimer les émotions, à les intégrer pour faciliter la pensée, à comprendre et à raisonner avec les émotions, ainsi qu'à réguler les émotions chez soi et chez les autres » (Mayer & Salovey, 1997).

David Goleman (1995), de son côté popularise le concept de l'intelligence émotionnelle (I.E.) et permet à l'émotion de prendre une place jamais atteinte dans l'univers social, médiatique et peut-être, scientifique. Ainsi, de même que pour l'intelligence rationnelle, de nombreuses pratiques d'enseignement peuvent concourir au développement de cette intelligence fondamentale à l'équilibre de l'être humain. Le journaliste et psychologue américain a réussi d'autres coups de force en réunissant des scientifiques d'horizons très divers, des journalistes et des personnalités du monde de la spiritualité - notamment le Dalaï-lama - pour réfléchir sur la place des émotions dans la société, sur la manière et les méthodes afin de les comprendre et les étudier. Ces communautés très métissées réfléchissent comment l'I.E. peut être intégrée dans des programmes éducatifs, sociaux ou être reconnue comme faisant partie de grandes priorités dans les considérations politiques. Au regard de la trajectoire de la recherche scientifique sur les émotions, la promotion et le succès médiatique de l'I.E. semblent inespérés et ressemblent à un pied de nez fait à l'histoire qui a malmenée cet objet de recherche durant des siècles. Une nouvelle vague d'intérêt est lancée.

Les dix dernières années ont vu émerger des recherches scientifiques pointant l'impact de pratiques introspectives, attentionnelles et méditatives sur les marqueurs neurophysiologiques d'ordre émotionnel et affectif. Ces travaux ont débuté sous l'impulsion de rencontres pluridisciplinaires dans lesquelles la parole fut donnée à des personnalités du monde spirituel, en particulier celle du Dalaï-Lama (Goleman, 2003). Ils se sont poursuivis avec des chercheurs comme Mattieu Ricard (2013) et Mario Beauregard (Beauregard, 2013 ; 2015). Leurs contributions ont permis de confirmer que les pensées, les croyances et les émotions ont un impact très important sur ce qui se passe dans le cerveau ainsi qu'au niveau de tous les systèmes physiologiques connectés

comme le système immunitaire et le système endocrinien (*Ibid.*). Sujet à de grandes controverses, les travaux de ces chercheurs s'intéressent à la présence de marqueurs physiologiques d'états de conscience modifiée, d'état de transcendance lors de moments de méditation, d'hypnose, ou d'évocation de Dieu pour des carmélites se prêtant au jeu de la science (*Ibid.*). Le début du troisième millénaire voit donc émergé un champ scientifique qui avec une certaine audace ose des « neurosciences spirituelles » et une « science non matérialiste de l'esprit » (*Ibid.*, p.21, p.177). Elles remettent en question des préjugés matérialistes. En amont des querelles de clocher qui continuent de caractériser la recherche sur les émotions, le mouvement en question manifeste un intérêt grandissant pour une subjectivité plus intime telle qu'elle n'avait jamais été investiguée. L'homme reste rivé à une quête intemporelle pour comprendre l'essence du vivant, les mystères de la conscience, et ce qui fait le sel de la vie sur cette terre. Les distinctions tranchées faites au départ entre le corps et l'esprit, l'émotion et l'âme, semblent être dépassées au profit d'une réalité existentielle et expérientielle non plus réduite au *« bio » (le vivant)*, mais ouvert à une « *Zoï » (la vie)*. Ce courant de recherche, à cheval entre le neuroscientifique et le philosophique, invitant le religieux et le théologique, témoigne de l'entêtement de l'homme à rendre compte du mystère de son essence et de la vie, mystère dont la dimension émotionnelle et le champ de l'affectivité constituent des voies d'entrée insignes. Involontairement, des notions et thématiques originelles comme celle de l'âme, du sacré ou du mystique (Platon, Descartes, Spinoza, James) refont surface à la fin de mon premier parcours théorique à l'image de ce propos de James extrait du dernier ouvrage d'un pionnier[177] :

> L'étude des mystiques, tenant compagnie aussi humblement que possible à leurs esprit, amène avec elle, tout comme la musique ou la poésie – mais à un degré bien plus profond – une étrange euphorie, comme si nous étions conduits auprès d'une puissante source d'Être, si nous étions enfin au bord du secret que tous recherchent. Les symboles manifestés, les mots exacts employés, lorsque nous les analysons, ne suffisent pas à rendre compte d'un tel effet. El est plus juste de dire que ces messages en provenance de soi éveillé transcendant d'une autre ébranlent nos « moi » profonds dans leur sommeil. (James, cité par Beauregard, 2015, p 249)

Bien que n'ayant pas donné lieu à des publications scientifiques systématiques, je trouve pertinent de conclure ce tour d'horizon par certaines contributions 'grand

[177] Mario Beauregard, chercheur en neurosciences aux départements de psychologie et de radiologie de l'Université de Montréal, participe à de nombreuses conférences et congrès scientifiques à travers le monde. Avec plus d'une centaine de publications scientifiques, il a été choisi par le World Média Net comme étant l'un des 100 pionniers du XXIe Siècle. Voir : http://www.inerson.com/fr/voix-transformation/100-pouvoirsconscience

public'. Elles participent à la connaissance sur les émotions, ses impacts sur la vie humaine et sociale et je les insère dans le formidable élan insufflé par Daniel Goleman qui se poursuit jusqu'à nos jours. Ces scientifiques, philosophes, personnalités spirituelles ou artistes comme sa sainteté le Dalaï-Lama (2008), Christophe André (2009), Fabrice Midal (2013), Mattieu Ricard (2013) ou Lytta Basset (2010 ; 2014) pour ne citer qu'eux[178] abordent des thèmes variés comme la bienveillance, l'amour, les liens corps/émotions/cognition, les apports pratiques de l'engagement corporel dans la régulation des conduites affectives, le rapport à la tendresse, etc.

Au moment de clore mon récit sur une trajectoire culturelle, socio-politique et éthique, je reste modeste sur ce qui a été fait. Ce panorama historique ne peut être qu'incomplet bien qu'il trace les grandes lignes menant à l'espace actuel d'un vaste champ scientifique en plein essor. Ce travail permet de dégager certains invariants dans la conceptualisation classique et contemporaine des émotions. Le schéma suivant rend compte des principaux acteurs ayant contribué à la compréhension actuelle de l'émotion.

[178] Ces auteurs ont eu une influence dans mon parcours personnel. Leurs travaux et pensées ont alimenté mes sources théoriques cours et mon enseignement en pédagogie perceptive et en psychosociologie.

Principaux acteurs d'une histoire de la recherche classique et contemporaine sur les émotions
Hammourabi (18ème s. av. JC) Reconnaissance du rôle des émotions dans les affaires humaines
Platon (4ème S. av. J.C.) Structure tripartite de l'âme : cognition, émotion, motivation
Descartes (1649) Traité des passions : Dualité corps/esprit
Spinoza (1677) L'éthique : L'affection se définit par la puissance d'agir
Bell (1806) Premières planches anatomiques des muscles dans l'expression des sentiments
Darwin (1836) Théorie évolutionniste des émotions
James (1882) Ancrage corporel et dimension psychologique des émotions
Watson (1919) Emotions = manifestations physiologiques Béhaviorisme
Canon (1915- 1929) Théorie homéostasique de l'émotion Mécanismes centraux
Bard (1934) Théorie centrale des émotions Découverte des régions sous-corticales Réponses homéostasiques d'urgence
Papez (1937) Invente un circuit fermé pour localiser toutes les manifestations émotionnelles dans le cerveau
Elisabeth Duffy (1934-1941) Interroge à la fois l'activité cérébrale, l'activité motrice et l'activité viscérale L'émotion est une réponse de l'organisme
C. Hull (1943) Concept du Drive –Présence d'une poussée activant l'organisme (émotions)
Mac Lean (1949) Organisation corticale en trois étages : Néocortex, limbique (vie affective), reptilien
Magoun, Morussi et Lindley, (1949) Théorie de l'activation : Motivation, vigilance et attention intimement liées à l'émotion
Olds, Milner, Hesse, Penfield, Flynn (1954 - 1968) Interactions entre les régions cérébrales dans le déclenchement et les manifestations des émotions
Darwin (1838) Thèse universaliste des émotions
Woodwort (1938)
Izard (1971)
Ekman (1972) Première liste des émotions Détection des émotions par les expressions faciales
Arnold (1960)
Plutchik (1977 - 1984) Sélection de 8 pairs d'émotions de base associées à huit grandes fonctions adaptatives
Panskepp (1982)
Ekman, Friesen et Ellsworth (1982)
MacLean (1993) Associe comportements adaptatifs avec 6 émotions basiques
Damasio (2003) dissocie les émotions d'arrière-plan, les émotions primaires et les émotions sociales
... Et de la catégorisation des émotions
Schachter (1959) Courant de la psychologie de l'affiliation Besoin de rapprochement social en cas de sollicitations émotionnelles
Tomkins (années 1960) Introduit le rôle de l'afférence comme déclencheur de l'affect
Bowlby (1959) Théories de l'attachement – Empreinte affective Ainsworth (1979) Styles d'attachement
Ekmann (1973), Fridlund et de Izard (1977) Etudient les expressions des émotions sur le visage
Scherer (1984) Balise le processus d'évaluation : 5 catégories de constance Introduit la perspective universaliste et la culturalité es émotions
Panksep (1968-1998) Eléments compréhensifs de la place des émotions dans l'exploration, l'autostimulation, la détresse et la recherche du contact social.
Frijda (1986) Place le thème de l'intentionnalité pour distinguer émotion et humeur
Ledoux (1989) Découvre du rôle de l'amygdale dans les émotions
Lazarus (1991) Introduit le « thème relationnel central » : Plusieurs émotions dans une même situation.
Lang (1979), Bower (1980), Leventhal et Scherer (1984) Initient les théories schématiques : Ensemble de paramètres construisant un schème affectif
Averill (1980-1991) Propose un constructionivisme social des émotions
M. Pagès (1986) Introduit les conduites émotionnelles comme socles de la communication et de l'organisation sociale
Carver & Scheier (1999-2001) Accordent au système affectif fonction de détection et de régulation de la cadence à laquelle l'organisme se rapproche de ses buts.
H &A Damasio (1994-1995) Démontre l'existence de régions corticales en lien avec la vie affective. Introduisent les marqueurs somatiques comme soutien dans les prises de décisions quotidiennes
Solvey & Mayer (1990) - Goleman (1995) Inventent le concept d'intelligence émotionnelle (EI)
Dumouchel (1995) - Despret (1999) - Rimé (2005) - Kaès (2009) Valeur des émotions dans les activités interpersonnelles
Ricard (2013), Beauregard (2013-2015) Investigations scientifiques de la foi, de la compassion, de l'altruisme, du sentiment l'amour, etc.

CHAPITRE 3 : VERS UN CONSENSUS ET 'COUPS DE CŒUR' DANS LA CONCEPTUALISATION CLASSIQUE ET CONTEMPORAINE DES EMOTIONS

1. CONSENSUS SUR L'EMOTION

Le parcours historique de la recherche dans ce domaine confirme la complexité de la nature de l'émotion humaine et la diversité des formes dans laquelle elle s'exprime, associée à d'autres faits affectifs qu'elle altère, qui la stimule, la régule ou l'affaiblit. On comprend bien ce qui empêche l'établissement d'une définition univoque de ce concept et génère une prolifération de propositions (plus de 125 définitions différentes recensées entre 1884 et 1981[179]). De Bonis commente le phénomène en catégories, il compte

> des définitions qui mettent l'accent sur le continuum hédonique180, celles qui soulignent les effets adaptatifs ou désadaptatifs, celles qui délimitent les situations déclenchantes et les réponses associées, celles qui accentuent le rôle des processus d'appréciation et d'étiquetage ou celles qui décrivent le cortège des réactions physiologiques parallèles, sans compter les définitions des « septiques » qui remettent en question la légitimité du concept lui-même. (1996, p. 12)

Cette vue panoramique permet de projeter la radiance de l'émotion sur les autres dimensions qui constituent la personne humaine et le vivre ensemble. Malgré toutes ces divergences, un consensus semble acquis autours de trois composantes, plus ou moins dépendantes entre elles : 1/ La composante physiologique/biologique fait référence à l'activation physiologique générale qui déclenche, accompagne et amortit une émotion ; 2/ La composante comportementale permet la communication de l'expérience émotionnelle par des expressions (plutôt centrées sur le visage) gestuelles ou verbales et des conduites qui différent d'une personne à une autre. Elles ouvrent sur la dimension interpersonnelle et sociale volontaire (ou involontaire dans le cas de comportements

[179] Hélène Petropoulou (2006) précise cette production prolifique de définitions de l'émotion. Plutchik a recensé 28 définitions dans la littérature psychiatrique et psychologique entre 1884 et 1977 et une absence de consensus entre elles ; certaines théories émotionnelles ayant même été proposées sans qu'à aucun moment, une définition précise de l'émotion ait été formulée. Alors que Kleinginna et Kleinginna ont compté 92 définitions proposées entre 1971 et 1981. Voir : Petropoulou. H. (2006) *Profil émotionnel et cognitif au début de la sclérose en plaques : effets différentiels des émotions sur les performances cognitives.* Psychology. Thèse de doctorat en psychologie- Université Paris VIII Vincennes-Saint Denis, pp 41-90.

[180] Sur la recherche de plaisir.

réflexes) qui sont des tendances à agir d'une certaine façon avec l'environnement ; 3/ Une composante cognitive met en jeu la valence émotionnelle à laquelle on associe la dimension subjective de l'expérience comprise comme l'ensemble des processus mentaux qui émergent et se développent dans le cours processuel de l'expérience émotionnelle[181]. Certains éléments mentaux sont présents en amont de l'émotion et la conditionne, alors que d'autres se développent en cours ou suite à son apparition et interviennent dans la perception d'une situation, dans son maintien et dans sa transformation en mémoire. Cette composante expérientielle et cognitive peut se communiquer et être étudiée grâce aux mots et au langage qui tentent de la traduire. C'est une voie royale pour accéder aux différents contenus de l'expérience. Dans une vision classique, la composante cognitive, à la différence des deux autres (physiologique et comportementale), est la seule à pouvoir être étudiée et mesurée de façon univoque [182] grâce à différents outils (entretiens cliniques, explicitation, questionnaire, etc.).

Pour compléter ma réflexion sur le phénomène de la conceptualisation de l'émotion, j'ai relevé plusieurs points présents dans l'histoire des théories la concernant. Sous la forme de courtes remarques théorico-pratiques, je me rapprocherai des intérêts au cœur de ma recherche en m'appuyant sur mon rapport personnel à l'expérience émotionnelle et aux accompagnements au sein de ma pratique soignante et formatrice.

2. LE CO-MOUVEMENT ENTRE LE SUJET ET L'OBJET

Relatif à son étymologie grecque, *sin (ensemble)- kinésis (mouvement)*, l'émotion n'est pas réduite à sa propre sphère dans le sens où elle met en jeu autant qu'elle est mise en action. Elle est le fruit d'une réciprocité. La notion de valence émotionnelle s'établit en partie sur l'intensité du rapport dialogique entre la personne et un objet déclencheur quel qu'en soit la nature (projet, objectif, désir, satisfaction, relation, etc.). Nous n'avons pas encore abordé la notion d'empathie, ni celle de la sympathie, mais chacune d'elle sont des manifestations singulières de cette réalité.

[181] Quarty et Renaud, en référence à la douleur propose une distinction originale en trois phases pour décrire un épisode émotionnel : la phase de stimulation, la phase de commentaire et la phase d'amortissement. Voir : Quarty & Renaud. (1971). *Neuropsychologie de la douleur*. Alençon : Hermann.

[182] Bien que les pratiques introspectives proposées dans différentes disciplines corporelles, dont la psychopédagogie perceptive, mettent en perspective des capacités d'attention et de perceptions insoupçonnées. Elles élargissent l'accès à l'expérience émotionnelle dans ces trois composantes et en profondeur. Ce phénomène commence à être reconnu dans certains contextes de recherche.

Adeptes d’une conception évaluative de l’émotion, certains chercheurs conçoivent le phénomène comme l’expression dialogique du rapprochement ou de l’écart entre le sujet, un projet ou un objectif et la satisfaction de sa réalisation. C’est la réponse dans le temps et dans l’espace à un besoin ou à un désir qui détermine la physionomie de l’expérience émotionnelle. De là, l’explication du lien qu’entretient l’émotion avec le sentiment, l’humeur ou le trait de personnalité. La joie peut se définir comme l’expression de l’atteinte d’un résultat ou la satisfaction d’un désir, la colère comme l’expression de l’échec de l’accès à ce désir et la dépression signe l’aboutissement et l’épuisement psychique dû à l’écart trop long ou trop intense entre un projet et sa réalisation. On voit l’exploitation de ce phénomène sur le terrain des sollicitations commerciales, politiques et sociales.

3. LE VECU SUBJECTIF

Cette donnée semble ne plus être discutée. La question revient davantage à ce que les chercheurs entendent par vécu subjectif. Cette notion est cruciale dans ma recherche car elle ouvre la porte à la singularité du sujet qui vit c'est-à-dire, dans la mise à l’épreuve de lui-même à travers tout épisode émotionnel. Les sciences se sont empressées de remplir cet espace « sauvage » par de multiples phénomènes projetés, prédéterminés ou à quantifier. L’avènement des techniques d’explicitation de l’expérience, de pratiques contemplatives et perceptives de l’expérience est venu élargir et approfondir l’accès aux contenus de vécus liés à la description puis à la compréhension de l’émotion. Ce mouvement a propulsé des courants de recherche mis à l’écart du champ des sciences jusque-là, ceux qui s’intéressent au développement de la conscience ou de la communication dans différentes domaines comme celui de l’art ou de la spiritualité (Beauregard, Les pouvoirs de la conscience, 2013; André, Les états d'âme. Un apprentissage de la sérénité, 2009). La prise en compte du vécu subjectif comme un des constituants de l’expérience émotionnelle continue d’influencer et de transformer la compréhension des enjeux aux niveaux personnels, interpersonnel dans les secteurs comme ceux de la famille, des contextes professionnelles, de loisirs et sociaux. La prise en compte du vécu et par cette voie, de l’expérience émotionnelle, signe une évolutivité dans la culture de l’accompagnement des personnes, des groupes et des organisations.

4. L'EMOTION SE JOUE SUR LE THEATRE CORPOREL

La vie est un grand théâtre affirmait Shakespeare et les émotions se jouent sur le théâtre du corps nous propose A. Damasio. Le rapport au corps - domaine de prédilection de la psychopédagogie perceptive – est une donnée posée depuis l'antiquité grecque. Dans un lieu mythique situé sur l'île de Kos, Hippocrate, en consacrant un espace spécifique pour les soins du corps afin de calmer les perturbations psychiques dont certaines liées aux passions[183], n'est-il pas un des premiers cliniciens des troubles de l'affectivité et de la santé émotionnelle? James, Damasio, et d'autres ont permis d'installer le corps dans l'horizon conceptuel de l'émotion et de l'affectivité.

5. LE JUGEMENT SENSORIEL ET PERCEPTIVO-COGNITIF

Affirmer que l'émotion est le résultat d'un jugement sensoriel, c'est poser l'existence d'une mise en œuvre d'aptitudes perceptives et cognitives. C'est aussi admettre la reliance entre le corps et l'esprit, le corps et la pensée *via* la perception. La notion de jugement sensoriel ouvre sur une labilité de l'émotion, sur la possibilité d'échapper au déterminisme et d'espérer une forme de constructivisme affectif lié à une éducation sensorielle et perceptivo-cognitive.

Cet aspect place la praxis du Sensible sur une ligne d'évolutivité dans la compréhension des émotions qui porte des promesses énoncées par des scientifiques comme Damasio ou Goleman. Les thérapies cognitivo-comportementales (Cottraux, Thérapies cognitives et émotions, 2007) sont une mise en application d'une conception corporelle, perceptivo-cognitive et sensorielle de l'émotion.

[183] J'ai eu l'occasion de présenter la praxis de la psychopédagogie perceptive lors d'un symposium international et pluridisciplinaires de pratiques corporelles sur l'île hellénique de Kos, berceau des pratiques médicinales, puisque c'est là qu'Hippocrate (an - 460), père mythique de la médecine créa son premier centre de santé dont on peut visiter les vestiges placés dans un cadre naturel de toute beauté. L'espace est organisé en plusieurs plateaux, chacun d'entre eux était destiné à réguler des troubles particuliers de santé classés du physique, au psychique et au divin. On y pratiquait des activités corporelles et artistiques pour calmer les passions. Hippocrate pensait déjà l'équilibre corps/esprit comme fondamental pour la santé.

6. L'EVALUATION ET LE COMMENTAIRE DE LA REALITE VECUE

L'émotion a été présentée comme un mode d'évaluation et de commentaire de la personne face à la réalité de ce qu'elle vit. Ressentir ou/et exprimer mon émerveillement à la naissance de mon enfant, ma joie lors d'une victoire d'un match de tennis, ressentir de la honte quand je suis démasqué pour un fait jugé socialement répressible, exprimer ma colère quand je me sens impuissant face à une situation, c'est accompagner et commenter la mise à l'épreuve de mon existence.

7. UNE FORCE DE MOBILISATION EN SITUATION SOCIALE

Les travaux en psychologie et psychologie sociale des émotions (Rimé, 2005; Kirouac, 1992; Luminet, 2002; Karli, Besoin de l'autre - Une approche interdisciplinaire de relation à l'autre, 2011; Goleman D. , L'intelligence émotionnelle, 2003) montrent la dimension et la valeur sociale de l'émotion. On parle bien des émotions sociales (Damasio) ou morales[184]. Ces deux formes conceptuelles renvoient à une fonction de l'émotion qui dépasse les besoins primaires sans l'enfermer pour autant dans une perspective socio-constructiviste[185] postulant à juste titre la codification de certaines conduites affectives par des normes culturelles ; ces dernières déterminant des scripts émotionnels, c'est-à-dire des formes préétablies de réponses et d'expressions émotionnelles dans des situations déterminées.

Avec ou en amont de ces mécanismes, la relation à l'autre, dans la famille, au travail, dans les loisirs et d'autres espaces sociaux met en jeu la communication. Cette dernière s'appuie en grande partie sur l'expression, le partage ou le non-dit des émotions (Olievenstein, 2000; Rimé, 2005; Karli, Besoin de l'autre - Une approche interdisciplinaire de relation à l'autre, 2011).

Dans cette optique, au milieu d'événements sociaux alarmants, de plus en plus d'exemples montrent la présence d'émotions positives liées au soutien social. A titre d'exemple, Matthieu Ricard (2013) rapporte que la « gymnastique de l'amour[186]

[184] Voir : Kédia, G. (2009). La morale et les émotions. Revue électronique de Psychologie Sociale, 4, 47-53.
<http://RePS.psychologie-sociale.org/>.
[185] Voir : Nugier, A. (2009). Histoire et grands courants de recherche sur les émotions. Revue électronique de Psychologie Sociale, 4, 8-14. <http://RePS.psychologie-sociale.org/>.
[186] Rappelons que l'amour est une émotion de base pour Arnold (1960).

altruiste » - par la méditation ou des activités satisfaisantes et nourrissantes - permet d'améliorer de façon considérable notre qualité de vie et celle de nos proches. Pour Barbara Fredrickson, connue pour ces recherches sur le rôle du tonus vagal dans les interactions sociales positives, « *l'amour est avant tout une émotion*, un état momentané qui surgit pour imprégner votre esprit comme votre corps » (Ricard M. , 2013, p. 87). Pour ces chercheurs, l'ingrédient essentiel dans l'amélioration de la santé et du bien-être est la résonance positive partagée lors d'une présence physique, c'est-à-dire réelle. Cette réalité se conjugue au singulier et au pluriel. Ces exemples illustrent l'alliance entre émotion positive et paix sociale ; et on sait la véracité de la situation opposée, celle des émotions destructrices dans les rapports humains et sociaux. Je remarque l'importance de la présence physique réelle dans la qualité de résonance affective. Ce constat renforce l'apport de la présence corporelle comme vecteur qualitatif dans les relations de nature émotionnelle.

8. LA PERSONNE AFFECTEE EST-ELLE UN ACTEUR SOCIAL?

« L'émotion EST le social » affirme le philosophe social Dumouchel (1999). Relier la personne affectée, émotionné ou émue à la personne sociale, c'est prendre la mesure de la responsabilité civique, citoyenne ou/et politique du rapport aux émotions (D'Ansembourg, 2014). Dans cette optique, en établissant la reconnaissance de cette donnée dans la conceptualisation de l'émotion, le chercheur prend le risque de l'engagement que j'ai abordé plus tôt avec Vinciane Despret (1999).

Différentes caractéristiques de l'émotion telles qu'elles ont été présentées dans ce retour théorique montrent sa dimension aux niveaux micro, méso et macroscopique du vivre au quotidien au sein de notre société. Finalement, l'émotion se présente comme un phénomène liant le subjectif et le collectif, l'individuel et le social. Elle porte une conscience face au monde expérimenté qui équivaut à « un acte social avec soi-même » Vygotsky (1994). La première des théories sur le monde n'est-elle pas l'expérience qu'en fait la personne? Quand une expérience émotionnelle pénètre le tissu social et le champ des débats publics, elle se fait une sorte d'écho de toute une société à sa propre réaction. La conscience est « l'expérience vécue de l'expérience vécue » (*Ibid.*)[187].

[187] Nous sommes le 8 janvier 2015, au moment d'écrire ces lignes depuis le Québec, je suis les nouvelles parisiennes et internationales. J'assiste au regroupement de milliers de personnes dans de nombreuses villes en France et à l'étranger suite à la tuerie dans les bureaux du journal de « Charlie hebdo ».

A l’issue de mon parcours dans l’univers de la recherche classique et contemporaine telle que je l’ai investie, voici dans une résonance graphique, ma proposition de synthèse mettant en avant sept attributs provisoires de l’émotion. Le schéma ci-dessous montre une compréhension du phénomène de l’émotion centrée au départ sur des phénomènes plutôt internes et singuliers, puis un mouvement irrésistible en direction de la personne affectée qui se révèle être un acteur social. Ainsi, comme pour le sens de l’homme qui ne peut être véritablement saisi enfermé sur lui-même, cette vision herméneutique propose que l’émotion ne puisse se comprendre qu’au singulier-pluriel.

L’événement diffusée sur les écrans du monde en ce jour rend compte en image, en silence ou en mots de la réalité vécue par des hommes, des femmes et des enfants émus - et tous solidaires -. L’émergence et l’impact sociétal de cette réalité vécus dans ma propre sphère illustre la portée sociale de la personne, d’un groupe, d’une société affectés. Cette donnée est constitutive de la définition même de l’émotion. Cet événement illustre avec force la fonction social de l’émotion et comment la personne affectée peut être un acteur social.

Sept attributs de l'émotion

9. « COUPS DE CŒUR » SUR LES MODELES CLASSIQUES ET CONTEMPORAINS DE LA RECHERCHE SUR LES EMOTIONS

Mon âme est un orchestre caché ;
Je ne sais de quels instruments il joue et résonne en moi,
Cordes et harpes, timbales et tambours.
Je ne me connais que comme symphonie.
Fernando Pessoa

À cette étape de ma recherche, en lien avec mon projet de problématisation théorique et dans un mouvement à rebours de cette première tranche exploratoire, trois

contributions majeures des grandes figures de la recherche sur les émotions m'ont particulièrement touché. J'assume une sélection loin d'être neutre car elle suit une sensibilité théorico-pratique liée à mon parcours, à mes appartenances disciplinaires comme à ma sensibilité personnelle. Je profite de cette section pour aborder certains aspects qui n'ont pas encore été évoqué.

9.1 L'inscription corporelle des émotions : William James et Antonio Damasio

S'il n'était pas possible de percevoir les états du corps programmés
pour être douloureux ou agréables,
il n'y aurait, ni souffrance ni félicitée,
ni désir ni satisfaction,
ni tragédie ni bonheur dans la vie humaine.
Damasio.

William James est reconnu comme une figure déterminante dans l'inscription corporelle de l'émotion. Pour cet auteur, la table d'harmonie qu'est notre corps vibre bien plus que nous le supposons à l'ordinaire. Il propose que l'émotion ne soit rien d'autre que le sentiment d'un état corporel car sa cause est purement corporelle. Ainsi James affirmait :

> Plus je scrute minutieusement mes états d'esprit, plus je me persuade que toute humeur, affection ou passion, que je ressens, est bien réellement constituée par ces changements que d'ordinaire nous appelons son expression ou sa conséquence, et qu'elle est faite de ces changements ; et plus il me semble que si je perdais la faculté corporelle de sentir, je me trouverais exclu de la vie des affections, tendres ou fortes, et traînerais une existence de forme purement cognitive ou intellectuelle. (2006, p. 32)

Ses travaux et son entêtement contre ses détracteurs centralistes font de lui un personnage attachant. Je ne résiste pas à partager une description de la joie écrite par W. James. Il le fait avec une certaine poésie communicative. Loin du jugement froid de la tradition scientifique, ces quelques lignes me semblent animées d'un intérêt pour *l'homme-joyeux :*

> La joie est d'après le sentiment populaire l'opposé de la tristesse, et une étude de ses caractères physiologiques doit justifier cette intuition. L'action de la joie sur le corps (j'emploie encore par commodité cette expression provisoire) est en effet contraire à celle de la tristesse ; la joie a pour conséquence une suractivité de l'appareil moteur volontaire et une dilatation des vaisseaux plus fins. Ce sont là les deux manifestations physiques fondamentales qui donnent à la joie sa physionomie caractéristique. L'exaltation fonctionnelle des muscles et des nerfs volontaires fait que l'homme joyeux se sent léger comme tous ceux dont les muscles sont puissants et reposés. Il sent le besoin de se mouvoir, il s'agite avec promptitude et vivacité, (…) les muscles du visage se contractent par suite d'une

> augmentation de leur innervation latente ; le visage devient rond. C'est l'opposé du visage long et mou, des traits pendants des mélancoliques ; (…) le sourire et le rire proviennent d'un excès d'impulsion nerveuse dans les muscles du visage et de la respiration ; de même si la voix s'élève, si des chants et des cris de joie se font entendre c'est que les muscles du larynx et de la respiration ont une tendance involontaire à une suractivité. Dans la joie, les yeux rayonnent, ils étincellent, en un mot ils ont une expression colorée particulière qui provient d'une contraction combinée des muscles de la paupière apparemment liée à une modification de la pupille.
>
> Le résultat le plus évident de la dilatation générale des petits vaisseaux est l'augmentation de l'afflux sanguin du côté de la peau. L'enfant et la jeune fille, tous ceux dont la peau est blanche et transparente rougissent et brûlent de joie ; l'homme joyeux se sent chaud, sa peau est plus pleine, il est gonflé de joie ; il se produit aussi sûrement une augmentation des sécrétions ; l'eau vient à la bouche quand on éprouve du plaisir devant un objet, et c'est un fait connu que dans la joie les larmes montent facilement aux yeux.
>
> Tandis que l'affligé donne l'impression de la vieillesse avec ses mouvements lents, son attitude penchée, ses traits tirés, le joyeux semble jeune par ses mouvements rapides et forts, son chant, son parler haut : la joie rajeunit. Mais l'expression de santé qui accompagne la joie n'est pas seulement extérieure ; tandis que chez l'affligé le spasme vaso-moteur détermine une dystrophie des organes et une vieillesse précoce, l'état directement opposé de la circulation dans la joie, amène une riche alimentation des organes et des tissus (comme le ferait naturellement une activité nutritive rapide et puissante) ; toutes les parties du corps profitent bien et se conservent plus longtemps. C'est une vérité banale que les gens bien portants sont contents (on devrait plutôt dire que les gens contents se portent bien), (…) Dans le cerveau l'afflux sanguin augmente aussi ; car il augmente vraisemblablement toutes les parties du corps sous l'influence de la joie, et cette augmentation est cause que l'esprit fonctionnent plus vite ; c'est un flot de pensée, d'idées, d'images ; l'homme joyeux parle beaucoup et vite parce que ses muscles sont particulièrement puissants, mais parce qu'il est aussi prompt à prendre des résolutions qu'à les exécuter. (2006, pp. 139-141).

Un chercheur plus contemporain, Antonio Damasio a introduit deux données essentielles : la notion d'arrière-plan et celle des marqueurs somatiques. Il s'inscrit, dans ligne de W. James, comme un défenseur de la position périphéraliste[188] des émotions. Pour cet auteur, les données physiologiques sont là pour 'imposer' au cerveau d'aller 'écouter le corps' :

> Je me représente les émotions depuis un paysage, (…) toujours en mouvement, plus ou moins lumineux, plus ou moins bruyant. Ce paysage est en fait, le corps : il présente une structure, constituée par la distribution dans l'espace de ses objets (ce sont les organes internes : cœur, poumons, intestins, muscles) ; et il est caractérisé par un "état" : c'est la luminosité et les bruits que ces objets émettent, signaux qui traduisent leur état fonctionnel à chaque moment. En gros, la perception d'une émotion donnée correspond à l'information sensorielle provenant d'une partie du paysage corporel à l'instant T. (Damasio, 1995, p. 10)

[188] Par opposition à une position centrale et purement cérébrale. Le courant périphéraliste prône une participation du corps à la source de l'émotion.

À l'issue de recherches ultérieures, Damasio suggère la présence d'un arrière-plan émotionnel comme une toile de fond de vigilance sensorielle dans notre corps - aussi discrète et essentielle que le filet d'eau d'une source invisible mais dont dépend le paysage qu'il humidifie -, un corps outillé pour être sensible aux modifications toniques et rythmiques reflétant notre rapport au monde. Pour cet auteur, avec les émotions,

> Il s'agit de la perception de la vie elle-même, de la sensation d'être. (…) Un état d'arrière-plan correspond au contraire à l'état du corps entre des émotions. Lorsque nous ressentons de la joie ou de la colère ou toute autre émotion, l'état d'arrière-plan a été remplacé par un état émotionnel. La perception d'un état d'arrière-plan du corps porte sur l'image d'un paysage corporel qui n'est pas perturbé par l'émotion (…), j'avance ici l'idée que sans cette perception, nous ne pourrions avoir aucune perception de notre « moi ». (*Ibid.* p. 208)

Un autre élément marque l'apport du scientifique à travers ce qu'il a nommé les « marqueurs somatiques ». Ces éléments sont en quelque sorte des « balises corporelles d'appréciation », et leur existence fait dire à A. Damasio que des données organiques discrètes et généralement peu accessibles à la conscience corporelle non en trainée, informent le cerveau de ce qu'il s'est réellement passé. Ce processus à l'œuvre dans le corps participe à la cognition, favorise les prises de décision dans certains contextes de doute (*Ibid.*, p. 218).

Après une expérience organisée dans le laboratoire californien où l'on a proposé à des personnes de regarder des scènes suffisamment éloquentes pour déclencher des émotions, un patient déclarait que « ses entrailles ne répondaient plus comme dans le passé face à ce type de scène, et qu'il ne ressentait pas les émotions qu'il aurait vécues avant sa pathologie cérébrale » (*Ibid.*). Amputé des informations issues de l'afférence sensorielle de ses viscères et des informations issues des cartes somatiques lésées de son lobe frontal, ce patient présentait une déficience affective significative. Il en fut de même pour un autre personnage tristement célèbre : Phineas Gage. Cet homme fut atteint accidentellement à la région frontale. Survécu-t-il par miracle à ses lésions cérébrales pour que la science découvre une des origines des troubles de la personnalité affective et des comportements sociaux qui en découlent? Quoi qu'il en soit, Hanna Damasio et ses collaborateurs ont étudié son cas, en poursuivant des premières analyses faîtes par Harlow (médecin qui a examiné le cerveau de Gage après son décès), et particulièrement son cerveau de « fond en combles » en innovant au passage une nouvelle technologie d'imagerie cérébrale en trois dimensions, le Brainvox. Il se dégage de cette investigation plusieurs éléments intéressants. La localisation des atteintes lésionnelles a été clairement établie dans la région pré-frontale ventro-médiane plutôt du

côté gauche que droit (région orbitaire). Pour Gage, cette lésion sélective a eu comme conséquence une incapacité de programmer les actions à venir, de se conduire en fonction des règles sociales qui étaient les siennes avant cet accident, et enfin, l'incapacité de faire des choix judicieux allant dans le sens d'une meilleure condition de vie et de survie. N. Gage témoignait d'un comportement des plus incohérents et absurdes alors qu'il ne présentait aucune perturbation organique, déficit intellectuel ou moteur par ailleurs. Au regard de ce fait, les systèmes neuronaux localisés dans la région lésée sont impliqués dans les processus de raisonnement, en particulier dans ceux de la planification de l'action et de la décision.

Ces compétences neuronales jouent sur les comportements *personnels et sociaux que l'on qualifie de raisonnables*. Ces systèmes neuronaux jouent un rôle majeur dans les émotions secondaires. On peut se demander quels liens entretiennent ses découvertes entre elles. Une réponse à cette question est à l'origine de la théorie des marqueurs somatiques. Cette théorie relie entre elles les réponses sociales, la fonction de la perception sensorielle, la conscience de soi chez la personne ; elle illustre certains fondements de l'empathie qui sera évoquée plus loin.

Les travaux de James et Damasio enrichissent un étayage théorique en faveur des liens corps/perception de soi/conscience de soi et du monde/relation à l'autre et dimension émotionnelle. Leurs apports permettent une meilleure compréhension de la portée de cette dimension dans le vivre comme dans la pratique de l'accompagnement de la personne et des groupes. Ces données ouvrent ma réflexion sur un concept nomade au regard de certains analystes, celui de l'empathie.

9.2 L'empathie : un concept 'nomade' indissociable de celui de l'émotion?

L'homme est fait pour chercher l'humain.
Minkowski

[…] Dans tous les types d'expression où se révèle une pensée vécue,
vous trouverez au moins un minimum d'éléments subjectifs et affectifs.
Bally

J'ai annoncé que les frontières entre le théorique et le pratique, le conceptuel et l'expérientiel seront poreuses à certains moments de ma recherche. Je rencontre ce phénomène présentement. J'ai hésité à aborder pour la première fois le concept de l'empathie à cette place dans ma recherche. Une intuition quasi organique m'y pousse et

je l'assume. Chemin faisant, je comprends la pertinence de mon geste. Des raisons praxiques placent l'empathie comme un mode d'être majeur dans les métiers d'accompagnement avant même que ce processus fasse l'objet d'une théorisation ou que des praticiens comme moi mesurent la portée de ce fait. En y regardant de plus près avec l'aide de certains scientifiques[189] contemporains (Berthoz & Jordan, 2004), je m'aperçois que les racines épistémiques de l'empathie, qui est un concept relativement jeune, remontent à la pensée darwinienne dont on connaît la portée sur le champ de recherche des émotions. Le terme d'empathie figure un concept scientifique introduit dans le langage courant dont la forte médiatisation joue en isomorphisme avec son sens et ses fonctions interpersonnelles. Il est emblématique de nombreuses pratiques sociales, en voici des premiers éléments.

L'empathie est un processus de communication. Il se constitue à partir d'une identification partielle et temporaire à autrui, c'est-à-dire, depuis une projection du sentiment vécu et des pensées de l'autre dont on essaie de se figurer l'expérience. L'empathie renvoie à des attitudes et à des aptitudes profondément humaines. Elle a le mérite de poser un rapport singulier et plutôt positif (enfin !) entre l'homme et l'émotion. Ce concept offre une version et le visage physio-psychosociologique d'une pensée longtemps réservée à la théologie ; pensée qui affole encore certains scientifiques mais que d'autres n'hésitent plus à partager et même à promouvoir (Basset, Le mystère de l'affectivité, 2013; Berthoz & Jordan, 2004; Damasio, 2010; Karli, Besoin de l'autre - Une approche interdisciplinaire de relation à l'autre, 2011; Miljkovitch, 2001; Rimé, 2005; Depraz N. , Attention et vigilence, 2014; Midal, L tendresse du monde, 2013). Je veux parler de notions anthropologiques comme l'amour, la compassion, l'altruisme, l'attachement ou la tendresse, longtemps enfermées dans les carcans que l'on connaît et qui ont franchi un seuil d'acceptation dans la culture scientifique comme ailleurs, dans certains milieux de la formation d'adultes.

Ces états affectifs, dont on ne sait pas toujours dans quelles catégories les placer - émotions premières, primaires ou secondaires?, états d'âme ou dispositions affectives? -, permettent de discuter une tendance un peu paradoxale. Le constat d'une forme de rejet de l'émotion pour marquer le phénomène empathique sous prétexte de la participation de la cognition ou de sa nécessaire distinction avec la sympathie n'est pas rare. S'il est vrai que l'empathie n'est pas la sympathie, il est tout aussi erroné de

[189] Voir : L'empathie : réflexions sur un concept http://psychiatre-marseille.fr/wordpress/wp-content/uploads/2013/02/empathie.pdf

prétendre qu'il n'y a pas d'émotion dans le phénomène de l'empathie ! Dans une logique intégrative, on peut comprendre l'empathie en tant que processus à l'œuvre du rapport dialogique entre des dimensions intrinsèques de l'émotion - comme par exemple, la subjectivité proprioceptive ou des réalités organiques ressenties qui me permettent de « RESSENTIR » - et d'autres phénomènes plus neuronaux (les neurones miroirs), psychologiques (conscience de soi) et psychosociologiques (conscience de l'autre, cultures de communication entre humains) qui me permettent de « COMPRENDRE ». L'empathie ouvre sur une expérience vécue d'une double 'réalité'. Une première est égocentrée, faites d'impressions subjectives et de processus cognitifs associés. Une autre, exo-centrée, implique à la fois une distance émotionnelle et une présence cognitive et corporelle restant toutefois affectée sans laquelle aucune altérité ne serait possible. L'expérience émotionnelle dans l'empathie n'est pas assujettie à l'existence d'un lien affectif, mais à un processus différent de reliance interpersonnelle :

> L'empathie est un phénomène complexe – très humain – au cœur du Soi, en lien avec l'émotion et l'expérience (…), [elle] est la capacité à se mettre à la place d'une autre personne pour comprendre ses sentiments ou à se représenter la représentation mentale d'une autre personne. (Boulanger & Lançon, 2006, pp. 497, 498).

Rappelons l'étymologie latino-grecque du terme *empathie* : *in et im* (en-) et *pathien* (sentir). Robert Vischer en 1872, a introduit dans la langue allemande le terme *Einfühlung* et que l'on traduit en français par *empathie* ou *intropathie.* Mais c'est Theodor Lipps qui donne à ce concept une résonance corporelle et matièrée, prônant une philosophie dans laquelle on ressent de la joie à éprouver la plasticité de son être depuis l'épreuve du poids de son corps et de la gravité (Jorland, 2004, p. 35). Pour Lipps, le contact physique avec les choses s'envisage comme un mode d'aperception qui ouvre sur l'objectivation de soi. Mais de la même manière, l'empathie ouvre un champ d'expérience de l'extérieur à soi qui lui est particulier. Ce dernier prend la forme d'un « me sentir dans la chose ». Par exemple, Lipps parle d'un sentiment esthétique, sentiment qui s'appuie sur une véritable œuvre de création à partir d'une constellation de sensations éparses et pas toujours concordantes qui, lorsqu'elles sont rassemblées dans une unité qui fait sens, forme une image, la nôtre. Pour Lipps encore, le plaisir du miroir n'est en rien narcissique, il est la jubilation née d'une forme trouvée et faisant sens, et ce, à partir d'une multitude de stimulations, de sensations, et d'une subjectivité proprioceptive. On comprend ici que l'empathie nécessite la reconnaissance de signaux tangibles par autrui. Il faut que l'intime vécu par une personne offre un visage

intelligible pour le monde. Si cela n'est pas le cas, l'empathie échoue dans la projection et la spéculation de l'expérience d'autrui. Les observateurs relèvent un fait assez rare : Lipps bénéficie d'une quadruple prospérité en pivot avec la psychologie de l'art, la psychologie plus traditionnelle avec Titchener qui introduit le mot « *empathy* », la psychanalyse en donnant indirectement lieu à la notion de transfert, et en philosophie phénoménologique (Jorland, 2004, p. 38).

D'autres découvertes ont suivi. Les neurosciences, en démontrant l'existence des neurones miroirs ont montré comment l'empathie dépend de l'activation - au cours de l'observation de l'autre en état émotionnel - de circuits qui élaborent les réponses émotionnelles correspondantes chez l'observateur. Pour le dire autrement, lorsque j'éprouve de la douleur ou lorsque je vois quelqu'un manifester une expression de douleur, la même partie de mon cerveau est activée (cortex cingulaire antérieur). On voit à l'œuvre un processus de communication interpersonnel dépendant d'une intra affectivité. Il faut que je sois conscient que je suis affecté pour m'affecter d'autrui.

D'autres chercheurs ont fait évoluer le modèle de Lipps et leurs contributions seront abordées plus tard. Pour l'heure, le terme *empathie* résonne en moi dans une tonalité d'emblée positive et me rapproche du cœur. Bien que sa prononciation soit différente, il commence par un *'ém'* comme dans *émotion* ou dans *ému.* Ce concept traverse et fédère plusieurs champs de recherche, de la philosophie à la neuro-phénoménologie sociale en passant par la neuropsychologie (les neurones miroirs) et la psychologie cognitive (Ekman ; 2010). Ces travaux ont débouché sur des recherches scientifiques et l'émergence de nouvelles disciplines comme la récente gestuologie[190] ou science de la communication non verbale et des attitudes corporelles (*Ibid.*). L'empathie met en évidence la possibilité d'une praxis humanisante qui est le socle de toute forme d'accompagnement en quête d'une plus grande vivance, c'est ce qu'a compris et promu Karl Rogers (1970) qui est à la mise en praxis de conduites émotionnelles ce que Darwin a été à la compréhension des comportements. Bon nombre des pratiques d'accompagnement - dont la pédagogie perceptive - sont des héritières du développement de la personne (*Ibid.).* La notion d'empathie fait naître tout simplement une promesse à travers le passage d'un *pathos* vers un *ethos* inclut dans le vivre ensemble. En écrivant ces lignes, je prends la mesure de la puissance évocatrice de ce

[190] Voir : http://www.gestuologic.fr/m-173-formations-a-la-gestuologie.html. En France Axel Boucher propose des formations et des conférences sur cette science de la lecture des postures, des regards, gestes et des mimiques.

terme, tant sur le plan humain que relationnel et sociale, voire sociétal. Cette recherche peut-elle mener à des pistes inédites au sujet de l'empathie?

9.3 A propos de l'inscription sociale des émotions et de l'affectivité

Il y a des gens qui ne seraient tombés amoureux s'ils n'avaient jamais entendu parler d'amour.
La Rochefoucault

L'existence est une flamme qui, constamment, attaque et revivifie nos théories.
Laing

J'ai relaté lors du développement de la pertinence de cette recherche que mes déménagements hors de mes terres d'origine m'avaient donné accès à des expériences improbables dont certaines étaient relatives au champ émotionnel. La notion et la conscience de culture émotionnelle et affective m'étaient inaccessible il y a dix ans tant sur le plan théorique que de l'appui dans la mise en sens de mes vécus liés à mon être affectif. Aujourd'hui, elles sont une réalité concrète mise à l'épreuve au quotidien dans le sens proposé par Bernard Honoré (2008). Le constructivisme social des émotions comme leur anthropologie sont des champs théoriques que j'ai découverts assez récemment, notamment à travers les écrits de Vinciane Despret (1999), écrits qui m'ont fait relire avec un grand intérêt les travaux de Paul Rimé au sujet du partage social des émotions. Ces champs de recherche et certains de leur auteurs m'ont passionné. Probablement et en partie parce qu'ils ont accompagné une nécessité d'élargir ma cosmogonie affective à des catégories nouvelles. A la faveur de mes expériences d'immigration, j'ai réalisé combien il est difficile de se « décoller » de conduites affectives parce que tout bonnement, elles échappaient partiellement ou totalement à ma conscience, noyées dans une culture affective plurielle (familiale, scolaire, universitaire, communautaire, sociétale, etc.). La confrontation comme l'émerveillement lors de la découverte de nouveaux modes d'interexpériences a contribué à mon changement de regard sur la dimension sociale et culturelle de l'émotion et plus largement, celui de l'affectivité humaine.

La question de la dimension sociale de l'émotion et des déterminations ou constructions culturelles de l'affectivité met en perspective la compréhension de nuances au sein des cultures-mêmes de l'accompagnement et du soin, modulées d'une

discipline à une autre, d'un pays à un autre, d'un champ scientifique à un autre. La pratique du Sensible porte-t-elle sa propre culture des émotions ?

A tous ces niveaux, on s'aperçoit qu'il existe des variations au sein d'un nuancier constitué par la sensibilité à être touché, ému ou émotionné, par la dynamique à communiquer en attitude et en mots ce qui est ressenti, par la capacité à reconnaître la personne touchée, émotionnée ou émue. Expérientiellement, ces nuances ou ces « presque rien » font toute la différence qualitative au sein des relations humaines qui fondent un vivre ensemble. Pour David Le Breton, l'expression de l'intime, à la première personne, se confronte à un apprentissage social et à une identification aux autres qui nourrissent sa sociabilité[191]. Ces phénomènes constituent le 'fonds de commerce' de l'anthropologue, de l'ethnologue, du socio-phénoménologue ou du psychosociologue. Vu sous cet angle, la modélisation de l'émotion se bâtit sur des repères et des interrogations spécifiques.

> Comment ces déclinaisons du « presque rien » incitent à agir, modèlent les relations, construisent de la souffrance, de la déception ou de la jouissance? Quels sont ce que l'on pourrait nommer les « embrayeurs axiologiques » ou « affectifs » de l'action dans divers mondes sociaux? Pour ne prendre qu'un exemple qu'en est-il de la compassion – de l'empathie dit-on maintenant – dans les espaces de soin? Pour qui se dévoue-t-on, ou pas? [192]

Ces questions concernent en creux mon expérience de praticien-chercheur en psychopédagogie perceptive (et en psychosociologie). Elles ouvrent le regard sur des manières de traiter le sujet de l'émotion en s'appuyant davantage sur la *personne affectée, la personne émue* telles que ces pratiques les construisent, c'est-à-dire, en définissent la forme. Ces aspects prendront du relief dans le développement sur le champ des pratiques et des théories du Sensible. Des liens à faire entre les notions d'expérience et celles de l'émotion ou du champ de l'affectivité m'apparaissent nécessaire et prometteurs et avec eux s'annonce le passage à une investigation différente pour décrire, comprendre et apprendre l'univers complexe de la dimension émotionnelle et du champ de l'affectivité. Sur ce chemin, je trouve Ronald Laing qui définit la phénoménologie sociale comme étant

> la science de mon expérience et de celle des autres. Elle s'intéresse à la relation existant entre mon expérience de vous et votre expérience de moi – c'est-à-dire à

[191] Voir : David Le Breton, la construction sociale de l'émotion. http://culture.univ-lille1.fr/fileadmin/archives/lna/35/pg/4_5.pdf

[192] Voir : Yannick Jaffré, « Les terrains d'une anthropologie comparative des sensibilités et des catégories affectives », *Face à face* [En ligne], 9 | 2006, mis en ligne le 01 octobre 2006, consulté le 11 janvier 2015. URL : http://faceaface.revues.org/215

> l'inter-expérience. Elle s'intéresse à votre comportement et à mon comportement tels que j'en ai l'expérience, à votre comportement et au mien, tels que vous en avez l'expérience. (…) Ce qui nous intéresse, ce sont deux sources d'expérience en relation l'une avec l'autre. (Laing R. , 1969, p. 18 et 42)

Dans cette ligne de pensée, nous restons assez proches de l'intérêt porté sur l'empathie. Laing ne propose-t-il pas une définition de l'émotion « que nous pouvons agir sur notre expérience de nous-mêmes, des autres et du monde, aussi bien qu'agir sur le monde par notre comportement lui-même » (*Ibid.*, p.46) ?l'émotion prend place à la jonction du comportement et de l'expérience. L'émotion comme le disait Sartre est magique. Elle est une attitude qui change le monde et le façonne à notre image. Derrière l'émotion ou avec elle, c'est la tonalité de l'état humain qui émerge.

10. PREMIER BILAN, PREMIERE DISCUSSION

10.1 Les valeurs du langage

10.1.1 Une impression ou une réalité?

C'est dans et par le langage que l'homme se constitue comme sujet […],
dans sa réalité qui est celle de l'être […]
Nous trouvons là le fondement de la "subjectivité" qui se détermine
par le statut linguistique de la personne.

Car le langage est "marqué" si profondément par l'expression de la subjectivité qu'on se demande
si, autrement construit, il pourrait encore fonctionner et s'appeler langage.
Benveniste[193]

Dès mes premières lectures puis lors de mon engagement dans l'écriture de la présente thèse, une impression forte m'a saisi. Elle se trouve illustrée par les propos d'Anne-Caroline Rendu Loisel :

> Élaborer une histoire des émotions revient à proposer une histoire des valeurs, car les émotions sont pleinement intégrées aux codes et aux conditions sociales. Le chantier primordial et fondamental devient alors celui du vocabulaire affectif [relatif à l'émotion], un travail sur le lexique qui ne peut en aucun cas se passer d'une approche interdisciplinaire et interculturelle. (Rendu Loisel, 2013, p. xi)194

[193] Voir : http://w3.gril.univ-tlse2.fr/francopho/lecons/subjectivite.html#1.1.1.
[194] Voir : Anne-Caroline Rendu Loisel. Bruit et émotion dans la littérature akkadienne. Archaeology and Prehistory. University of Geneva, 2011. French.<tel-00770955>

10.1.2 Confirmation d'un élément problématique de ma recherche ?

La dimension émotionnelle emporte avec elle une sémiotique complexe dont rend bien compte la diversité du langage pour la désigner. Il en découle une difficulté sémantique et terminologique. Certains chercheurs affirment qu'avec le corps, « le langage est le principal catalyseur dans l'acquisition des émotions à chaque stade du développement » (Barbier & Galatanu, 1998, p. 22). Le langage pour décrire les émotions ou les comprendre est non seulement important à titre d*'outil* mais pour ces auteurs, il participe d'une certaine manière à *l'élaboration de l'expérience affective* et *à sa mise en sens*.

Des questions au sujet du langage *de* et *au sein* de la pédagogie perceptive émergent. Il est clair que la psychopédagogie perceptive bénéficie des outils pratiques permettant une parole vivante et charnelle dans l'oralité comme dans l'écriture avec la verbalité du Sensible (Bois, 2005), la réciprocité actuante (2007) et l'entretien à directivité informative (2007). Ce phénomène est d'ailleurs une des originalités et spécificités épistémologiques et méthodologiques du Cerap. Ce fait est argumenté par plusieurs auteurs (Berger, Austry, & Lieutaud, 2013; Berger E. , 2014). En effet, la praxis développée ici permet une communication intercorporelle dans une relation où, pour le praticien-chercheur, « ma [la] chair forme pair avec une autre chair » (Ricoeur, 1990, p. 336), une parole et les mots qui l'habitent et l'habillent émergent du lieu du Sensible et sont accueillis par lui. Voici un exemple éloquent, extrait d'une recherche de Mestrado en psychopédagogie perceptive (Large, 2007) :

> J'ai ressenti sensoriellement comme une mise en relief des thèmes par rapport au texte. Ils semblaient se détacher au-dessus du texte. [···] Sensation incroyable, l'analyse thématique me remettait dans mon corps, qui me donnait une information de justesse que [j'ai pu] réutiliser comme guide dans la suite, pour le reste de la thématisation. [···] Je l'ai vécu expérientiellement et j'ai senti dans ma chair l'effet de cette justesse quand ma pensée est accordée à la parole et à la pensée de l'autre. (pp. 74-75)

10.1.3 La problématique des marqueurs subjectifs et affectifs du langage (oral et écrit) du praticien-chercheur en psychopédagogie perceptive

Mais le langage de la psychopédagogie perceptive est-il pour autant marqué affectivement ?, a-t-il besoin d'une 'subjectivité émotionnelle' pour restituer son

contenu et ses effets dans ce que Benveniste nomme une « communion pathique »[195] ? Les réponses ne peuvent être assertives, car à ma connaissance, aucune investigation n'a été faite sur ce point. Expérientiellement parlant, la connotation affective me semble courante dans des modes communicationnels au sein d'une pratique intimiste comme celle de la pédagogie perceptive, pourrait-t-il en être autrement ? Quelques réflexions et des exemples issus de travaux académiques vont dans le sens de mon intuition.

Il existe bien « des trésors expressifs » [196] propres à l'univers de la psychopédagogie perceptive, à commencer par *un terme qui lui est insigne*. Je veux parler du mot « sensible » (et « Sensible »), terme susceptible de recevoir plusieurs interprétations dont précisément celle à connotation affective. Nous verrons au chapitre suivant comment cet achoppement a été évité. Mais, je me demande si, à l'occasion de ce mouvement légitime au regard de la rigueur recherchée pour spécifier ce que l'expérience n'est pas, quelques éléments de nature affective n'ont pas été délaissés ? Je comprends à ce stade de mon exploration que mon questionnement trouve en partie des réponses dans une problématique linguistique intrinsèque à la notion d'émotion comme il a été démontré au début de cette première partie théorique.

Nous le savons, face à des faits dits 'objectifs' et 'visibles', *l'énonciation de la subjectivité dans le langage* fait apparaître la personne dans sa singularité (sa subjectivité) de manière plus bien plus objective qu'on peut l'imaginer. Adopter cette vision revient à poser le langage comme un médiateur fiable favorisant l'expression la plus proximale de qui nous sommes et comme un bon moyen pour partager nos vécus. Mais sur un autre versant se dresse une difficulté. Comment unifier un discours, socialiser une expérience vécue, la comprendre et accéder à l'expérience de l'autre quand l'objet de ce projet relève d'un *fait d'expérience intrinsèquement subjectif ?* 25 années de pratique de la pédagogie perceptive m'ont montré avec véracité l'existence d'un embarras à cet endroit. De façon généralisée, une gêne se dresse devant le débutant comme pour l'expert, prenant la forme d'un obstacle - parfois douloureux ou handicapant - au moment de communiquer une expérience intime, signifiante et souvent fondatrice. En voici une première illustration extraite d'un journal de formation d'une étudiante en pédagogie perceptive :

[195] Voir : Jean-Claude Coquet, « Benveniste et le discours de la passion », *Linx* [En ligne], 9 | 1997, mis en ligne le 25 juillet 2012, consulté le 17 juillet 2015. URL : http://linx.revues.org/1072 ; DOI : 10.4000/linx.1072

[196] Le mot « trésor » est employé par le linguiste Ferdinand de Saussure pour nommer la langue (Kerbrat-Orecchioni, 2000).

> Le monde du ressenti, des sensations, était tellement nouveau, j'avais des difficultés à trouver le bon mot, à verbaliser. Je pensais qu'on ne me comprenait pas car je n'étais pas claire ! De plus, parler de mes sensations, c'était comme me dénuder devant les autres ! (M., l. 178-181) (Bourhis, 2012, p. 270)

Danis Bois (2007) a également relevé la difficulté du langage oral ou écrit pour évoquer et expliciter les vécus du Sensible. La citation qui suit manifeste des enjeux au niveau de l'écriture, enjeux présents à tous les niveaux de pratique de la pédagogie perceptive. Je vois dans cet extrait combien le défi est double. Il s'agit de rendre compte à la fois d'une expérience inédite, à la fois de tenter de restituer la dimension affective lui étant scellée :

> Un lecteur extérieur au domaine de la formation à l'expérience du sensible sera sans doute surpris du type d'expérience relaté dans les journaux, et pour un observateur non averti, *le langage utilisé peut parfois paraître « étrange »*, tout comme l'expérience relatée elle-même. […] (p.118) [je souligne]

Puis,

> Chez les étudiants débutants, le langage métaphorique est utilisé pour *tenter de donner un sens* à un phénomène qui apparaît flou et vague à leur conscience. Il semble alors *tenter de résoudre une problématique* qui se situe au niveau de la réception de l'information interne, où apparaît une opacité liée au caractère inédit des contenus expérientiels et *à l'absence de référentiel*. Les images les plus fréquemment répertoriées pour rendre compte des différents vécus, sont de nature aquatique (vagues, flux, flottement, apesanteur, coulée majestueuse, légèreté, couleur bleue, bain…). Chez l'étudiant plus affirmé, le phénomène interne apparaît clairement et précisément à sa conscience (évidence du vécu). Le langage métaphorique est ici utilisé plutôt pour répondre à *une difficulté à rendre intelligible le vécu*. La problématique se trouve au niveau du traitement de l'information interne qui *ne trouve pas de compréhensif équivalent*. Chez les étudiants experts de la relation au sensible, le phénomène se donne de façon claire à la conscience, la signification également, et la métaphore est là cette fois pour exprimer l'ampleur du phénomène vécu. La perception de la scène métaphorique traduit un processus cinétique *interne touchant un lieu de profondeur chaleureux de l'être* et exprimant un état de relâchement, de *calme et de sérénité*. On voit alors s'instaurer entre la métaphore et le sujet *une résonance énoncée de manière sublimée*. (*Ibid.,* p.119) [Je souligne]

Enfin,

> Finalement, la métaphore devient ici, une sublimation d'un terreau de sens tangible, *traduisant au mieux la force de l'implication* du sujet qui vit l'expérience du sensible. La description analytique du contenu du vécu serait *trop tiède* pour évoquer une « seconde naissance », ou encore la rencontre avec un « plus grand que soi ». Les étudiants sont *parfois si touchés et surpris* que seule la métaphore est capable d'exprimer *la mesure de la beauté et de la force de leur vécu*. On perçoit alors la prosodie de l'étudiant dans l'écriture. Ce n'est pas le mot en lui-même qui compte, mais *le lieu d'émergence* de l'évocation. (*Ibid.*) [Je souligne]

Ma recherche pointe *deux dimensions éminemment subjectives* et importantes dans le relief qu'elles peuvent donner à la vie ; celle relative *au Sensible* et celle relative *à la dimension émotionnelle et affective*! Expérientiellement parlant, l'une et l'autre demandent des efforts similaires pour en rendre compte dans le langage, qu'il soit oral ou écrit. La métaphore palie avec bonheur et créativité un obstacle réellement rencontré. De manière heureuse, ces efforts sont l'occasion d'une herméneutique, comme le montre ces trois témoignages :

> La difficulté, la confrontation, le manque ou l'absence d'ouverture crée en soi une douleur immense apparaissant sous forme de nœuds dans le ventre, dans la gorge, pouvant conduire même aux pleurs de son Moi profond qui est troublé, déstabilisé, le tout finissant par embrouiller l'esprit, le ressenti. (E1 : l. 212-214) (*Ibid.,* p. 185)

> Je pose mieux ce que j'appelle mes « grosses pierres », c'est-à-dire mes actes importants. […] J'ai une vision plus unifiée de la vie. Je me sens découvrir une chose nouvelle, riche, potentielle, et j'en suis tout frétillant, content. (C1 : l. 133-148). (*Ibid.*, p. 180)

> « Mon corps devint l'auteur de mes états » (F1 : l. 164-165) ; « Je devenais en même temps que mon corps l'auteur compositeur de mes états. » (F1 : l. 203-204) (*Ibid.,* p. 188)

10.1.4 Une présence affective : du langage du corps au corps du langage

A la faveur de ce qui a été nommé plus haut, en m'appuyant sur ma propre expérience, je constate un discours dans lequel se joue des marqueurs de satisfaction et d'insatisfaction, de plaisirs et de déplaisirs, d'appréciations positives ou négatives. Rien de plus légitime au regard d'un public en demande d'accompagnement à l'occasion de difficultés rencontrées de tous ordres, ou alors en recherche d'enrichissement et de valeurs ajoutées au sein de projets personnels ou professionnels, et d'un vivre au quotidien tout simplement. Il faut ajouter, en lien avec ces réalités, la nature proximale des modes interactionnels propres aux pratiques d'accompagnement d'une part, et davantage encore quand il s'agit de pratiques faisant appel au toucher d'autre part. La pédagogie perceptive est une discipline de *proximité, d'intimité* à plusieurs égards. Elle met en jeu un corps « ressenti depuis l'intériorité et la perception qui est mobilisée [et qui] fait de lui un espace singulier composé de vécus intimes, intenses » (Bourhis, 2012, p. 118). Oui, il s'agit encore de proximité et d'intimité au regard des distances qui sont la plupart du temps *intimes et personnelles* (Descamps, 1989, p. 126) : 1/ intime rapprochée (0 à 15cm) – c'est le cas dans le contact lors du toucher manuel de relation

ou l'aide manuelle gestuelle, 2/ intime lointaine (15 à 45 cm) – c'est le cas dans l'accompagnement en relation d'aide manuelle dans la gestuelle et dans les moments d'échanges verbaux lors de l'accompagnement manuel et gestuelle, 3/ personnelle lointaine (0, 75 à 1, 25m) ou 4/ sociale rapprochée (1, 25 à 2,10 m) lors des moments d'échanges verbaux (entretien verbal) ou cours de groupe et dans ce cas les distances sont plus grandes, 5/ publique rapprochée (3, 60 à 7, 50 m), et plus rarement 6/ publique lointaine (plus de 7, 50). Concrètement ces éléments issus de la proxémie[197] se lient avec ceux de l'affectivité dans la mesure où la distance altère les modes communicationnels. Dans des distances très réduites, la prosodie, le chuchotement, le regard, les odeurs corporelles, la texture des corps mettent en jeu des paramètres d'intimité favorables à des vécus, à des résonances et à des partages de nature émotionnelle. Consciemment et inconsciemment le champ de l'affectivité se trouve mobilisé. En tant que formateur et que bénéficiaire de la pédagogie perceptive, l'expérience sur le terrain de la pratique m'amène à établir un fait : *le langage du corps et la communication corporelle forment sans jeu de mots un corps de langage.* La personne, la dyade ou le groupe vit dans un contexte de rapport à soi et à l'autre dans lequel l'implication et la résonance forment une toile de fond sur laquelle s'opèrent les interactions[198]. Je rappelle que le toucher - un élément fondateur de notre pratique - porte à lui seul des mises en contexte de résonance qui dépassent le sens stricte de la perception kinesthésique comme le précise Hélène Bourhis dans sa thèse relative au toucher manuel sur le mode du Sensible :

> la formation au toucher manuel de relation est une formation expérientielle, dans laquelle sont mobilisées aussi bien des 'savoir-faire', que des compétences relationnelles et même des 'états d'être' touchant à la réalité intime de la personne. (*Ibid.,* p. 101)

A la faveur des témoignages recueillis, comme les deux suivants (Berger, 2104), l'énonciation des phénomènes relatifs à l'expérience du Sensible ne montre-t-elle pas au départ une étroitesse des liens existants entre l'''émotivité'' et la ''subjectivité'' ?

---

[197] La proxémie, une discipline scientifique, étudie l'organisation signifiante de l'espace des différentes espèces animales et notamment de l'espèce humaine (Parlebas cité par CNRT). C'est l'étude des positions relatives des interlocuteurs. La proxémique s'intéresser aux relations spatiales (...) qu'entretiennent les personnes entre elles. Voir : http://www.cnrtl.fr/definition/prox%C3%A9mie

[198] J'ajoute qu'à l'occasion de mes interventions de formation au département de psychosociologie, j'ai vu des processus similaires alors que le toucher manuel ne fait pas partie de nos situations pédagogique. L'introspection sensorielle a un impact sur le climat de confidence intra et interpersonnel et la nature des partages effectués. Le toucher du silence est une réalité impliquante, il met en mouvement une affectivité sur plusieurs plans.

> un mouvement très doux à l' intérieur du corps, continu, indépendant de toute volonté ; un mouvement qualitatif, comme un guide libre dans ma matière qui m' offre des orientations, et une grande intensité. (*Ibid.*)

> Je sens assez vite que je pars vers le bas, comme dans un toboggan, puis que je remonte. [···] Je sens que je m' enfonce dans le matelas, comme si j' étais sur un coussinet d' air qui se dégonfle ; je me sens lâcher par degrés, par paliers et descendre plus bas à l' intérieur de mon corps. [···] Je sens que ma tête s' agrandit, s' approfondit. (*Ibid.*)

Pour le linguiste Bally[199], la vie se caractérise par l'importance du rôle qu'y jouent les éléments affectifs et « rien de ce qui est subjectif ne saurait être dépourvu de nuance émotive ; tout ce qui est émotif est, par là même, subjectif » (Bally, cité par Kerbrat-Orecchioni, 2000, p. 43). A l'appui de ces remarques, on peut se poser la question du langage propre à l'univers vécu de la pédagogie perceptive et des éléments affectifs qu'il contient ou suggère. Je prends un autre exemple parmi des centaines présents dans les documents académiques du CERAP. Les propos d'Eve Berger extraits de sa thèse, portant sur la question du rapport au corps et création de sens donnent à voir la présence d'énoncés relatifs à une tonalité affective. L'auteure est émotionnellement impliquée dans son expérience du Sensible mais aussi au cours de la formulation de cette même expérience :

> Dans la manière dont je vis ma posture, je perçois une sorte de *tranquillité infinie*. Je suis posée là comme depuis toujours et pour toujours, il n'y a ni question, *ni angoisse*, ni projection, ni attente, ni…[…]. Ce que l'on appelle une immobilité de repos, mais que je n'avais pas notée sur le coup parce qu'elle était en arrière-fond par rapport à *la joie intense*, non encore épuisée par le temps, de vivre la liberté autonome de ma conscience, dans l'espace infini du mouvement extracorporel. […] Dans cette présence globale autour de moi, cette *enveloppe chaleureuse et rassurante*, il y a devant moi comme une concentration de ce mouvement. (2009, pp. 304-305) [je souligne]

10.1.5 Une pré-enquête lexicale sur la terminologie à connotation émotionnelle

A l'issue de ma première exploration, le constat plus ou moins prévisible, comme le questionnement qu'il engendre, m'ont conduit à répertorier la présence et la fréquence de certains termes explicites liés à la dimension émotionnelle et au champ de l'affectivité (à commencer par ces deux expressions). Ce travail prolonge celui présenté dans ma pertinence scientifique sous forme de tableau (cf. Tableau 1). Je m'appuie également sur des contenus sémantiques de ma recherche de mestrado. Cet exercice

[199] Charles Bally s'est intéressé à l'expression des faits de la sensibilité par le langage et l'action des faits de langage sur la sensibilité. Auteur du « langage et la vie », il est fondateur d'une école de la stylistique vue comme l'étude des « procédés et des signes par lesquels la langue produit de l'émotion. »

donne une visibilité superficielle et non exhaustive du langage à connotation affective que je vais utiliser dans ma recherche, en montrant sa présence ou son absence dans des travaux similaires à propos du Sensible. On y trouvera des substantifs, des qualificatifs, et certaines expressions qui constituent le vocabulaire courant de ma pratique professionnelle comme celui de ma vie quotidienne. Sous forme de tableau (Tableau 2), voici le résultat d'un repérage de la fréquence de différents termes et expressions utilisés dans sept thèses de doctorat effectuées à ce jour qui traitent spécifiquement du domaine de la psychopédagogie perceptive. Bien que les axes de recherche que je ne détaillerai pas soient différents d'une thèse à l'autre, il m'a semblé intéressant d'en retirer la sélection suivante à titre purement informatif car je ne traiterai pas ces données dans une rigueur statistique[200] ; cette esquisse d'un état des lieux linguistique à connotation affective implicite me permettra quelques remarques.

[200] Ce travail aurait certainement sa pertinence et pourra faire l'objet d'une publication ultérieure. A l'occasion de cette première synthèse, je prends la mesure en temps réel de la valeur du langage, de ses défis et de ses enjeux à deux niveaux au moins : celui de l'accès et de la compréhension de l'expérience de la personne au contact du Sensible, celui de l'effort linguistique déjà fourni et à poursuivre pour socialiser les pratiques et les théories du Sensible, en particulier en ce qui concerne la dimension émotionnelle et le champ de l'affectivité qui la caractérise. Nous sommes bien au cœur du propos de cette thèse.

Tableau 2 :**Repérage de termes à connotation affective dans sept thèses de doctorat effectuées sur la pédagogie perceptive**

	Bois (2007)	Berger (2009)	Bourhis (2012)	Santos (2012)	Rosier (2013)	Lieutaud (2014)	Cencig (2015)
Emotion	28	41	50	15	9	31	135
Emotionnel, le	13, 6	13	57	17	31	22	164
Emotionné, e	0	0	0	0	0	0	0
Emu, e	0	1	1	8	0	3	3
Touché, ée,	12, 21	0, 2	42	1,2	20, 0	65, 12	37, 70
Bouleverse, é, ée	0, 2	0, 2	43	5	0, 0	22	0, 2
Empathie	7	5	48	8	1	9	20
Affectivité,	2	3	3	9	10	17	112
Affectif, ve	9, 10	1, 9	6, 15	8, 3	3, 0	23, 27	16, 43
affects	0	0	3		0	16	5
Affection	0	9	6	5	0	1	21
Auto-affection	0	0	0	0	0	0	3
Meta-affection	2	0	0	0	0	0	1
Sentiment	153	167	140	228	138	147	321
Sentiment d'existence	1	0	0	0	0	0	0
Sentiment de soi	8	2	3	6	1	0	6
Etat d'âme	6	0	0	0	7	0	5
Humeur	1	1	3	0	20	0	14
Sécurité	8	2	4	5	0	2	49
Sentiment de sécurité	0	0	0	0	0	0	2
Dimension émotionnelle	0	0	0	0	0	0	0
Champ de l'affectivité	0	0	0	0	0	0	0
Joie	13	4	6	52	1	23	27
Tristesse, triste	8	0	0	10	0	2	70
Colère	1	0	0	2	4	10	123
Peur	37	11	31	16	4	21	197
Melancolie	0	0	1	2	0	0	0
Chaleureux	2	0	0	0	0	0	2
Enveloppant, e	2	1	2	0	0	1	0
Douceur, doux, ce	64	20	42	55	1	3	242
Beau,	9	64	48	8	0	122	780
beauté	1	0	1	3	0	22	6
Amour	70	7	12		1	9	91
Tendre	3	32	0	2	0	29	57
tendresse	1	2	2	2	0	2	4
Âme	3	5	2	3	1	10	5
Grâce	1	4	0	1	0	0	1
Sacré	0	1	1	4	0	4	47
Divin	1	0	0	15	0	3	26
Confiance	71	8	119	152	27	48	638
Confiance en soi	2	0	0	2	6	2	26
Respect, respecté, ée	1	34	52	61	2	87	223
Aime, -er aimant, e aimé, -e	28	3	10	112	1	32	159
Sensible	511	522	665	3654	54	139	499
sensible	15	22	-	-	54	19	25

Tout en considérant avoir à peine effleuré une investigation à faire dans l'avenir, le regard transversal des sept références choisies (avec une moyenne approximative de 556 pages et 222 400 mots par thèse), pointe plusieurs éléments. Le terme « émotion » se présente dans tous les travaux, mais dans un bien moins grand nombre que celui de « sentiment ». Le terme « affection » et ses dérivés est encore moins présent. Le terme « touché » dans ses différentes formes grammaticales est aussi là. Le mot « confiance » apparaît être état affectif très cité. La notion d'intimité est elle aussi représentative. Suivent derrière les mots comme « douceur », « amour », « respect », « beau », « joie » (plus que les autres émotions de base). Les catégories de rangement comme « dimension émotionnelle » ou « champ de l'affectivité » n'existent pas dans ces travaux. Le terme « Sensible » est considérablement cité, et le qualificatif (sens commun) portant la même phonétique, est présent de façon minime.

Que retenir de ces éléments ? Je ne suis pas statisticien et je ne dispose pas d'éléments comparatifs avec d'autres travaux relatifs à des approches somatiques d'accompagnement comme celle du Focusing par exemple. Je pensais ne pas avoir d'attentes particulières quant à la présence ou à l'absence de la terminologie à connotation émotionnelle dans le vocabulaire de la recherche au sein du Cerap. Je précise que toutes ces recherches s'appuient sur des données empiriques et contiennent des extraits de verbatims signifiants pour les chercheurs et chercheuses concernés. La première résonance me renvoie à l'intérêt de ma recherche pour éclaircir la dimension émotionnelle et le champ de l'affectivité dans le paradigme du Sensible. Je relève la présence d'éléments permettant d'affirmer que notre pratique mobilise la dimension émotionnelle si je me cantonne à ce tableau. Quand je me projette à rebours sur 25 ans de pratique du Sensible, que j'écoute ma résonnance globale et personnelle, l'impact dans mon parcours et mon ressenti, je me heurte à l'évidence d'une affectivité bien plus prégnante que ce qui ressort du tableau récapitulatif ci-dessus. J'avoue rester sur ma faim et cela me plaît. Est-il possible que les termes utilisés et habituellement référencés comme étant significatifs de la dimension émotionnelle et du champ de l'affectivité ne soient pas adaptés à cette même dimension dans le contexte de la psychopédagogie perceptive et du paradigme du Sensible ?

Toujours à la faveur des connaissances apportées par la linguistique, l'émotion se compte au côté de l'idéation et de la volition dans les trois éléments constitutifs du langage selon Bühler (*Ibid.*, p. 37). Ce qui fait dire à Ullman que

> le langage est l'expression de l'âme humaine. Il aura donc la même constitution complexe et instable que notre vie psychique. En principe, tout acte de parole comportera des éléments de pensée, de volonté et de sensibilité. […] Les fonctions affectives du langage sont aussi fondamentales que ses fonctions intellectuelles […]. (*Ibid.,* p. 38)

Existe-il un langage affectif qui ne peut être dévoilé par le vocabulaire 'traditionnel' ou 'courant' ? A la faveur de mon expérience, je ne peux renoncer à la présence d'un univers affectif dans lequel baigne le Sensible à ce stade de ma recherche ! Il est bien trop tôt pour répondre à cette question et je la porte avec délicatesse comme un objet précieux pour la suite de mon exploration théorique. Je clos ce volet relatif au vocabulaire par une porte entre-ouverte sur des perspectives issues d'une réflexion linguistique fouillée à propos des émotions dans les interactions (Plantin, Doury, & Traverso, 2000).

10.1.6 Quels codes linguistiques pour l'expérience émotive ?

Historiquement, le langage verbal a été utilisé pour étudier l'expérience subjective des émotions, essentiellement en psychologie (Galati & Sini, 2000, p. 75). Lorsqu'on utilise le langage qui exprime et indique les émotions communiquées ou objectivées, on peut accéder à des informations pertinentes pour comprendre le traitement symbolique réalisé par *un code linguistique à l'égard de l'expérience émotive*, c'est le niveau de recherche formel et métalinguistique selon Galati (*Ibid.*). Trois propriétés fondamentales se présentent dans l'univers lexical des émotions. La première est que deux axes semblent indissociables dans tout référentiel lexical des émotions, celui de l'évaluation (plaisir/déplaisir) et celui de l'activation. La seconde propriété découle de la première et montre un axe bipolaire à l'origine de variation de l'intensité entre deux extrêmes. Enfin la troisième propriété est qu'il est possible d'attribuer « tout terme émotionnel, ayant une certaine position par rapport aux deux axes, comme un certain type de combinaison de plaisir et d'activation » (*Ibid., p.76*). La composante hédoniste, la diversité des interactions et le degré de maîtrise de la personne sur son milieu constituent les données génériques à partir desquelles les principales ressources d'analyse sémantique sont établies. Ces auteures mettent l'accent sur un lexique « expressif » trop exclusif (*Ibid.*, p. 106) et par conséquent réducteur au regard de la complexité de l'expérience émotionnelle. Si les sciences du langage ont rejoint les cercles de rencontres scientifiques dévouées à l'étude des émotions, c'est bien que le

« *langage has a heart* » (Ochs & Schieffelin *cité par* Catherine Kerbrat-Orecchioni, 2000, p. 63) et pour cette auteure, il est admis que l'on ne sait pas grand-chose de la physiologie et de l'anatomie de ce cœur…

Et si le cœur du langage 'à propos de l'émotion' se trouvait ailleurs que dans les seuls mots intelligibles détenus dans le vocabulaire relatif à l'expression émotionnelle et plus qu'au processus lui-même d'ailleurs ? Pour certains chercheurs, capter le « grain fin et le rendu émotionnel subtil » d'une expérience comme celle de l'émotion (Auchlin, 2000, p. 195) ne dépend pas d'une représentation conceptuelle mais du degré d'« expérienciation, plus ou moins directe, plus ou moins composée, etc., que l'on peut en faire » (*Ibid.*, p. 196). Ce sont moins les termes employés que les indicateurs vocaux et intonatifs qui rendent possible l'enracinement expérientiel de l'interprétation et la reconnaissance d'une émotion. Pour le dire autrement, la texture expérientielle avec son grain fin lors d'un accroissement de la perceptivité rend compte de la totalité de la dimension émotionnelle présente chez celui qui la vit et qui souhaite la partager, comme chez celui qui l'observe et veut la comprendre et l'interpréter (interlocuteur, chercheur en rapport à son interview par exemple).

Dans une expérience qui nous touche, deux phénomènes entrent en collision lorsqu'il s'agit de l'énoncer. Dans la parole se présentent des émotions d'origine distinctes avec d'une part, des affects exogènes - indépendant de l'activité langagière – concernant l'expérience en cours, ou l'évocation d'une situation, et d'autre part, des affects endogènes liés à l'exercice propre de la parole qui peut se chercher, tâtonner, butter. A un degré moindre, il en va de même pour la parole écrite. Deux sources indépendantes participent donc à un vécu unique, qui est néanmoins hétérogène. J'ai personnellement expérimenté cette réalité de nombreuses fois chez moi et chez des personnes, dans des contextes divers, dont celui de mes entretiens de recherche pour cette thèse. En effet, mon interlocuteur ou moi-même, nous nous trouvions à gérer deux vécus enchevêtrés sous le coup de l'enthousiasme, d'une intensité relative à la situation évoquée ou à l'émergence d'un vécu à teneur affective venant se sur ajouter dans le flux de nos échanges. Nous vivions ce que Bouchard (2000) nomme des « micro-émotions » ou « micro-émotions interactionnelles ». Ces petits événements affectifs passent inaperçus lors des interactions, ou ne font pas toujours l'objet d'une analyse lors d'un entretien. Certains d'entre eux se retrouvent facilement lors de l'écoute des enregistrements audio phoniques, puis dans les verbatims. Ce sont ces « presque-mots » et « petits mots » comme certaines interjections (*Ibid.*, p. 230, 231) sous formes de

petites onomatopées ou de silences (« hum », « ah » ; « donc », « ouais », « enfin », « bref », etc.) qui viennent en échos à des états d'âme qui ne peuvent pas prendre la forme explicitée du langage plus académique. Ils sont « indissolublement affectifs et logiques en même temps » (*Ibid.*). A ce corpus s'ajoute tout l'arsenal de manifestations corporelles discrètes (mimiques, mouvement respiratoire, crispations, détente, regard, rires, soupirs, gestes parasites, etc.)

La problématique lexicale de ma recherche rejoint un problème majeur qui est de savoir si les valeurs émotionnelles conduites par des énoncées viennent de leurs caractéristiques internes, ou sont le résultat de causes plus externes liées à leur énonciation (contexte, accompagnement prosodique). Lorsque que l'émotion est envisagée, Bally se demande toujours :

> *Mais cette émotion, d'où est-elle née ?* Des mots ou des tours que la langue a fournis ? Ou bien de la manière plus ou moins personnelle dont les phrases ont été prononcées, de gestes significatifs, d'une mimique expressive, de mots employés dans des acceptions inédites, en un mot : du langage propre au parleur ? Ou bien, enfin, *de la réalité pure et simple dont la parole est la traduction matérielle, des circonstances dans lesquelles elle a été prononcée, de la situation ?* (Bally, cité par Kerbrat-Orecchioni, 2000, p. 36) [Je souligne]

J'arrime le questionnement de Bally à mon objet de recherche. Actuellement, je ne dispose pas de tous les éléments pour donner une réponse assertive aux questions posées. Ces questions sont cruciales, je les situe au cœur de ma recherche et très proximales de ma question de recherche – Qu'apportent les explorations théoriques et les vécus phénoménologiques du Sensible à la compréhension de la dimension émotionnelle et affective en psychopédagogie perceptive ? *Elles touchent l'énigme et des préoccupations qui me taraudent depuis des années*. Ce mouvement, loin de fermer la boucle, ouvre grand l'espace d'exploration et son lot d'incertitudes. Je ressors de ma discussion « à propos du lexique des émotions » avec de nouvelles questions, équipée d'une attention et d'une vigilance naissantes à propos des contenus discrets pouvant accompagner mes interactions au quotidien comme celles à venir au contact de mes différentes lectures et de mes écrits à produire lors de cette thèse. A l'issue de cette section, une question émerge : existe-t-il un code linguistique spécifique à l'expérience du Sensible et *à la dimension émotionnelle qui la caractérise* ? Est-il à créer en ce qui concerne la deuxième section de cette formule interrogative ?

10.2 L'histoire affective de la recherche sur les émotions

Recenser les travaux scientifiques relatifs aux émotions ressemble un peu à la traversée d'un champ de mines. Les horizons sont larges, les problèmes de terminologie récurrents et les perspectives multiples. Comme le précise A. Damasio, « […] il n'est plus possible de rendre justice à toutes les contributions » (2010, p. 12). C'est en partie dans ce climat que j'ai débuté et que je clos ma première investigation théorique.

On peut dire que la fin du XXème siècle signe une 'révolution' affective dans le sens d'une acceptation de l'émotion comme un facteur explicatif déterminant de la psychologie humaine, de la dynamique interpersonnelle au sein des groupes, sur le plan social et culturel. Il est établit que la majorité des mécanismes psychologiques sont influencés par les émotions (perception, mémoire, attention, jugement moral, etc.), nécessaires à l'émotion (exple : déclenchement, expression, partage), impliqués dans la modulation des émotions (évaluation, régulation, suppression). Les approches interdisciplinaires des états et des processus affectifs ont permis de déterminer différentes composantes de l'émotion dont les principales sont : la composante d'évaluation cognitive, la composante d'expression, la composante de tendance à l'action, la composante de réponse périphérique et celle du sentiment subjectif. A ces dimensions se sont ajoutées celles liées à une prise en compte de déterminismes et de constructions sociaux-culturels et qui donnent à l'émotion sa fonction sociale. Un intérêt pour la vie et l'expérience affective progresse dans une courbe qui n'infléchit pas. Ce mouvement ouvre la porte à des communautés maintenues longtemps hors du champ des sciences, je veux parler de celles des praticiens-chercheurs, des formateurs ou intervenants sociaux, des artistes de différentes disciplines. Ils sont venus élargir les horizons et les sensibilités théoriques et méthodologiques dans le domaine qui nous intéresse.

Sur un autre plan, mon exploration m'amène à plusieurs interrogations au sujet de la dimension émotionnelle et le champ de l'affectivité que je cherche à rendre compte et à mieux comprendre. C'est ce que je vais préciser maintenant. Quatre questions m'animent, elles concernent le corps et le mouvement, l'expérience subjective, la nature de la personne affectée et la place pour une expérience intra-affective.

Quelle dimension émotionnelle et quel champ de l'affectivité ?

10.3 Le corps et le mouvement : quelle place et quelle identité?

Nous avons vu que le corps a été longtemps considéré suspect dans les premières tentatives de définition de l'émotion. (Basset, Le mystère de l'affectivité, 2013). Progressivement l'évidence de son implication dans le phénomène de l'émotion s'est imposée. Je l'ai mentionné, certains hommes et femmes de science ont contribué à une prise en compte du corps dans la compréhension de ce qu'est une émotion. Au moins deux contributions du corps sont relevées. La première nous vient de la physiologie par la mise en évidence de modifications à différents niveaux et dans différentes structures du corps (vasculaires, musculaires, hormonales, neuronales). La seconde se constitue dans la dimension esthétique et performative du corps. A travers la gestuelle – et notamment celle du visage et de ses mimiques (Ekman) – le corps donne une figure aux émotions et aux sentiments. L'émotion met en forme la personne affectée. Mais le corps, c'est aussi le lieu où se joue, et souvent à notre insu, le théâtre silencieux d'un dialogue avec le monde. Il est ce terreau sensible sur lequel le monde et ses événements se réfléchissent, et qui, mêlé à des pensées automatiques ou à des états psychiques subtiles

participent à nos manières d’incarner notre être affecté (André, 2009)). L’émotion mobilise le corps et le mouvement, elle crée aussi l’inverse, c'est-à-dire, son ralentissement ou sa sidération. Ces deux phénomènes démontrent le potentiel énergétique de l’émotion dans le sens qu’elle exprime une force d’action, de régulation ou d’inhibition, de consommation ou d’alimentation physiologique (James). Elle est un ’carburant’ social (rappelons-nous l’étymologie tiré du moyen-âge : l’émotion est un mouvement social) dans le sens où c’est elle qui donne en grande partie la température des interactions humaines. Pour le courant du constructivisme social, c’est aussi l’inverse. Les codes sociaux créent des modèles d’expression et de conduite affective. La dimension émotionnelle et le champ de l’affectivité porte en elle une composante cinétique indiscutable. Le mouvement est à entendre de trois manières au moins. Sans hiérarchie, la première est liée à la dimension expressive, visible et plus ou moins consciente pour la personne affectée, la seconde concerne des manifestations organiques invisibles et quasiment imperceptibles qui généralement ne font pas l’objet d’une saisie conscience, la troisième se réfère à la relience entre les individus et ses formes variées (sympathie, antipathie, empathie, etc.).

Dans les modèles classiques et contemporains des émotions et de l’affectivité, le corps comme le mouvement sont perçus et décrits en tant que des ’objets’ animés par une conscience toute relative du sujet dans le sens qu’ils sont le théâtre de manifestations primaires et automatiques, longtemps entendus sous une forme de catharsis liée à l’identification et au débordement. Plus subtilement, on accorde au corps et au mouvement l’expression du désir (dans son sens commun et non psychanalytique) et de la motivation. Sur un autre plan encore, l’émotion est ce qui extrait la personne de l’absence à elle-même ou au monde qui l’environne. Dans la mesure où ses manifestations interrompent le cours naturel des activités de la personne, le corps est à la fois le déclencheur et un perturbateur de la conscience émotive de la personne.

Il faut le reconnaître, en gros, le corps reste confiné dans un statut de machine plus ou moins sensible, adaptable et réactive aux aléas de l’environnement interne (biochimique, neurophysiologique, psychique sous la forme de processus mentaux liés à la mémoire, à l’anticipation, à la motivation, etc.) ou externe (relationnel, culturel et ethnique, etc.). Dans l’ensemble du corpus que j’ai étudié jusqu’à présent, il est rarement question d’un corps sujet, d’un corps ému en dialogue intime et vivant avec la personne affectée qu’il abrite. Faudrait-il accorder une place plus grande ou différente à la subjectivité pour révéler des mystères non élucidés, ceux d’une *personne affectée* aux

prises avec ses émotions ou grâce à elles, celles d'autrui et du monde dans toute sa complexité ?

10.4 Interroger l'expérience subjective du sujet

En suivant cette ligne, la science s'est intéressée de plus près à au *vécu et à l'expérience* (non plus uniquement aux manifestations visibles et aux modifications bio-neurophysiologiques). Une porte s'est ouverte sur l'homme affecté. Dans ce mouvement, une richesse de données semblait inépuisable. Cela a été effectif, il faut le reconnaître. Mais là encore, la terminologie se montre cruciale. Qu'entendre par expérience subjective du sujet? Et avant de tenter de répondre à cette question, une autre me taraude : *qu'est-ce que l'expérience ?*

La consultation des modèles classiques tend à montrer une expérience subjective de la personne cantonnée aux processus mentaux plus ou moins conscientisés, aux échanges sociaux et à la systémique des rapports interpersonnels humains tout au long de la vie *versus* des manifestations et des modifications bio-neurophysiologiques et corporelles. Pour le psychologue expérimental et le psychosociologue ou le systémicien, pour l'anthropologue, l'ethnologue ou le théoricien de l'attachement, pour l'artiste performatif, les versions de l'expérience et de la subjectivité ne sont jamais les mêmes. Pour chacun d'eux, la personne affectée, émotionnée ou émue[201] apparaît à travers une préoccupation tournée vers une forme d'intériorité et d'extériorité du sujet affecté bien définie par un prisme révélant l'enclos paradigmatique qui la saisit. Dans ce contexte, les résultats et les découvertes à notre disposition remplissent un vide de connaissances, réduisent quelques tourments et ouvrent sur de nouveaux questionnements. Il ne s'agit pas de rejeter les fruits de la formidable épopée dont j'ai tenté de rendre compte certains points. Elle porte des trésors et ses effets rayonnent dans de nombreux secteurs de la vie de la personne et dans nos sociétés. Mais est-ce suffisant?

Pour Pierre Vermersch[202] les praticiens ont toujours une ou plusieurs longueurs d'avance sur les théoriciens. Ce constat et cette pensée, même si elles provoquent, rendent justice à la force épistémique du vécu et de l'expérience quand on prend la peine de l'expliciter, et si l'on s'équipe d'outils ajustés pour ce projet. Si l'émotion est

[201] A ce stade de ma recherche, ces expressions apparaissent tautologiques. Les développements ultérieurs vont mettre en place les moyens de questionner et d'établir des nuances possibles entre l'affecté, l'émotionné, et l'ému. Je dois reconnaître que ce point est central dans ma recherche comme dans ma vie.
[202] Voir la préface du livre, *Le moi renouvelé* (2006).

perçue comme une énergie qui met en mouvement, ralentit ou immobilise le corps, si elle est le fruit ou si elle conditionne les interactions entre la personne pensante, percevante et agissante, si elle joue sur le rapport d'une personne à une autre, avec un groupe et en son sein, si elle agit sur l'attention et la vigilance et dépend de processus liés à la mémoire, si elle est auto déterminée ou construite ou encore le fruit d'une culture, l'émotion reste une formidable alchimie qui pose une énigme dont on ne connaît toujours pas un certain fond. N'est-ce pas en raison d'un manque? Et n'est-il pas lié à *l'accès au vivre dans sa formule la plus qualitative, la plus singulière et la plus souveraine*? Un vivre qu'aucune éprouvette, qu'aucun graphique, qu'aucune statistique ne pourrait sortir de l'ombre dans laquelle les méthodes utilisées la fixe? Un formidable défi pointe à l'horizon sous la forme d'un acte de foi pour le scientifique positiviste, celui de se déshabiller de tous les artifices et tous les outils extérieurs et d'aller sonder l'expérience émouvante d'un Moi regardé et considéré comme il ne l'avait pas été auparavant.

Si la psychologie expérimentale s'est engagée dans l'exploration du sentiment subjectif, couvre-t-elle l'expérience vécue et le phénomène émotionnel dans tous ses recoins et tel qu'il se donne au sujet qui le vit? Là encore, ne peut-on pas aller plus loin?

Le corps peut-il devenir une source de connaissances pour la personne elle-même? Par une verbalisation et une communication de l'expérience émotionnelle naît un sujet capable de rendre compte de différentes composantes de cette émotion (expressions motrices, tendances à l'action, symptômes physiologiques, représentations et régulation conscientes, etc.). Le rapport perceptif au corps, aux pensées lors de la description de moments de vie (par des interviews ou récits) donne naissance aux prémices d'une autre version de la personne affectée. Nous touchons à un univers tabou pour une certaine science, celui des approches purement qualitatives et expérientielles. Cet univers contient les champs d'étude qui s'intéressent à la description des choses telles qu'elles sont. A mon sens, nous sortons du cercle des modèles classiques de l'émotion et du champ de l'affectivité.

10.5 Le sujet émotionné, affecté : peut-on en rester là?

L'approche catégorielle des émotions donne à voir les différentes figures d'un sujet affecté répondant à des programmes performatifs inscrits dans l'évolution de l'espèce humaine, construits socialement et culturellement, ou liées à l'autobiographie

de la personne. L'étude des caractéristiques individuelles liées au traitement de l'information émotionnelle (intelligence émotionnelle) fait référence aux capacités de traiter les émotions et à une certaine manière d'agir avec elles. Dans une certaine mesure, la prise en compte du sujet affecté a fait naître des disciplines nouvelles comme par exemple celle de la psychologie différentielle qui s'attache aux traits émotionnels liés à l'intensité affective (propension à manifester et à éprouver des réactions émotionnelles plus élevées que la moyenne) et à l'expressivité émotionnelle (la tendance d'un individu à extérioriser des émotions). Ce dernier aspect a fait l'objet d'études sur la capacité de percevoir les émotions d'autrui, sur la communication non verbale, sur l'expérience subjective des émotions, sur les performances sociales et notamment celles de produire des comportements affectifs sous demande, et enfin, des recherches ont fait le point sur les différences inter-sexe. Si je considère que le sujet émotionné ou affecté est définit par ces investigations et d'autres abordées tout au long de cette partie, une fois encore, en avons-nous fait le tour? En d'autres mots, ces recherches et ses méthodes ont-elles épuisées ce que je nommerais *la véracité ou l'épaisseur vivante de l'expérience de la personne affectée, de la personne émue* ?

Dans le corpus théorique consulté, tout en reconnaissant la courbe croissante d'une attention portée sur le sujet touché, je ne décèle pas d'investigations dans un rapport plus intime à *l'expérience* subjective, c'est-à-dire dans un rapport plus phénoménologique d'une part, et de nature intra personnelle et affective d'autre part. Rien dans ce que j'ai lu, ne met en perspective de quoi alimenter une analyse de ma propre personne affectée par *certains aspects de l'expérience* qui est la mienne au sein des pratiques du Sensible.

10.6 Envisager une expérience intra affective de la personne?

Pour finir et dans la ligne de ce qui précède, nous sommes loin de la mise en perspective d'une expérience où la personne rencontre une dimension émotionnelle intrinsèque, c'est-à-dire, non dépendante de facteurs environnementaux ou de constructions psychiques et biographiques. C'est ce que je nomme l'*« expérience intra-affective »*. Je n'ai pas rencontré la place ni la culture pour une proposition de cette nature dans les champs que j'ai étudiés jusqu'à présent. Comment cela se pourrait-il d'ailleurs? A ma connaissance, l'approche freudienne que je n'ai pas abordée, et qui s'intéresse plus à l'affect qu'à l'émotion, semble être une des seules disciplines

reconnues, avec celles des théories constructivistes et ethno-psychiatriques, pour poser une attention et établir sur une sorte de boucle 'rétro affective' du sujet sur lui-même. Mais dans ces approches, le but recherché reste l'établissement ou la libération de niveaux de conscience enfuis dans l'inconscient individuel ou collectif. Nous pénétrons là sur le terrain des praticiens et des cliniciens et sortons du domaine strict de la recherche.

Là encore, en me référant à mon expérience, une dimension de l'affectivité rencontrée sur le terrain fait défaut dans l'exploration qui a été la mienne jusqu'à présent.

10.7 Quatre éléments de la complexité et de l'incomplétude des recherches classiques et contemporaines sur la dimension émotionnelle et le champ de l'affectivité

En conclusion, il ressort de ma trajectoire exploratoire au moins quatre éléments qui expliquent à la fois la complexité et l'incomplétude des recherches classiques et contemporaines abordées dans cette partie (Schéma). Je me suis attardé sur le champ sémantique insaisissable dans sa diversité, ce qui sur un plan donne de la place à la créativité. Les recherches pointent de façon plutôt floue trois espaces en reliances permanentes, celui du sentir, du penser et de l'agir, ce qui élargit les possibilités de compréhension et d'appréhension tout en les complexifiant. Les efforts des chercheurs tels que je les ai perçus restent centrés sur des paramètres mécanistes, plus neuro-physiologiques qu'autre chose. Sont mises en avant des prouesses technologiques pour montrer ce que l'organisme est capable de réaliser sans la participation consciente de la personne sensée vivre les phénomènes démontrés. De nombreuses tentatives pour renverser cette tendance sont réelles, à commencer par un précurseur, W. James. La dimension sociale des émotions arrive tardivement dans l'histoire de la recherche telle que je l'ai comprise. Quant à une subjectivité plus intime – recueillie par la personne affectée et à la première personne – je ne l'ai pas trouvée. Mise à part les toutes récentes recherches dans le domaine novateur des neurosciences spirituelles, l'expérience subjective transmise par la personne affectée reste mise de côté, et avec elle, une richesse d'informations permettant de rendre compte de la dimension qui m'intéresse dans toute sa matière expérientielle, et j'ajouterai, le précieux d'une dimension anthropologique forte.

Quatre éléments de la complexité et de l'incomplétude
de la recherche classique et contemporaine sur les émotions :

10.8 Les limites conscientes de mon exploration

À l'issue de cette première plongée dans l'univers conceptuel de mon objet de recherche, je reconnais certaines limites de mon travail. La première vient du spectre des champs que j'ai choisis de sonder. Tout en permettant une cartographie assez fidèle des modèles classiques et contemporains de la recherche sur les émotions et le champ de l'affectivité, la vastitude de l'horizon concerné ne m'a pas permis d'aller creuser les espaces théoriques rencontrés. Je n'exclus pas l'existence de certaines contributions de francs-tireurs pouvant répondre à toutes mes attentes ou alimenter une modélisation de l'expérience que je cherche à rendre compte dans cette étude. Comme l'a nommé Damasio, une pléthore de publications rend un projet de ce type irréalisable.

J'ai fait le choix de me cantonner à l'histoire moderne de la recherche sur les émotions. Je n'ai pas abordé les premiers fondateurs de leur théorisation. J'ai évoqué quelques noms célèbres qui ont précédé Darwin, comme Hammourabi, Platon, Descartes ou Spinoza[203]. Leurs influences et leur génie ont marqué les chercheurs qui ont suivi leur pas ou se sont engagés dans des lignes différentes. J'aurai l'occasion d'honorer leur influence plus loin au cours de ma recherche théorique.

[203] En ce qui concerne Spinoza et Descartes, deux figures incontestables et toujours pris en référence dans des discussions autour de la conceptualisation de l'émotion, j'ai abordé leur contribution de façon plus conséquente lors le ma recherche initiale de Mestrado et notamment dans la partie annexe de cette étude.

Pour alléger le texte de mon bilan, j'ai choisi de ne pas indiquer les auteurs déjà cités. Dans ce travail, ça et là, ont émergés des auteurs 'inattendus' que j'ai pu référencer. J'ai placé des résonances personnelles au milieu de faits et de récits concernant des résultats de recherche et des postures scientifiques établies, ce qui est cohérent au regard de la posture impliquée annoncée. Il est possible que ces incursions aient altérées le flux des connaissances que je souhaitais présenter et la lecture dans un corpus que l'on pourrait attendre exclusivement théorique.

Me voici arrivée à la bordure d'une autre temporalité dans cette recherche. Je m'y engage avec une certaine excitation, voir exaltation. Je reconnais une joie appétitive à aborder un moment important à plusieurs égards pour moi. L'apport de la phénoménologie dans l'approfondissement de la compréhension de la dimension émotionnelle est précieux car il est fondé sur un regard impliqué dans l'*expérience* en partant d'elle telle qu'elle se donne. Je me rapproche d'une vivance[204], celle du sujet dans la mise à l'épreuve de son existence. Cette avenue épistémique ouvre le regard au loin, vers une subjectivité comprise dans un horizon où s'entrelacent philosophie, sociologie, théologie, spiritualité laïque ou pratique.

[204] Le mot « vivance » est inspiré du mot portugais *vivência*, *vivênciar*, *vivênciado – da.*

TROISIÈME PARTIE :

L’APPORT SPECIFIQUE DE LA PHENOMENOLOGIE POUR APPROCHER L’OBJET DE RECHERCHE

Le réel est un tissu solide, il n'attend pas
Nos jugements pour s'annexer les phénomènes.
La perception n'est pas une science du monde, ce n'est
même pas un acte, une prise de position délibérée, elle est
le fond sur lequel tous les actes se détachent et elle est
présupposée par eux.

Regarder n'est pas à l'origine un acte de conscience, mais
l'ouverture de notre chair aussitôt remplie par la chair
universelle du monde.
Maurice Merleau-Ponty

Le domaine de la phénoménologie n'est-il pas après tout
celui
où se donnent la corporéité et la spiritualité?,
n'est-il pas "l'entre royaume"
où se tient l'ipséité réelle et concrète de l'homme?
Yves Maysaud

Le savoir affectif n'est pas un savoir intellectuel non encore explicité
mais un savoir autre. Savoir affectivement est savoir autrement.
F. Alquié

- **Remarque :**

Plus que dans les autres parties, je vais insérer ce que je nomme des « résonances graphiques ». Sous formes de schémas, de figures ou de tableaux, elles m'ont permis de me placer à mi-chemin entre l'imaginaire et le réflexif, le visuel et le conceptuel, le rationnel et une subjectivité dans une trace symbolique qui opère une reliance entre ces différentes instances au service de la compréhension et de la transmission du sens. Cet exercice herméneutique s'aligne sur mon objectif dans cette thèse, celui de ne pas lâcher de la main tout ce qui peut servir mon projet. Ce travail exigeant a permis une réelle intégration théorique. Comme l'a dit Berthoz, la pensée comme l'émotion se placent dans un espace….

OBJECTIFS ET MANIERE D'ABORDER CE CORPUS THEORIQUE

Dans cette partie, je m'appliquerai à rendre compte de l'apport spécifique de la phénoménologie dans ma quête de compréhension des vécus et de l'expérience qui m'intéresse. Il m'a semblé me rapprocher du cœur de ce qui m'anime intellectuellement, existentiellement et parfois même, charnellement. Là encore, l'option prise a été de me laisser affecter par certaines figures, par certains textes et ouvrages, dans une visée panoramique au sein de ce champ de recherche. Par contraste, j'y ai rencontré une œuvre humanisante apportant une certaine humidité et de la fraîcheur dans un univers

qui m'apparaissait un peu sec. J'ai été émerveillé par ce que j'ai rencontré. C'est avec cet état d'âme que j'ai cherché à rendre compte d'un appui théorique essentiel pour ma recherche et au-delà d'elle. Il y a là encore des classiques et des incontournables, mais je crois avoir débusqué quelques perles rares offrant des pistes originales pour étayer une problématique qui se précise au fur et à mesure. En suivant les effets de ma première synthèse, une place importante s'est imposée pour certains thèmes comme la perception, le corps, le mouvement, la présence et la résonance tels qu'ils sont envisagés par certains phénoménologues.

Il s'agit bien d'un parcours sur une aventure, *celle du corps qui se meut et qui s'émeut*. À partir d'une exploration paradoxalement limitée tout en étant presque trop vaste - je reconnais d'emblée les avantages comme les aspects lacunaires de mes choix -, les apports de douze auteurs repartis entre les fondateurs de la phénoménologie et certains acteurs contemporains s'est dressé un tableau significatif et heuristique de ce que peut être la dimension émotionnelle et le champ de l'affectivité.

Lorsque le projet d'étude s'intéresse à la dynamique de la manifestation, à l'intentionnalité du mouvoir et du sentir, à l'ancrage affectif de la subjectivité, à la vitalité changeante du vécu comme affectivité, au sentiment personnel de l'existence, à la résonance, à l'être ému et l'engagement charnel, à la révélation de la vie et de la chair, et enfin, à l'éveil du cœur en lien avec une praxis de l'attention et de la vigilance, au savoir de la dimension affective, s'ouvre une avenue de sens (et de sensations) improbables et inespérés. C'est un nouveau socle sur lequel peut se bâtir une conceptualisation de l'émotion et du champ de l'affectivité. Par ricochet, les premières touches de différenciations entre l'homme émotionné, l'homme affecté et l'homme ému s'installent. Ce trajet herméneutique et heuristique me permet de pénétrer plus profondément dans la problématique soulevée par le rapport au corps, à la vie et à leurs perceptions dans une quête de sens sur l'émouvoir et la sensibilité affective. C'est bien de cela dont il s'agit, l'émouvoir comme un support de la sensibilité humaine.

Pourquoi la phénoménologie : du corps qui se meut au corps qui s'émeut

La phénoménologie ouvre un horizon de connaissance extrêmement fécond,
car porteur, d'emblée et à son ouverture même,
de tout le potentiel de l'expérience humaine.

Parce qu'elle s'intéresse aux « choses telles qu'elles sont » et aux qualités multiples de leur apparaître dans le monde comme l'on indiqué Husserl et Merleau-Ponty, la phénoménologie met en lumière une subjectivité comme une réalité que les autres champs de recherche ne peuvent atteindre car il leur manque peut-être des outils appropriés pour le faire : celui de l'époché et du consentement à l'intentionnalité. « La phénoménologie tente de répondre à l'étonnement devant l'apparaître dont elle s'efforce de saisir l'essence et d'épeler les formes » (Pascal & Cournarie, 2002, p. 1), elle « ouvre un horizon de connaissance extrêmement fécond, car porteur, d'emblée et à son ouverture même, de tout le potentiel de l'expérience humaine (Meyor, 2007, p. 103). Cette « science des phénomènes » se présente comme une nouvelle méthode pour philosopher en s'effaçant devant le phénomène pour le laisser apparaître tel qu'il est. Ce champ a son histoire et ses controverses dont bénéficie une fois encore la dimension de l'émotion et le domaine de l'affectivité. « La phénoménologie récente en France et en Allemagne, montre un intérêt croissant pour les phénomènes de l'affection et de l'affectivité. » (Escoubas & Tengelyi, 2008, p. 8). Dans un univers dont la complexité déborde l'entendement, cette branche de la philosophie s'est fait « mode » dans le champ des sciences humaines et sociales (Pascal & Cournarie, 2002, p. 1). *Elle le fait en posant la question de la place et du rôle de la subjectivité dans l'apparaître des phénomènes*. Parmi les sciences et les philosophies existantes à ce jour, elle a consacré une place sans égale au corps, au corps vécu, au corps subjectif et à la perception elle-même. Merleau-Ponty est un exemple signifiant d'un déplacement original du regard sur le corps, un regard bien différent et fécond : « La théorie du corps subjectif nous permet au contraire de nous élever à une philosophie de l'activité humaine » (*Ibid.,* 144). Comme le précise Jean-François Lavigne dans son article questionnant le statut ontologique de l'affectivité, « [I]il me semblerait, en vérité, plus justifié de poser plutôt la question *inverse*[205] : comment *pourrions-nous, aujourd'hui, éviter* de nous interroger sur les phénomènes affectifs? Plusieurs données font pour nous de la question de la nature et de l'interprétation de la vie affective un problème essentiel, d'une extrême *actualité*. » (Lavigne, 2010, p. 2). Dans le projet qui est le mien, l'approche

[205] L'auteur, effectivement, posait la question inverse : « Pourquoi s'interroger, en philosophes, en historiens, en sociologues, en psychologues ou en théologiens même, sur l'affectivité? » (Lavigne, 2010, p. 1).

phénoménologique, à la frontière de l'épistémologie et de la méthodologie, se présente comme la voie la plus féconde, car

> Je ne connais pour l'instant aucune autre méthode qui approche la subjectivité d'aussi près, qui accepte de s'ouvrir d'emblée à la complexité d'un phénomène, qui rend compte de la subjectivité de façon aussi creusée — lorsque c'est le cas — et qui consent à relever le défi d'entreprendre, sur une base de mise entre parenthèses des préconceptions et des préjugés, la description de notre expérience humaine. La simplicité de l'approche phénoménologique n'est qu'apparente et tout voyage phénoménologique dans le monde de l'expérience subjective montre la perplexité qu'elle comporte. Il me semble évident que cette approche possède un bel avenir, dans la mesure où l'on ne sacrifie pas à cette apparente simplicité, comme il semble que cela soit le cas, c'est-à-dire dans la mesure où l'on problématise les concepts de base et que l'on accepte de s'immerger totalement dans l'expérience. (Meyor, 2007, p.116)

Intérêts pour ma recherche

Ne suis-je pas en présence de motivations et d'épistémologies adaptées pour poursuivre et peut-être résoudre mon questionnement? Je le pressens, la posture méthodologique propre à la phénoménologie est en convergence avec ma recherche d'élucidation du phénomène de la dimension émotionnelle et du champ de l'affectivité dans le Sensible. Car il est bien question ici de rendre compte d'une expérience, - l'expérience émotionnelle et de l'affectivité – en m'accordant une exigence sous la forme d'une certaine cohérence. Il me fallait trouver une 'science' qui se donne les moyens de questionner l'expérience en faisant de la place au sujet singulier, présent, dans son unicité intégrale par la possibilité de partir du vécu de ladite expérience, pour en établir l'authenticité sans en discuter la validité, c'est-à-dire, en lui accordant tout son crédit. On sort de l'arène de la généralisation objectivante, celle liée aux spéculations expérientielles en laboratoire ou/et sous éprouvettes (Despret, 1999), pour entrer de plein pied dans la subjectivité vécue. Je vois un isomorphisme entre l'apparition de la phénoménologie de l'affectivité et le redressement d'un courant où la place du corps est primordiale, invitant le corps vécu, senti, éprouvé et avec lui, le mouvement en tant qu'expérience vécue et non seulement en tant qu'action ; entre l'affront de l'affectivité face à la rationalité et à la suprématie de la pensée d'une nature de rationalité froide. Husserl, le père de cette branche de la philosophie et pour ne citer que lui, en introduisant la réduction phénoménologique, a ouvert un espace d'investigation dans lequel le corps et l'âme ne sont plus distinguée par leur substantialité, mais par leur phénoménalité. Ce mouvement introduit un paramètre nouveau sur lequel ma recherche

s'appuie, celui de répondre à la question suivante : *que se passe-t-il du côté de la personne affectée, c'est-à-dire dans sa mise à l'épreuve, du côté de sa conscience, dans son sentiment d'existence en tant que « se sentir » dans le monde, le sien ou/et celui qui l'entoure?* On peut noter avec E. Escoubas des ruptures avec la théorie de la conscience établie par les premiers penseurs que sont Husserl et Heidegger. Le regard phénoménologique contemporain en portant une attention sur les émotions, les sentiments corporels et l'affectivité n'est pas étranger à la mutation du statut de l'intentionnalité de la conscience objectivante (Escoubas. & Tengelyi, 2008, p. 8). Nous le verrons, l'affectivité va bénéficier de nouvelles interrogations relatives au mouvement et à la conscience elle-même, une conscience et un mouvement qui se placent en axiome primordial et que je formule présentement ainsi : dans l'apport spécifique de la phénoménologie, se dégage un passage, *celui du corps qui se meut au corps qui s'émeut*. Je vois là encore une convergence entre mes préoccupations dans cette thèse et certains enjeux d'une phénoménologie de l'affectivité. Génétiquement et 'ontologiquement', ma recherche sur l'émotion et le champ de l'affectivité s'arrime à mon expérience, c'est-à-dire à la mise à l'épreuve de mon corps, de mes vécus, de ma 'sensualité du sentir', de ma sensibilité, de mon rapport à la passion et autres affections, etc., autant d'éléments traités par la phénoménologie. Comme l'a explicitement affirmé Michel Henry, l'affectivité est l'essence de toute épreuve. (Henry, 1991).

Paradigme du Sensible et approche phénoménologique

Un deuxième lien, tout aussi fondateur que celui que je viens d'aborder, se constitue par l'inscription du paradigme du Sensible dans une tradition théorique et praxique, dont l'originalité et la force se constituent dans son alliance avec la phénoménologie de l'expérience. Cela donne une raison supplémentaire à mon investissement dans ce corpus. Je ne voulais pas me priver de cet atout pour questionner la dimension expérientielle de l'émotion et de l'affectivité.

Dès mes premières investigations dans cette littérature, j'ai ressenti un apaisement, vite accompagné d'un enthousiasme. J'ai rencontré dans ce corpus des éléments favorables à la compréhension de l'expérience affective qu'il m'est donné de vivre dans ma pratique personnelle et professionnelle. De nouvelles avenues se sont ouverte pour réfléchir la présentation et la transmission de la dimension de l'émotion et

de l'affectivité dans l'accompagnement. J'ai découvert au fil de cette exploration l'existence d'un regard sur le corps et sur son affectivité-même que je ne connaissais pas.

Les auteurs français et étrangers mais traduits en langue française qui se sont intéressés à l'affectivité et aux émotions sont nombreux. J'ai été surpris de la préférence du terme « affectivité » sur celui d'«émotion ». Nous verrons tout au long de ce développement que le « vivre » et l'affectivité, que la sensibilité et la capacité à s'émouvoir, que l'attention et l'affection sont des phénomènes entrelacés.

N'étant pas formé à la philosophie et encore moins à la phénoménologie, il m'a fallu de la persévérance pour atteindre un seuil à partir duquel il me semblait entrer en communion de sens avec un langage souvent abstrait, puis avoir le sentiment d'être touché, altéré par ce que je lisais. Ce phénomène s'est produit au-delà de ce que je pouvais espérer. Je projetais le sol de cette épistémologie comme étant 'simplement' l'exercice de la description, de l'analyse d'expériences et de vécus de phénomènes dont je projetais qu'il convergeait vers l'émotion et l'affectivité. J'ai découvert l'enclave dans laquelle je tenais l'une et l'autre. Chemin faisant et à bien y réfléchir, je rencontrais quelque chose de cohérent sur un autre plan : décrire et mettre du sens sur l'expérience est un art, considérer l'affectivité et l'émotion comme un phénomène de la vie relève d'une vaste entreprise. M'y attacher, c'était regarder ma propre personne à cet endroit.

Découvrons la richesse de cette branche de la philosophie, partie prenante des sciences humaines et sociales qui ne s'est pas effrayée devant l'évidence que s'interroger sur le corps, sur l'affectivité, c'est plonger dans la vie elle-même, c'est se laisser altérer, affecter par la question de l'être, ni plus, ni moins ! Nous sommes rendus loin des laboratoires et des éprouvettes pour (enfin !) éprouver l'essence des choses. Ce qui suit n'épuise en rien la matière du champ de la phénoménologie de l'affectivité et des émotions. J'ai opté pour l'attitude du promeneur pris au jeu de l'émoi surgissant de la nature des éléments qui l'entourent et vient à sa rencontre, de façon presque organique et qui au passage, le rapproche de sa substance profonde. Ce mouvement a permis quelques découvertes, des confirmations et de nouveaux questionnements.

Pour débuter cette investigation, me pencher sur la question de *l'expérience*, c'est-à-dire en extraire une définition, plusieurs définitions peut-être, répond à mon intuition de ne pas taire l'essentiel, ce qui éclaire et peut unifier l'ensemble de mon projet. L'expérience, mot magique pour moi, plus mystérieux que tout autre, plus

fédérateur aussi ! Son usage est constant dans la phénoménologie, dans mes pratiques en psychopédagogie perceptive et psychosociologie, dans ma vie ! Elle est omniprésence et omni englobante. Sa présence est en sous-main de tout vivre véritable, et à ce titre, n’est-il pas essentiel d’en circonscrire la notion pour éclairer celle de la dimension émotionnelle? Il ne s’agit pas là d’un petit détour au cours de mon parcours théorique, mais plutôt, métaphoriquement, du drapeau que je veux planter bien fermement pour rappeler que ***l’expérience*** est un concept-clé, une valise dans laquelle le chercheur place ce qu’il a parfois du mal à cerner ou que les mots scientifiques ne peuvent rendre compte car l’expérience porte ontologiquement la subjectivité la moins saisissable par le regard scientifique (Laing D. R., La voix de l'expérience, 1981). Cette notion flotte en permanence sur un sommet, faisant front à toutes les tempêtes, brave tous les vents des courants théoriques, méthodologiques et praxiques qui s’intéressent au développement de l’humain et à la question du vivre ensemble.

CHAPITRE 1 : MAIS QU'EST-CE QUE L'EXPERIENCE?

L'idée d'un observateur qui aurait réussi à être absolument à l'extérieur
du système qu'il étudie est une fiction épistémologique.
Natalie Depraz

L'expérience n'est pas seulement une bonne institutrice,
elle n'a pas pour seul effet de nous faire connaître le monde :
elle agit sur nous elle nous transforme,
autant par ce qu'elle nous apprend
que par la façon dont elle nous l'apprend.
Anouk Barberousse

Vivre, c'est changer du temps en expérience
Caleb Cattegno

1. POINT DE DEPART : QUELQUES PISTES ET DES OPTIONS

1.1 Notion multi-référentielle : pourquoi m'intéresser à l'expérience ?

Trois raisons motivent cette section consacrée à l'expérience. L'«expérience » est une notion cruciale dans l'histoire de la science, un terme important en philosophie (Depraz, 2011), et en même temps, un substantif très courant dans la vie quotidienne où il ne nécessite pas de clarification sémantique pour être compris. « Il y a plusieurs façons d'aborder l'expérience. Chacune nous met en face de problèmes différents », nous dit F. Alquié (1961, p. v). L'expérience est à la fois *une notion* et *une essence*. Je vais en parler, tenter d'en comprendre le sens ou les versions de sa définitions ; et cependant, l'expérience est aussi et surtout ce que je vis, moi, maintenant au moment où j'écris ces mots : elle EST. Par exemple, quand je prononce : « je fais une expérience » ou « quelle expérience ! », chacun croit savoir à quoi s'en tenir si bien que même dans les secteurs dont c'est la spécialité, peu d'efforts sont repérés pour en chercher les fondements théoriques. Dans les métiers de l'accompagnement, du soin, de l'enseignement, ce terme est monnaie courante. Pourtant, fait-il l'objet d'une analyse rigoureuse ? Moi-même, je reconnais m'être penché sur la question bien tardivement au regard de mes pratiques qui en définitive sont consubstantielles de cette réalité.

L'expérience, la mienne, celle des autres ou d'un groupe, constitue un matériau de travail aussi fondateur que la terre peut l'être pour le potier, et le sol sur lequel mes pieds se posent. Ce constat trouve son explication dans la structure même de l'expérience : elle est ontologiquement un matériau pratique chevillé au sujet qui l'éprouve.

La deuxième raison trouve son fond dans l'espoir d'élucider la *notion d'expérience* avec l'intuition d'une retombée positive sur l'éclaircissement de la dimension émotionnelle et du champ de l'affectivité qui m'intéresse. Combien de fois ai-je lu, pensé, ou prononcé : « l'émotion est une expérience » et m'en suis contenté ! Il est temps pour moi d'aller plus loin. Ce développement ne quitte pas la question des rapports dialogiques possibles entre la dimension émotionnelle et du champ de l'affectivité et l'expérience. Mon 'appartenance', de par mon attachement épistémologique, institutionnel pluriel, suit une ligne commune : celle de *l'accompagnement* de la personne et des groupes, pris à la fois dans son activité introspective, intra personnelle et relationnelle *et* dans une globalité inscrite dans le monde de la quotidienneté et du vivre en société. Pour ces raisons, je choisis d'aller enquêter sur la notion d'expérience dans des champs et chez des auteurs dont l'appartenance au domaine de la phénoménologie, s'il est évident en général, est peut-être moins implicite à certains moments.

J'assume une 'défaillance' au regard de ces différences sources car si elle existe sur un plan, sur un autre, elle sert pleinement l'horizon de compréhension que je vise, à savoir, m'informer de ce qui peut être entendu par *expérience* dans le domaine intra personnel, interpersonnel et social lié au VIVRE en soi, avec soi, les autres, et dans un monde fait d'interactions et de conduites liées en creux à la dimension émotionnelle et au champ de l'affectivité.

Enfin, troisièmement, je m'intéresse à la notion d'expérience parce que j'ai entre mes mains et devant ma conscience une expérience de lecture et d'analyse et de résonances d'entretiens de recherche sur la question de l'homme ému. Ces entretiens offrent des contenus précieux puisqu'ils se constituent d'*expériences* relatives à des vécus aux catégories que je viens d'énoncer plus haut ; d'autres seront à découvrir.

Je précise je ne rendrai pas compte de la catégorisation des différentes natures d'expérience proposées pas F. Alquié[206] (*Ibid.*) et dont certains aspects ont permis des points de repères nouveaux pour situer l'expérience telle que je m'en faisais la représentation, et de mieux réaliser l'expérience particulière du Sensible telle que je la ressentais. Indirectement, la pensée alquienne reste présente en arrière-plan de mon développement ; ce phénomène est sûrement lié à un engagement unique en son genre sur l'expérience affective dont je rendrai compte dans la dernière section de mon exploration de la notion d'expérience qui sera directement chevillée à l'affectivité. C'est dans cet état d'esprit que je m'installe ou plutôt que je m'en vais à la découverte, bien guidé par Natalie Depraz et Anouk Barberousse pour mes premiers pas.

1.2 Le piège du subjectivisme dans le concept phénoménologique de l'expérience

D'emblée, je présente un argument en faveur d'une ouverture à une exploration plus élargie aux concepts phénoménologiques que je vais investir dans cette section. N. Depraz précise que la qualité de l'expérience phénoménologique, par contraste à celle *naïvement scientifique* correspond à l'engagement du sujet dans *son rapport aux choses, lesquels acquièrent sous son action le statut d'unités de sens pour lui.* (2011). Mais,

> à s'en tenir au seul vécu interne (privé), on risquerait de retomber dans *le piège du subjectivisme*. Pour assurer l'objectivité de l'expérience, c'est-à-dire son universalité et sa nécessité, il convient, aux côtés de sa propriété vécue immanente, de doter la conscience d'une propriété intentionnelle qui le relie au monde extérieure. La conscience est conscience de quelque chose, dit en substance Husserl (…). (Depraz, 2011, p. 255). [Je souligne]

L'auteure lie d'emblée « expérience » et « conscience ». Peut-il en être autrement ? L'expérience en comparaison à d'autres dimensions de la vie humaine comme l'action ou la pensée montre un caractère mixte. Elle nous place en contact avec le monde extérieur et à la fois elle est un élément crucial de notre vie intérieure. Cela incite à *placer les émotions, les sentiments plus proches de l'axe de l'expérience* que celui de l'action et de la pensée. La dimension émotionnelle et l'affectivité s'inscrivent dans un engagement spécifique au sein du vivre, ce que je figure dans le schéma ci-après où l'on peut repérer la place de l'objet de ma recherche une organisation spatialisée du 'vivre' bâti sur les trois éléments évoqués dans la première partie (Penser-

[206] En effet, dans son ouvrage, « L'expérience », l'auteur distingue l'expérience sensible, l'expérience intellectuelle, l'expérience morale, l'expérience physique, religieuse et mystique, l'expérience métaphysique, et celle philosophique.

Agir-Sentir) auxquels vient s'ajouter un quatrième, insigne, celui de l'expérience. En cohérence avec le projet husserlien de faire sourdre un vécu dégagé des habitus de la construction mentale ou des 'agir' les plus quotidiens, la perspective de la réduction husserlienne présente quelque chose de spécifique par rapport à l'action ou la pensée du fait qu'elle s'impose à nous, en dehors de notre volonté. Loin du désintéressement psychologique et à l'inverse de l'époché cartésienne, « (…) le monde de notre vie sensitive et affective fournit l'index d'une telle réduction [phénoménologique] » précise N. Depraz (2011, p. 282). Le projet Deprazien du rapport à l'expérience me plaît car il fait place à un engagement :

> Il s'agit bien au contraire de s'efforcer de coller le plus possible à l'expérience, de s'y intéresser et de l'épouser pour l'intensifier, car pour en libérer toutes les potentialités, toutes les sédimentations de sens (…). [i]l est clair que je ne suis pas toujours à distance de moi-même, que ce soit par époché ou par distance réflexive. (*Ibid.*)

La dimension émotionnelle et l'affectivité - Un engagement dans le Vivre
(à partir de N. Depraz)

Je subis l'expérience d'un avion en retard, du vent froid qui souffle sur mon visage, elle (l'expérience) me 'prend' alors que je suis libre d'orienter ma pensée sur le vent chaud qui me réchauffe ou un avion qui est à l'heure. Je peux choisir de penser à tel ou tel auteur, prendre un livre ici ou là, mais l'expérience de le prendre, et de lire sa première page, j'en fais l'épreuve et celle-ci a sa souveraineté. L'expérience *se donne et*

ce choisit, en ce sens, elle est *réceptivité, passivité féconde* puisqu'elle permet l'avènement du jugement en même temps qu'elle est action et agir.

Sur le terrain de la quotidienneté, les expressions liées à l'expérience sont éloquentes et offrent des pistes ; par exemple, « avoir de l'expérience », une « expérience professionnelle », l'« expérience quotidienne » ou l'« expérience personnelle, artistique » renvoie à la vie elle-même, au fruit des années dans un engagement de la personne dans son existence. Dans ce cas, l'expérience s'associe à la compétence et au « savoir-faire ». Dire, « j'ai fait une drôle d'expérience », renvoie au vécu en tant que phénomène privé, individuel lié à une temporalité précise, mais on parle également « d'expérience collective », ce qui sous-entend une communion de vécus partagés ; « je reconnais ton expérience » ou « je ne me reconnais pas dans ton expérience » évoquent à la fois le vécu, la résonance affective de l'interlocuteur ou la mienne, l'identification ou la désidentification à l'autre. Bref, on voit ici différents statuts de l'expérience pouvant orienter un espace de définition de ce qu'elle peut être. Elle est proche du vivre, pour ne pas dire le vivre lui-même. Expérimenter, n'est-ce pas faire l'expérience de quelque chose – plus que de quelqu'un d'ailleurs -? La caractéristique de l'expérience est dans sa constitution phénoménale, c'est parce que je fais l'expérience de me brûler les doigts quand ils sont trop près de la flamme que je connais la brûlure, c'est parce que je fais l'expérience de la musique que je sais ce que c'est la musique. La connaissance abstraite de la musique et de la flamme brûlante ne me donneront jamais accès à la connaissance vivante de ces deux phénomènes, par la pensée et la description d'un autre.

> C'est parce que nous avons dû effectuer des démonstrations en mathématique, ou lire des textes difficiles, que nous savons ce que signifie vraiment « réfléchir ». (Barberousse, 1999, p. 13)

Cette acception met en lien l'expérience et le perceptif, le ressenti et accès à la connaissance, *ET* l'affectivité. Une autre acception est liée au cœur-même de la science, dans son fondement et qui a justement mis en place une définition de l'expérience, qu'elle soit expérience perceptive ou expérimentation : les deux servant la connaissance justement :

> Les différentes sciences semblent reposées de part en part, selon cette vision classique, sur le fondement de l'expérience, que ce soit l'expérience perceptive ou l'expérimentation. (*Ibid.*, p. 26)

Anouk Barberousse poursuit en posant qu'*in fine,* **l'expérience perceptive** reste le point nodal de tout projet scientifique dans une conception classique du rôle de l'expérience dans l'activité scientifique :

> Faire une expérience scientifique, c'est donc provoquer volontairement et artificiellement les conditions d'une expérience perceptive. Par conséquent, selon cette perspective, c'est encore une fois l'expérience perceptible qui joue le rôle de fondement dernier de la connaissance scientifique (…). L'expérience scientifique peut, selon ce point de vue, être envisagée comme une amplification de l'expérience ordinaire, sur laquelle, en dernière instance, elle repose. (*Ibid.,* p. 27).

Au sens commun, l'expérience peut être comprise comme ce qui donne accès à la connaissance et justifie une croyance scientifique. L'expérience scientifique confirme ou réfute certaines hypothèses théoriques. Dans les deux cas, l'expérience montre à voir différentes fonctions, et par elles, se révèle une dynamique tensionnelle entre les concepts et les théories, les croyances *et* la réception passive par l'espace d'accueil des informations que l'expérience sécrète elle-même. Ce processus fonde la notion-même de l'expérience.

Si pour Kant, toute notre connaissance commence avec l'expérience, c'est-à-dire que nulle connaissance en nous ne précède l'expérience ; si pour Aristote, la connaissance empirique (*empéria*) est directement issue de ce qui nous entoure, comme c'est le cas de la pratique qui ne peut se passer de l'expérience, en tant que connaissance personnelle ; si pour Locke, la sensation au côté de la réflexion fonde l'entendement et place le contact sensoriel avec le monde comme précédent tout le reste ; si pour Hume, « l'expérience est la seule source de notre connaissance des *faits*, mais elle ne nous garantit absolument aucune certitude sur la nature des *relations* entre les faits »[207], Feyerabend propose une *science sans expérience*, thèse radicale et provocatrice qui a l'intérêt de questionner la présence et la place accordée de nos sens dans l'activité scientifique (*Ibid.*, p.127). Pour ce scientifique, l'observation qui est générique de la pratique scientifique, était avant tout *une activité sensorielle.* Or, pour ce contemporain, cette évidence n'est plus de mise. La science a mis en place une technologie telle que les pouvoirs sensoriels du chercheur semblent désuets et de plus en plus inessentiels, elle devrait donc être entièrement reconsidérée. La connaissance s'acquière par l'expérience, tout le reste n'est que de l'information nous dit Albert Einstein. Ce dernier postulat place l'horizon de l'expérience dans la ligne de mire d'une dialectique du

[207] Hume, cité par *Ibid.*, p. 61.

rapport à la connaissance, au jugement, à la valeur, à la croyance, mais aussi du rapport aux concepts et aux théories.

Mais qu'en est-il de la structure-même de l'expérience, c'est-à-dire de sa richesse phénoménologique ? Edmund Husserl, figure de proue du courant philosophique de la phénoménologie, parle de *l'horizon de l'expérience*. Lorsqu'en train d'écrire ces lignes, je décide un moment de pause, que je regarde l'église au dehors, je ne vis pas seulement l'expérience visuelle de l'église. D'autres expériences viennent participer à ma vue de l'édifice, la neige dans le pré en avant, le son de la flute traversière que j'écoute accompagne le paysage hivernal, un souvenir de mon passé et du petit village de Normandie dans lequel j'ai habité surgit, la réjouissance de la venue de mes amis dans une heure, etc. Des corrélations multiples et croisées s'insèrent dans ce vécu de l'église que je vois à quatre cents mètres. Toutes ensembles, elles fondent un monde commun : *mon expérience de ce moment particulier*. L'horizon définit ainsi fait partie de la structure de l'expérience. En cela, la phénoménologie propose une théorie de l'expérience et plus encore, une *praxis* de celle-ci. Voyons plus précisément l'ouverture de sens offerte de cette vision du monde, sa répercussion sur la notion d'activité humaine et de son entendement, sur les plans épistémologiques, méthodologiques et pratiques.

2. LA PHENOMENOLOGIE : UNE THEORIE DE L'EXPERIENCE ET SA PRAXIS EXPLORATOIRE

Accéder à l'expérience humaine,
c'est d'abord aller chercher la vérité de son incarnation,
de sa nature et de son mode d'être dans le monde.
N. Depraz, P. Vermersch et F. Varela

L'argument central est le suivant : il n'est pas possible de décrire
des modifications de l'expérience subjective sans accéder à cette expérience.
Natalie Depraz.

2.1 L'époché et la dimension affective dans le devenir-conscient

Dans leur ouvrage dédié à une *praxis exploratoire de l'expérience subjective* dans le but de devenir conscient, N. Depraz, P. Vermersch et F. Varela (2011) présentent l'expérience comme une activité humaine si particulière qu'elle demande à

être questionnée clairement en répondant à la question simple : qu'entendons-nous par expérience ?[208] :

> Il s'agit de la connaissance familière que nous avons de notre esprit et de notre action, à savoir, le témoignage vécu et de première main dont nous disposons à son propos. A cet égard, l'accent ne porte pas sur le contenu mais sur la modalité immédiate et incarnée d'accès à la dite expérience, de sorte qu'on a là quelque chose d'irréductiblement personnel. (2011, p. 1)

Pour ces auteurs, alors que l'expérience concerne d'emblée l'ensemble de la vie déjà vécue présente et sédimentée dans la personne, l'expérience *subjective*, elle, convoque la vie et l'activité à travers la **conscience** perceptive, *affectiv*e des vécus de type immanent ET intentionnel, c'est-à-dire *rapportés au monde et aux objets externes ou bien,* et *tout autant,* à travers la conscience *aperceptive, réfléchissante* (*Ibid.*). Dans l'aspect méthodologique proposé ici se donne à voir l'implication de l'affectivité dans le processus du *devenir-conscient* tel que l'envisage la phénoménologie pratique dont la pierre angulaire est *l'époché.* Très brièvement, en reprenant le schéma présenté par les auteurs (*Ibid.*, p. 73), je comprends que l'époché est un acte de réduction phénoménologique caractérisé par trois 'agirs' qui sont aussi trois générations d'expérience organisées dans la chronologie suivante : suspendre (les habitus), rediriger (l'attention), et accueillir (l'émergence d'une nouvelle expérience au cours d'un *lâcher-prise*) :

Ces trois moments sont tous des moments d'émergence qui peuvent être rassemblés en deux unités expérientielles nommées *plis du processus.* Le premier pli permet un retour sur soi et le second se caractérise par une ouverture à soi-même. Le premier mouvement conduit au deuxième ; ce dernier *s'enracine dans l'affection* et conduit à la *dimension émotionnelle* de l'acte cognitif :

[208] Voir l'introduction, pp. 14-29.

> Lorsque ce déploiement habituel est suspendu et qu'intervient le pli du lâcher-prise, apparaît un mouvement de révélation qui est lâcher –prise ou accueil, abandon actif ou réceptivité disponible : tel est le versant affectif du processus. (*Ibid.*, p.74)

Dans la méthode présentée ici pour saisir l'expérience dans toute son amplitude, la réflexion cognitive et l'affection se présentent dans une *non-dualité.* La prise de conscience et l'accueil (le pli du lâcher-prise depuis une dimension hylétique affective originaire, autrement dit, depuis une matière première affective concrète) se retrouvent en co-présence dans le devenir-conscient. Ce devenir en particulier renvoie à une forme d'intuition d'un point de vue phénoménologique puisqu'il est lié à des actes[209] rassemblés dans la perception en tant qu'expériences inséparables de notre vie quotidienne et nommées « évidences intuitives » en raison de son apparaître incarné en « chair et en os ». L'intuition, que je comprends à ce stade de mon exploration comme une autre manière de parler de l'*expérience* où plutôt d'en saisir toutes les subtilités processuelles de son remplissement, montre la place et le rôle prépondérant de l'affectivité dans sa construction-même. Pour ces auteurs, deux phénomènes de nature affective – on pourrait dire aussi, deux rythmes affectifs - se présentent dans l'intuition. Le premier se donne sous la forme d'un *coup de foudre, celui de la réaction émotionnelle à ce qui fait brutalement sens* dans ce qui commence à apparaître pour moi vers la fin du remplissement, et le second correspond à la vitesse du remplissement lui-même – comme l'eau qui coule et trouve toujours son chemin (*Ibid.,* p. 91). Il y a dans l'expérience de l'intuition une « expérience muette » (Husserl) qu'il est nécessaire de laisser advenir à son propre sens, car elle est le « langage intentionnel de la perception même », (*Ibid.,* p. 107). Selon Michel Henry, contestant une orthodoxie en introduisant une pensée assez récente dans la phénoménologie, l'affectivité peut s'installer en amont de toute autre instance expérientielle, dont la perception elle-même :

> D'une autre manière et plus récemment, un phénoménologue, Michel Henry, s'attache à découvrir le langage de la chose même, non plus à travers le paradigme perceptif, mais selon la logique immanente de l'affection. (…) Quel langage intime est celui de nos sentiments et de nos émotions, comment trouver les mots intuitivement adéquats ? (cité par *Ibid.*)

En installant l'affectivité à cette place, je comprends mieux les distinctions entre première, deuxième et troisième personne. Par ce chemin peut s'envisager plus facilement en quoi l'expérience vécue porte avec elle et génériquement une dimension émotionnelle. Comme c'est le cas pour l'émotion, des questions d'ordre sémantiques et

[209] Ses actes comprennent également l'imagination et le souvenir.

lexicales taraudent les scientifiques en ce qui concerne le *problème vraiment difficile de l’expérience* en particulier, quand elle est reliée aux événements cognitifs et mentaux :

> Parfois on utilise également ici les termes comme ’’ conscience phénoménale’’ et ’’qualia’’, mais je trouve qu’il est plus naturel de parler d’’‘expérience consciente’’ ou simplement d’’’expérience’’. (D. Chalmers cité par *Ibid.*, p. 106)

Pour N. Depraz, si l’expérience rime avec la conscience intime que j’ai des choses qui me sont données, il ne va pas de soi que cette conscience soit le point de départ ou la condition d’accès à l’expérience extérieure. Depuis l’époque moderne ayant instauré un regard scientifique quelque peu ’névrosé’ par la causalité, dans un penchant physicaliste et matérialiste, *la notion d’expérience a subi une sorte d’ablation de sa racine vitale et pratique*. Husserl redonne de la vitalité à cette racine en reliant l’expérience au « monde de la vie ». Il vise le retour à l’expérience, c'est-à-dire « aux choses elles-mêmes » en en faisant ainsi le mot d’ordre de l’entreprise phénoménologique.

L’expérience du devenir-conscient est exigeante, et se présente comme une entreprise perdante si on ne s’équipe pas de développer certaines techniques de maintien d’une attention toujours instable, éphémère. Il en va ainsi non seulement de l’expérience sensorielle, perceptive et affective, mais aussi à la sensation de cette sensation, à la perception de cette perception, à l’affection de cette affection. Ces techniques, situées en dehors des frontières du volontaire et de l’involontaire, sont *indissociablement corporelles et spirituelles.* (*Ibid., p.* 289). Dans ce mouvement peut se comprendre la force des pratiques corporelles - et parmi elles, celle que j’exerce - pour fonder en pratique ce que la théorie phénoménologique préconise.

L’exemple du lâcher-prise comme icône de la concentration non focalisé et disposition à l’expérience telle qu’elle est, constitue la pierre angulaire de la plupart des approches traditionnelles corporelles orientales, et d’autres plus congruentes à nos cultures occidentales comme c’est le cas de la psychopédagogie perceptive. Je rassemble ces éléments dans une synthèse graphique ci-après :

Epochè et dimension affective dans le devenir-conscient
(à partir de N. Depraz)

2.2 Un soupçon au sujet de l'expérience ?

Judicieusement, N. Depraz nous avertit de la nécessité du traitement critique de l'expérience, cette vigilance peut s'appliquer à la fois dans la réflexion sur sa notion, son essence, sa pratique :

> A faire de l'expérience le critérium phaenomenologicum, on pourrait rapidement être amené à lui conférer une autorité qu'elle pourrait statuer sur ce qui est phénoménologique et qui ne l'est pas. Or il y a là un risque de « dogmatisme » de l'expérience, un risque à en appeler à l'expérience privée de chacun : « l'expérience parle d'elle-même », « si c'est ton expérience … », « j'en ai fait

> l'expérience » passent pour des témoignages irrécusables de vérité que l'on ne peut qu'accepter et respecter. Arguments limites du phénoménologue (…). C'est donc que ce terme doit être explicité pour lui-même, c'est-à-dire faire l'objet d'un traitement critique. (*Ibid.*, pp. 247, 348)

Une autre remarque pique mon intérêt et me renvoie au parcours professionnel et de recherche sur l'expérience du Sensible et sa composante affective. Elle s'adresse aux modalités de la conscience qui en définitive construisent la véracité de l'expérience vécue. A la suite d'une citation d'A. Comte relative à la perception de la pensée qui peut s'opérer autrement que par les mots ou les images, N. Depraz pose la question suivante : *Comment est-ce que je prends connaissance de telles informations?* (*Ibid.*, p. 195, 196). Sont-elles relatives à des sensations ? A des perceptions organiques ? Cette question rebondit sur d'autres secteurs de la conscience et interroge les contours de ce qu'on nomme 'l'activité mentale'. Par analogie au flux mouvant de la pensée dont A. Comte dit qu'elle peut parfois se présenter dans un 'flash' sous une forme totalement étrangère aux mots ou aux images comme elle se manifeste habituellement, peut-on penser de la même manière que l'affectivité ne puisse se donner sous des formes bien étrangères à celle qu'on lui connaît ? Dans cette direction, peut-on remettre en question ce que l'on nomme 'activité affective' ou 'l'expérience affective' à la lumière d'un doute de principe quant au contenu réceptionné dans l'expérience, à celle de la distinction entre acte et objet de l'acte ?

> La possibilité d'opérer un travail avec moi-même, sur moi-même met en évidence l'activité aperceptive [introspection], l'activité par laquelle je peux m'informer de ma propre activité mentale et la modifier. (…) Qu'il puisse y avoir une activité différenciatrice au sein même de l'activité subjective consciente paraît un résultat relativement plausible à établir. (…) Pratiquer l'introspection déforme ce qui est observé et donc modifie l'objet de l'attention, ce qui fait qu'on peut en avoir connaissance sans qu'instantanément il nous échappe du fait qu'il se transforme. (*Ibid.*, p. 197)

Plus loin, l'auteure pointe directement le thème de l'émotion :

> Or, prendre conscience de son émotion, si dans certains cas cela peut en atténuer l'intensité par exemple, ne garantit pas absolument un résultat. Si c'était le cas on aurait trouvé la solution idéale pour contrôler les émotions, et une bonne partie des psychologues seraient en chômage technique. Par ailleurs, les techniques de méditations visant l'émotion, comme dans le bouddhisme et le Vedanta, donnent des indications sur la possibilité de développer une attention à la naissance de la réaction émotionnelle sans la modifier : l'observation intérieure s'exerce, se perfectionne. Bref, plutôt qu'une affirmation de principe, il paraît plus intéressant et plus scientifique de vérifier comment se transforment ou pas les états émotionnels, selon quels facteurs et quel degrés etc. (*Ibid.*, p. 198)

Sans l’accès à l’expérience-même de l’expérience subjective, il est impossible d’en décrire les manifestations, les modifications. De la même manière que les illusions perceptives nous informent de l’activité perceptive elle-même, les influences de l’introspection en tant qu’expérience *affective* exercée sur l’expérience en cours peuvent nous permettre de mieux la comprendre *et* dans l’autre sens, recueillir la disposition initiale émotionnelle qui sous-tend l’expérience peut nous renseigner sur ce qu’est l’activité représentée par cet agir qu’est ‘*l’émouvoir* ‘. Nous touchons une des colonnes de cette thèse appliquée à la dimension émotionnelle et au champ de l’affectivité. Cette question du type d’activités conscientes à l’œuvre me semble essentielle dans la problématique de ma recherche.

2.3 L’expérience en première personne

La phénoménologie interroge l’expérience du point de vue du sujet qui l’éprouve. Dans cette direction, un travail considérable a été fourni pour installer la subjectivité comme ’mère’ de l’expérience. En faisant front à l’hégémonie de la pensée objectiviste, la phénoménologie pose son contre-pied à travers les efforts de l’objectivation de la subjectivité. La phénoménologie donne un pouvoir au « Je » par la capacité d’être sujet de son expérience et des éléments qui la constitue,

> l’expérience renvoie à la possibilité – et il s’agit là d’un pouvoir du Je -, non seulement d’expliquer progressivement la chose qui a été donné à un premier regard, à partir de cette donnée dans son ipséité, mais aussi d’obtenir peu à peu, au fur et à mesure de son déroulement, de nouvelles déterminations de cette même chose. (Husserl cité par *Ibid.*, p. 174).

L’expérience consciente peut être faite d’éléments inconscients, de ces petites perceptions, « perceptions sensibles » ou « perceptions insensibles » dont parle Leibnitz reliant la perception à l’action dans le monde. Pour le philosophe, les perceptions claires sont en fait l’accumulation ou l’assemblage de petites perceptions :

> Ce sont ces perceptions insensibles qui, devenant plus intenses et se produisant en grand nombre à la fois, forment nos perceptions claires et distinctes : les perceptions remarquables viennent par degrés de celles qui sont trop petites pour être remarquées. En juger autrement c'est peu connaître l'immense subtilité des choses qui enveloppe un infini actuel toujours et partout (…). Les petites perceptions nous déterminent en bien des rencontres sans qu'on y pense, et

> trompent le vulgaire par l'apparence d'une indifférence d'équilibre.[210] (Henri Lachelier, 1898, pp. 54, 56)

L'expérience en première personne se constitue partiellement de ces qualités sensibles ; de ce « je ne sais quoi » ou « ce sel qui me pique » dit encore Leibnitz, elles contribuent à notre vie mentale (Barberousse, 1999, pp.179, 180). L'auteure relève dans la thèse de Nadel (1987) la spécificité et l'unicité intrinsèque de cette expérience : elle est une immersion dans une *subjectivité inéliminable* (*Ibid.,* p. 188). Dans cette acception, le « monde phénoménal » est totalement différent de celui du non phénoménal. On déduit de ces faits la difficulté d'accéder au caractère *objectif* d'une expérience indépendamment du point de vue singulier à partir duquel la personne l'appréhende (Nadel, *cité par Ibid.*, p. 190, 191). Dans cette logique, le point de vue à la première personne n'est pas accessible par le point de vue à la troisième personne, ni à la deuxième ; la formule suivante est éloquente : un 'il' ne pourra pas vivre la même expérience que le 'je' du 'il' se trouvant à ses côtés. Pratiquement, mon expérience du parfum d'une rose sera unique et mon voisin, bien qu'humant cette même fleur, ne pourra accéder à la teneur de mon expérience, et inversement. Il en est de même pour ma douleur au dos que mon praticien ne pourra par expérimenter comme j'en fais l'expérience. Autrement dit la « qualité d'un état d'expérience » ou l'« aspect qualitatif de l'expérience » sont irréductibles à celui qui est en train de les vivre, aux *faits affectifs* qui la signe, lui donnant son grain unique. Ainsi, le fait de connaissance de ma douleur ou du parfum qui m'affectent me vient d'un fait de conscience enraciné dans un fait d'expérience, mais en bout de ligne, les trois sont dépendants d'aspects qualitatifs, vus comme des faits affectifs, dont la saisie objective ne peut se soustraire d'un rapport à la première personne. L'enjeu de la phénoménologie n'est pas de discuter sur ces « *qualia*[211]» mais plutôt de savoir comment en rendre compte de la meilleure façon et la plus 'conforme' à la culture scientifique pour ne pas être disqualifiée. Le schéma suivant illustre la prégnance de la dimension émotionnelle dans le processus que je viens d'énoncer :

[210] Bibliothèque numérique. Leibniz, Gottfried Wilhelm (1646-1716). Nouveaux essais sur l'entendement humain (2e édition) Leibniz ; Voir : http://www.olimon.org/uan/leibniz-essais.pdf

[211] « *Quali* » au singulier, « *Qualia* » au pluriels ; ce sont ces qualités, ces états qualitatifs de l'expérience.

L'expérience à la 1ère personne - Aspects qualitatifs, faits affectifs
(à partir de N. Depraz)

J'ai emprunté une avenue dans laquelle l'expérience se réfère à une conscience des choses et depuis là, permet l'accès à la connaissance. Le corps et la perception si peu prise en compte en philosophie trouve sa place dans l'intérêt phénoménologique. A cette occasion, entre en scène l'activité subjective en tant que la subjectivité est agissante dans la saisie de l'expérience à ce point que l'expression « l'expérience subjective » devient inévitable et complète le terme d'expérience, et le sort d'une vision un peu sèche et technicienne, voire conceptuelle de l'expérience. Il me semble que poursuivre dans cette voie avec le philosophe contemporain Bernard Honoré, spécialiste et initiateur d'une pensée de la formation et du soin unis dans un univers humanisant, celui de l'accompagnement et de la formativité.

3. UN REGARD HUMANISANT SUR L'EXPERIENCE HUMAINE : BERNARD HONORE

Plusieurs motifs attirent mon attention en direction de l'œuvre de Bernard Honoré. L'ancrage à une pensée phénoménologique dans la plupart de ses ouvrages est une évidence. La mise en perspective de sa propre réalité professionnelle d'accompagnant dans le domaine de la santé mentale, de la santé en fin de vie et de la

formation en soin infirmier – trois espaces de fréquentation de la vulnérabilité humaine et sociale – sous l'éclairage pluriel d'un savoir médical, d'une sensibilité à la spiritualité et d'un questionnement phénoménologique de l'existence, ont abouti à une philosophie du soin et de la formation singulière à caractère humaniste, existentiel et universel. Il n'est pas exagéré de prétendre que la philosophie proposée par Bernard Honoré a irrigué le sol sur lequel le paradigme du Sensible a poussé pour trouver une forme actuelle dont les racines honoriennes restent encore palpables, et continuent de nous nourrir à l'image d'une présence effective dans plusieurs recherches effectuées au CERAP dont ma recherche sur la dimension émotionnelle dans la psychopédagogie perceptive (Cencig 2007 ; 2015; Humpich, 2007). Le psychiatre, philosophe et écrivain n'a cessé de questionner les liens irréductibles entre l'expérience, l'homme et le sens de l'existence, notamment à travers la thématique de la présence et de la résonance jusqu'à publier très récemment un livre sur *le sens de l'expérience* dans l'histoire de vie (Honoré, 2014).

C'est avec ce matériel précieux que je m'équipe pour poursuivre ma route en quête de sens sur ce que peut signifier l*'expérience* en prenant quelques précautions. Le thème de l'expérience comme d'autres présents dans ma thèse pourrait constituer une étude à part entière. Le chemin emprunté, bien que transitoire et partiel, ne vise pas la complétude.

3.1 Une notion polysémique : une étymologie éloquente

On peut dire que la vie se manifeste
par un flux autoréférentiel de l'expérience.
Bernard Honoré

L'*expérience*, ce terme que l'on emploie et relie avec les métiers de l'accompagnement dans le courant existentialiste humaniste, a plusieurs étymologies et ses traductions en langues étrangères montrent la diversité des définitions possibles. Est-ce du fait que, bien que l'expérience mette en jeu la pensée et la parole, elle ne peut se réduire à elles ? Un premier balisage est proposé ici :

> Une des significations les plus usuelles [de l'expérience], est l'exploration méthodique d'un fait objectivé pour en déduire une connaissance à partir d'hypothèse d'où découle des interprétations. (Honoré, 2014, p. 24)

Dans cette signification se jouent les notions de dynamique d'exploration, d'organisation et d'un 'savoir' non acquis mais crée dans un mouvement herméneutique.

Nous sommes au contact d'une réalité construite, qui implique plusieurs natures d'activités de la part de celui qui la vit. Cette direction se précise avec Claude Romano pour qui l'expérience est

> cette épreuve nécessairement unique, irrépétable, en laquelle, je suis moi-même en jeu et dont je ressors à chaque fois changé ; ce qui prime, ce n'est pas l'idée d'acquis, mais au contraire celle d'une mise à l'épreuve qui est en même temps transformation. (Romano, 1998, p. 194, op. cité)

Dans la vie courante, les expressions « j'ai fait une expérience » ou « j'ai éprouvé ceci ou cela » font référence au vivre dans lequel est sous-tendue une affectivité comme le mode d'existence même de l'expérience. Par contraste à la langue germanique, la langue française semble plus démunie pour désigner l'expérience en tant qu'exploration et observation d'une réalité pour la connaître ou savoir quelque chose de sa signification et de son épreuve. De l'autre côté du Rhin, en Allemagne, trois termes permettent une distinction insigne ; « *Experiment* » désigne l'expérience dans sa dimension d'informations et de connaissances, alors que « *Erlebnis* » pointe la dimension de vécu, ce qui est éprouvé et ressenti – spécifiquement la dimension affective -, et enfin, « *Erfahrung* » donne à comprendre la dimension processuelle, la traversée de cette épreuve, et ce, quelle que soit la nature de l'*Erlebnis*. En retournant sur le territoire francophone, le mot « expérience est dérivé de *periri* comme le mot « péril » - *per* de *periculum*, qui indique un mouvement d'aller de l'avant, non sans risque face à l'inconnu ouvert devant soi. On retrouve à peu près la même structure dans l'étymologie grecque où expérience signifie Εειρία (embiria) se compose de la préposition Εν (en) qui s'unie à μέσα (messa) - 'dedans' et μαζί qui signifie 'ensemble' d'une part, puis d'autre part, Πείρα (mira) renvoie à la notion d'essai, de pénétration ; je vais vers... j'entre dans quelque chose. Le thème 'περ' appartient à beaucoup de mots et signifie le mouvement et la destination vers… ainsi Εμπειρία – expérience – peut se comprendre comme *le mouvement d'entrée dans et avec tout de moi dans un espace d'essai* (incertitude et inconnu quant au résultat) *vers une destination*.

On imagine bien la dimension pathique de l'expérience comme une traversée ayant une valence positive ou négative ; la question de l'existence de l'expérience se pose en dehors de ces deux polarités. B. Honoré nous offre une formule synthétique et opérante : l'expérience désigne l'épreuve de vivre quelque chose et dans le cours de la vie. Il est bien question ici à la fois d'implication et de résonances. Pouvons-nous dire : sans implication et sans résonnance, pas d'expérience !

Constitution de l’expérience
(à partir de B. Honoré)

3.2 La constitution de l’expérience

Il semble que l’expérience prend racine dans la façon dont nous habitons le vivre, le percevons, et l’interprétons. Le vivre de l’expérience a besoin d’une pulsation, d’un rythme, il n’est pas comme un encéphalogramme plat, il exige du relief pour être, il demande la *krisis,* au sens grec, un moment de changement dans les conditions intérieures ou extérieures d’une part, et une modulation dans la manière dont on les vit. On pourrait dire avec A. Corbin ou C. Péguy que l’expérience et l’événement ne peuvent se tenir à distance, parce que la première et le deuxième se constituent dans la rupture du flux de la vie, qu’elle soit intérieure, extérieure, individuelle ou collective, sociale, écologique, politique, etc.

> Rien n'est mystérieux, (…), comme ces points de conversion profonds, comme ces bouleversements, comme ces renouvellements, comme ces recommencements profonds. C'est le secret même de l'événement. […] Et puis tout d'un coup il n'y a rien eu et on est dans un nouveau peuple, dans un nouveau monde, dans un nouvel homme. 212 (Charles Péguy, Clio, 1909)

[212] Voir : http://www.editionspapiers.org/publications/l-evenement-comme-experience

3.2.1 L'expérience : un enracinement dans la vie émotionnelle et affective ?

L'origine affective de l'expérience est manifeste
dans les sentiments que nous éprouvons.
Bernard Honoré

Dans le sens ou l'expérience se dresse sur le sol de l'inattendu, d'une sensibilité ressentie en présence de l'absence de réponse élaborée à l'avance face à ce qui nous arrive, peut-on dire qu'elle soit plus ou moins chevillée à la vie émotionnelle de celui qui l'éprouve, et de ceux qui la partagent ? Dans l'univers relationnel, la notion d'empathie pose la problématique de la constitution de l'expérience de soi, de l'autre, d'un « nous » qu'elle crée. Elle se pose encore dans l'expérience au contact de tout objet, de l'art, de la pensée ou de l'action. Pierre Kaufmann en parlant de l'expérience émotionnelle, dit qu'elle

> nous met en présence de certaines modifications de l'espace perceptif qui paraissaient la caractériser, à travers la diversité des situations et des personnes, des types assez délimités d'émotions. (Kaufmann, *cité par* Honoré, 2014, p. 40)

La crainte, la peur, l'angoisse, la joie, l'émerveillement sont des réponses catégorielles de l'affectivité couramment relevées au contact de l'expérience, dont on devine qu'elles portent un sens du sens de ce qui est en train de se passer, qui s'est passé ou pourrait se produire. Une question 'bête' surgit en moi, une expérience du futur est-elle possible ? Et avec elle, se pose celle de la constitution temporelle de l'expérience : le passé, le présent, le futur ? Quels rapports dialogiques entre ces dimensions fonde l'expérience ? L'expérience n'est-elle pas toujours et par essence à la bordure du futur (Bois, 2009) ? Au regard des catégories affectives fondatrices de l'épreuve de la présence présentées sous la forme de dyade duelles, c'est-à-dire l'angoisse/sérénité, l'espoir/désespoir et la joie/tristesse, mes questions rejoignent certaines préoccupations de Bernard Honoré (2005).

Si « ce ne sont pas les événements qui s'inscrivent dans l'expérience, ce sont les sentiments apparus dans leur épreuve » (Honoré, 2014, p. 41), la présence de l'émotion dans la constitution de l'expérience est entérinée. Il s'agit maintenant de statuer sur la nature de sa présence et donc, de sa place. L'émotion, le sentiment, l'état d'âme, l'humeur forment un tout affectif, non pas en tant qu'annexion de l'événement ou de l'expérience dont je fais l'épreuve, mais en tant qu'assise à laquelle je ne peux me dérober :

> Quand faisons-nous l'expérience ? Dans les situations de mise en présence de l'inconnu, dans celles de l'attente de quelque chose de bénéfique ou de redoutable, dans celles de la souffrance ou de la jouissance de la vie ». (*Ibid.*, p. 41).

Puis,

> aucun être humain n'échappe à l'expérience de l'angoisse, qu'elle soit comprise comme – la possibilité du péché (Kierkegaard), - comme régression la plus lointaine vers l'indéterminé originaire infraverbal (Janet), - comme signe d'alarme en présence d'un danger extérieur ou d'un danger intérieur névrotique (Freud), - comme caractère de notre être ayant la possibilité de découvrir son pouvoir-être dans l'effondrement des références habituelles qui le masquent et nous laisse face à l'inconnu et au mystère (Heidegger), - comme sentiment de la responsabilité à l'égard de soi-même et de l'humanité entière en rapport avec toutes les possibilités du choix (Sartre), - ou encore comme fonction du manque (Lacan). (*Ibid.*, p. 41, 42).

Par la métaphore musicale, avec les termes « gamme », « ton » et « tonalité », le philosophe nous invite à découvrir différentes partitions d'une thymique de l'« experientialité »[213]. Ce phénomène s'inscrit dans et par le flux de la vie, se reconnaissant par la manière dont s'est organisé ma compréhension des situations la fondant, ma façon de faire face aux événements actuels et de les éprouver, et les traces du langage pour narrer mon expérience.

Parler d'expérience, c'est nommer une manière d'être affecté par le monde dans le sens de ce que nous prenons vraiment en compte, de ce qui ressort par le jeu de notre attention captant ou qui se voyant happée et choisissant tel ou tel aspect du réel pour en constituer une forme unique, une œuvre dans le sens de l'*ergos* grec – à la fois travail et effort, à la fois art-. Or, pourrions-nous faire ce choix en dehors de toute sensibilité affective ? Est-pour cette raison que l'expérience, bien que ce soit elle qui tempère, oriente, et met en forme notre vision du monde (notre être-là, notre être-avec) soit si difficile à exprimer dans sa plénitude et dans son épaisseur ? Elle déborde toute rationalité et de toute réflexivité, impuissante à la contenir entièrement, comme il semble que ce soit le cas de l'affectivité. L'expérience, en tant qu'elle est la mise en sens *de l'épreuve de la présence*, est liée pour ne pas dire enchaînée à une *tendance affective* ; elle marque non seulement le passé, le présent de l'éprouvé mais essaime le sol des germes de la future expérience par une rumeur sensorielle, affective ou/et cognitive ; comme nous le verrons plus loin, s'ajoute la nature des interactions avec les

[213] L'experientialité est un concept utilisé par Monika Fludernik désignant le vécu 'naturel' humain et qui se présente selon cet auteur sous quatre formes : raconter, voir, expérimenter et agir. Voir : http://narratologie.revues.org/6476. B. Honoré propose l'experientialité comme l'expérience de l'expérience, « (…) il ne s'agit pas seulement d'une rétrospectives d'expériences passées dans un domaine particulier, mais de l'expérience en tant que telle comme *experientialité* de l'expérience. » (2014, p. 58).

autres. En quelque sorte, cette facticité donne à l'expérience sa vocation d'être un fil rouge du cours de la vie, de son flux. A ce fil pendent les états émotionnels considérés comme résonance du rapport entre intériorité et extériorité. Ils sont les manifestations sensibles de phénomènes de rupture, de désorganisation des modèles perceptifs et actifs, nécessitant la création de nouvelles réponses. La disponibilité qui nous singularise est cette faculté ontologique d'être résonnant. Nous entrons en relation avec notre existence par une vibration propre. Elle exprime notre sentiment d'existence par le ton particulier avec lequel nous sommes disposés à être consciemment en réception du monde. Quatre éléments constitutifs de l'expérience peuvent être définis : la présence, la mise à l'épreuve, toujours teintée par une tendance affective reliée à un sentiment d'existence. L'expérience apparaît donc enracinée dans la dimension affective.

Les éléments constitutifs de l'expérience
(à partir de B. Honoré)

Dans le sens henrien et honorien, l'expérience du vivre trouve son sol dans l'écart entre la vie qui est la mienne et la Vie qui passe en moi. L'expérience est donc une étreinte entre la Vie et ma vie. J'éprouve ce sens comme une organicité à l'œuvre dans ma pratique de la pédagogie perceptive qui dès lors est irréductible à une méditation sur et dans la Vie. Je suis dans l'attente d'une donation de sens de cette étreinte de ma vie dans la Vie, qui après m'avoir placé dans la Vie, me la fait éprouver dans ma chair par un pathos sous forme de résonances et de tonalités fondamentales (Honoré, 2005 ; 2014).

Dans ce registre, une gamme en trois tons majeurs caractérise la résonance *: la surprise*, *l'étonnement et l'angoisse*. La surprise et l'étonnement dynamisent

l'accomplissement de soi et de l'autre dans la joie. L'angoisse qui nous révèle le « pas chez-soi ». L'espoir dévoile une personne possible et par là, stimule la disposition à la formativité. Cet ensemble de dispositions fondamentales ouvre des perspectives de transformation, de formation et de déploiement tout au long notre trajet de vie en assignant un sens à notre histoire de vie. Faire l'expérience de sa vie, c'est entrer en fréquence, nous lier à la résonance qui nous affecte par la tonalité :

> Dans la résonance, la tonalité est ce qui se donne à entendre, pour qui peut y entendre quelque chose - c'est-à-dire l'homme en son existence - dans sa « tenue » dans le monde. C'est à partir de cette tonalité de la résonance qui retentit en nous affectant, que nous déterminons notre manière d'être. (Honoré, 2006, p. 81)

La tonalité fait toujours retentir un degré d'accordage de notre être-au-monde dans un prendre-soin spinoziste, celui de l'effort de persévérer dans l'être, de chercher la force positive de l'agir dans la joie. B. Honoré relie ici « expérience de l'épreuve » et « résonance dans la présence ». Faire l'expérience de quelque chose, c'est éprouver cette chose en fonction de certaines préoccupations qui peuvent êtres utilitaires ou en rapport avec mon existence. Dans cette logique, *éprouver* est le sentiment que je ressens et que j'exprime à l'égard de l'expérience qui est la mienne. *La résonance dans la présence est le sujet en ce qu'il ressent* dans l'expérience d'un objet, d'un événement, d'une œuvre, d'une personne. S'éprouver soi-même, c'est la mise à l'épreuve de l'expérience dont je suis affectée, prédisposé à l'être d'une manière unique, plus encore :

> S'éprouver soi-même n'est pas uniquement se ressentir mais se mettre à l'épreuve. C'est interroger sa manière de s'accomplir dans des activités en déployant la vie, (…) dans la perspective de sa propre sauvegarde, c'est faire le point avec sa santé considérée comme ce qui dynamise le déploiement de la vie dans l'accomplissement de son existence. (…) Dans la mise à l'épreuve de soi, c'est la tonalité de la présence à soi, donc le sentiment d'existence découlant de l'affection par cette tonalité, qui est premier. Nous pensons et agissons dans toute mise à l'épreuve de soi à partir d'un sentiment de l'existence. (*Ibid.*, p. 95).

3.2.2 Corps et expérience : un lien fondamental !

Le corps est le témoin de l'expérience à travers son empreinte laissée sur lui. Le visage marqué d'une vie montre le chemin d'expériences passées, traversées ou parfois refoulées. Le corps à travers son tonus ou ses postures témoigne de la trajectoire expérientielle personnelle et aussi professionnelle. La vie, comme un potier, chemin

faisant des expériences qu'elle fait vivre, lisse une forme corporelle, toujours changeante du premier souffle au dernier soupir :

> Nous avons tous des souvenirs de sensations accompagnées d'émotions dans les situations où le corps, le nôtre et celui des autres, manifestaient leur réalité dans leur présence. (…) Les expériences corporelles accueillent un sens de la vie qui traverse notre chair en une régénération incessante. (*Ibid.*, p. 55)

En prenant appui sur les travaux de Fritz Perls (fondateur de la gestalt-thérapie) tels que présentés par Ginger (Ginger, cité par Honoré, 2014, p. 46), B. Honoré, illustre le parcours cyclique de constitutions de l'expérience (pré-contact, prise de contact, plein contact, post-contact) dans laquelle le rapport au corps, *via* les perceptions corporelles de sensations et d'émotions vécues est convoqué pour traverser et intégrer des « gestalt inachevées ». Dans ce contexte, le corps se révèle être le partenaire d'un processus en expériences successives aboutissant à faire émerger une nouvelle expérience et en ce sens, il « constitue véritablement [l'espace de] la formation de l'expérience lorsqu'elle est suivie d'une phase réflexive de donation du sens ». (*Ibid.*).

Cette évocation du corps dans l'univers de l'accompagnement vient résonner sur ma pratique de la pédagogie perceptive et mettre en évidence des points de convergences et par contraste, des points de spécificités et de divergences entre ces deux pratiques dans lesquelles l'expérience corporelle existe, mais dans des acceptions pratiques et théoriques bien éloignées l'une de l'autre[214]. A un moindre degré, ce mécanisme évolutif est opérant dans la vie quotidienne de façon moins consciente sans être dans une visée thérapeutique. Parce qu'il est la toile sur laquelle résonne nos vies et leurs événements, le corps nous dévoile nos possibilités physiques, motrices et sensibles. Qui peut affirmer que son corps soit absent de la mise en sens de son existence ?

A l'autre bout de cette pensée, le *don* n'est-il pas la trace dans le corps de l'expérience de l'âme qui sait et qui dicte un savoir que l'on appelle parfois vocation quand on prononce : « il ou elle a un don » ; une sorte de savoir qui semble s'être dresser au-dessus de toute expérience préalable comme un « être » déjà plein de connaissances pratiques avant même d'avoir agi. Mystère merveilleux qui glisse toute pratique sans aucun écart au rang de l'Art. Dans ce cas, le corps et l'expérience

[214] Il n'est pas question ici de débattre sur ce point. Je note simplement, au regard de ce qui est dit ici, l'apport de la Gestalt-thérapie dans l'implication du 'corps-mémoire' dans une dimension horizontale de l'existence – émotionnelle, représentationnelle, expérientielle et biographique – comme voie d'accès au rapprochement de soi. Le corps s'engage dans une transformation puisqu'il offre le terrain d'une nouvelle expérience d'un événement et du rapport à lui. Les méthodes sont très différentes, mais les projets gardent des points de congruence avec l'approche de la psychopédagogie perceptive que je pourrais rebaptiser en jouant sur les mots et par analogie, une « Gestalt Sensible de l'être de la personne ».

s'unissent dans un mariage et dansent, animés d'une intelligence dans laquelle l'agir et l'éprouvé ne font qu'un. Le corps n'est plus seulement une toile qui résonne, mais bien la trame qui la constitue et me rejoint dans l'émerveillement de ma chair émue. L'expérience corporelle caractérise les conditions vitales de l'existence au sens de la Vie (Henry, 2000 ; Honoré, 2014). Dans ce sens, avec Merleau-Ponty, le corps peut se comprendre comme l'étoffe expérientielle du monde dans le sens où :

> Visible et mobile, mon corps est au nombre des corps, il est l'une d'elles, il est pris dans le tissu du monde et sa cohésion est celle d'une chose. Mais puisqu'il voit et se meut, il tient les choses en cercle autour de lui, elles sont une annexe ou un prolongement de lui-même, elles sont incrustées dans sa chair, elles font partie de sa définition pleine et le monde est fait de l'étoffe du corps. (1964, p. 19)

Il faut ajouter maintenant le corps au nombre des éléments constitutifs de l'expérience, un corps à la fois témoin et acteur dans son essence, puisque sans lui l'expérience garde une forme d'abstraction. Mais ce corps est aussi celui du monde auquel il est tissé.

3.2.3 L'expérience de l'autre : l'interexpérience comme épreuve de la présence d'autrui

L'étoffe du corps inclut par conséquent ce corps qu'est l'autre. Mais de quelle manière ? Dans un corps-à-corps de présence et d'épreuves de celles-ci, mon expérience rencontre celle des autres dont elle se nourrit tout en les nourrissant dans l'interexpérience. En quoi l'épreuve d'autrui et la présence mutuelle qui la caractérise peut nous éclairer sur le phénomène de l'expérience ? Et nous avons vu qu'elle est affiliée à la dimension émotionnelle et au champ de l'affectivité. Bernard Honoré nous avertit : l'épreuve d'autrui n'est pas l'épreuve d'une chose mais bien *d'une personne* ayant un ton singulier issu de son pouvoir-être, son avoir-à-former et son devoir-prendre–soin[215] par sa facticité, sa formativité et son activité. Dans la mise en présence d'autrui :

> Il y a donc deux pouvoir-être, deux avoir-à-former et deux prendre-soin. (…), la tonalité est constituée d'une présence de l'association des tons éprouvés dans l'angoisse-sérénité, dans l'espoir-désespoir et dans la joie-tristesse. La tonalité affecte chacune des personnes en présence d'une manière qui lui est propre et suscite chez lui des sentiments selon une disposition préalable à ressentir l'affection et, à se laisser affecter, selon un sentiment de soi plus ou moins ouvert à la transformation. (2006), p. 95).

[215] Trois notions assez explicites dans leur formulation et qui sont développées dans *L'épreuve de la présence.* (Honoré, 2006).

La coloration de la tonalité est assujettie aux tendances de l'un ou de l'autre dans les trois dimensions du pouvoir-être, de l'avoir-à-former et du devoir-prendre-soin contenant l'expérience de la mise à l'épreuve de la présence. La tonalité de présence sera teintée de *sérénité* si celle-ci est sous le signe de l'accord d'une réelle ouverture mutuelle. En cas d'accordage dans la fermeture, la tonalité est marquée par l'indifférence bilatérale. La personne sera dans une tonalité *angoissante* si dans la présence, l'un est nettement ouvert à se projeter dans des possibilités inédites alors que l'autre reste contenu à ses seules possibilités habituelles, c'est-à-dire celles qu'il connaît. Si la personne exprime un intérêt à l'égard de l'autre toujours identique, quelle que soit la personne, nous aurons le même effet d'angoisse.

La tonalité de la présence va résonner *d'espoir* si chacun est affecté par l'espoir de ne pas être enfermé par l'autre dans une forme (physique, psychique, éthique, affective) qu'il a préalablement de lui-même. C'est le résultat d'une consonance dans l'engagement mutuelle dans son avoir-à-former. Je suis en quête de nouveau sens au contact de l'autre et je me rends disponible à cette transformation. D'autre part, je sais qu'il en est de même pour l'autre. À l'inverse, le ton de la présence sera ressenti en *désespoir* s'il y a dissonance des engagements. Cette tonalité sera éprouvée pour chacun en présence de l'autre ; incompréhension pour l'un, désespoir de se sentir saisi d'une manière inadéquate (mode étranger à ses habitudes) pour l'autre. Dans le registre du prendre-soin, la tonalité de la présence résonne de *joie* dès lors qu'une symétrie d'en train dans le « prendre-soin-de » se manifeste entre moi et l'autre :

> Chacun est affecté dans la joie, non seulement d'être pris en considération dans sa vie et son existence, mais dans la joie d'attendre de l'autre un souci de lui, un soin et une attention particulières, même en l'absence de toute demande, de tout appel (…). C'est une joie d'une sollicitude où entrent la confiance et la compassion.[216]

A l'inverse, dans la dissonance de l'accord dans le prendre-soin, la tonalité est de nature triste :

> Celui qui est le plus animé par son devoir-prendre-soin éprouve la tristesse d'une impuissance à conforter l'autre dans son désir de déployer sa vie dans un accomplissement. Celui dont le devoir-prendre-soin est le moins intense éprouve la tristesse d'une sollicitation gênante. Lorsque chacun est peu animé en son devoir-prendre-soin, le sentiment du ton de résonance n'est ni triste, ni joyeux mais indifférent et ennuyeux.[217]

[216] *Ibid.*, p. 95
[217] *Ibid.*, p. 96

En fin de compte, l'épreuve de l'autre peut se résoudre à *deux natures d'expérience portées par deux affections fondamentales en communauté de souffrance et de jouissance*. Quelle que soit la nature de la tonalité dans la présence avec autrui, l'épreuve de l'autre est toujours *une expérience éthique*, c'est-à-dire, éthique dans son étymologie grecque « *ιθος* » qui signifie *caractère*. La réciprocité qui caractérise la présence de deux êtres porte en elle une tonalité d'affection unique mais mouvante. Enfin, cette notion s'élargit au tissu social, à la communauté, au monde quand B. Honoré écrit :

> Enfin, dans l'épreuve de l'autre, entre en présence l'absence d'autres qui ne sont ni lui ni moi. La visée du devoir-prendre-soin ne se limite pas à celui qui est là, ici et maintenant, mais à tout ce qui s'absente et qui cependant est en rapport avec nous et doit être sauvegardé. On peut dire qu'à travers la chose ou l'autre que j'éprouve, c'est le monde qui résonne dans la tonalité des mises en présence.[218]

Dans le tableau qui suit, j'ai placé les éléments signifiants de la catégorisation des tonalités affectives de la présence, dans une axiologie en trois volets : le pouvoir être, l'avoir-à former et le devoir-prendre-soin. J'ai ajouté les deux tonalités fondamentales de l'existence. Nous l'avons vu tout au long de ce chapitre et cela se confirmera par la suite, l'affective n'est pas envisageable dans une singularité séparée du monde, de l'autre. La notion d'intérexpérience est au cœur d'une pensée qui cherche à élucider ce que peut-être la dimension émotionnelle et le champ de l'affectivité, et ici en particulier ce que j'ai nommé avec Bernard Honoré, les *tonalités affectives*.

[218] *Ibid.,* p. 99

Les tonalités affectives de la présence			
	Dispositions de l'autre envers moi – Ma dispositions à l'autre - Sentiments éprouvés		
Attitude	ouverture	neutre	fermeture
Pouvoir-être	Sérénité/Joie	Indifférence	Angoisse/Tristesse
Avoir-à-former	Espoir	Indifférence	Désespoir
Devoir-prendre soin	Joie	Ennui/indifférence	Tristesse
Affections fondamentales	Jouissance	-	Souffrance

Interexpériences et tonalités affectives de la présence
(à partir de B. Honoré)

3.3 Le caractère de l'expérience : le sentiment d'existence

Pouvons-nous envisager le sentiment d'existence comme un caractère particulier de l'existence en tant qu'*expérience*, comme une affection de celle-ci. Le sentiment d'existence est-il le fruit de la réciprocité dans la présence à soi, à l'autre, aux autres et au monde ? Cette disposition affective dans laquelle nous sommes en présence de ce *sentiment* d'existence, relève-t-elle d'une explication psychologique ou d'un principe ontologique ? Sur le terrain de la vie, on peut constater la variation de l'intensité des résonances émotionnelles dont celle du désir encourageant la motivation et l'effort pour se maintenir dans une situation. Ce dynamisme module l'expérience, elle peut s'écouler « (…) en eaux calmes et tranquilles ou en eaux bouillonnantes et tumultueuses » (Honoré, 2014, p. 60). Les trois gammes principales angoisse-sérénité, espoir-désespoir et joie-tristesse sont indissociables et

> leurs tons entrent en composition d'une tonalité globale de la présence, dont les fluctuations sont celles de notre sentiment d'exister.219

[219] *Ibid.*, p. 288

Bernard Honoré, inspiré par la pensée d'Heidegger, en particulier dans le développement de la *Stimmung*, le définit comme un état d'humeur ou une disposition dans laquelle nous sommes. Suivons trois citations du philosophe allemand :

> Jamais l'état d'humeur n'est le simple fait d'être disposé (Gestimmstein) dans une intériorité pour soi, mais c'est tout d'abord un se-laisser-prédisposer (ein sich-Bestimmen und Stimmenlassen) d'une façon ou d'une autre à l'humeur, dans l'humeur.[220]

En écho à cette citation, le sentiment d'existence apparaît comme un fond affectif, une matrice sur laquelle se déposent des nuances changeantes. Ce n'est pas une émotion turbulente, ni une interprétation de celle-ci mais une *qualité de disponibilité à être affecté* :

> C'est dans un second temps que nous nous disons : après tout c'est moi qui vois et sens les choses ainsi. Alors la Stimmung, devient Erlebnis, expérience vécue, Gefûhl, sentiment subjectif, privé.[221] (Je souligne)

Le sentiment d'existence est une expérience vécue, un mode de rapport au monde :

> Une Stimmung est un air…au sens d'une mélodie qui ne flotte pas au-dessus de la présence de fait, prétendue véritable de l'homme, mais donne pour cet être le ton, c'est-à-dire, harmonise (stimmt) et détermine (bestimmt) son style et sa manière d'être.

A travers le sentiment d'existence on comprend combien l'expérience est un mode de présence, une façon unique de résonner par laquelle notre être se découvre dans sa singularité qui se dévoile. L'affectivité a un pouvoir, de révélation de l'expérience ; de sa valeur pour Scheler ; plus fondamental que la connaissance pour Honoré ; du monde pour Heidegger ; de l'absolu par une auto-affection pour Henry, et encore de notre humanisation pour Honoré.

- **Petit détour : L'interexpérience chez Laing, l'extimité chez Lacan et Tisseron**

La pensée de Ronald Laing, résonne en congruence avec celle de B. Honoré, bien que le premier pose que toute expérience semble vouée à la solitude, car elle a ceci de spécifique et de commun avec l'émotion, c'est qu'elle n'est pas celle de l'autre et ne pourra jamais l'être. L'expérience possède une gestalt unique (cf. Romano) bien que certaines de ces composantes me soient accessibles. C'est ce que confirme R. Laing :

> Je ne peux m'empêcher d'essayer de comprendre votre expérience car – bien qu'elle me soit inaccessible, invisible et que je ne puisse ni la goûter, ni la toucher,

[220] *Ibid.*, p.123
[221] *Ibid.*, p. 123

> ni la sentir, ni l'entendre – je sais que vous en avec une. Je ne peux pas faire l'expérience de votre expérience, mais je sais qu'elle existe pour vous : mon expérience de vous fait partie de votre expérience de moi, mon jugement sur vous tient compte du jugement que vous portez sur moi qui vous juge, et ainsi de suite… (Laing, 1969, p. 18)

Ces propos percutent. Ils illustrent à la fois un aspect de ma pratique quand j'observe combien il est utopique de se considérer à la place de la personne que j'accompagne, tout en mettant l'accent, par contraste, sur des moments de complète congruence avec l'expérience de celle-ci. Lors de moments de totale congruence dans une séance de pédagogie perceptive, la personne témoigne qu'elle se sent comprise, entendue dans son expérience comme elle ne l'a jamais été. Dans le même ordre d'idée, je suis surpris de constater l'écart d'expérience face à une situation, une personne, une œuvre, suivant *le degré de proximité ou de l'éloignement de ma subjectivité corporelle*. La communicabilité ou faudrait-il dire, l'incommunicabilité de l'expérience est cruciale dans nos vies, dans la vie sociale. L'une et l'autre sont le fondement de nos liens dans nos couples, nos familles, nos communautés, nos villes, nos pays, et à l'échelle planétaire. L'expérience est imbriquée dans la vie sous ses formes à la fois intime, individuelle, extérieure, publique et sociale.

Dans l'interexpérience, qu'est-ce qui s'extériorise et qu'est-ce qui reste dans l'intériorité d'une intimité ? Avec Serge Tisseron, la signification de l'expérience comme celle de l'interexpérience s'enrichit d'une notion nouvelle, celle de *l'extimité.* Ce mot a été introduit par J. Lacan pour nommer le fait que rien n'est totalement intime ni totalement public. On a coutume de définir l'intimité par ce qu'elle n'est pas, c'est-à-dire, publique. L'intimité a donc une connotation éminemment sociale par défaut :

> Mais l'intimité comporte aussi une autre dimension : ce que chacun ignore sur lui-même. (…) Il est pour nous le processus par lequel des fragments du moi intime sont proposés au regard d'autrui afin d'être validés.[222] (Tisseron, 2011, p. 83)

Le désir d'extimité – qui n'est pas l'exhibitionnisme - est inséparable de celui de *se rencontrer soi-même à travers l'autre* ; il n'est pas non plus l'appétence de l'approbation sociale. On a besoin d'intimité pour se reconnecter à soi-même, mais la voie de l'extimité est complémentaire à la première. *L'expérience de soi semble nécessiter les deux dimensions : intimité et extimité.* L'extimité comme désir de partage de soi auprès de personnes choisies renvoie à une nature d'interexpérience plus subtile,

[222] Tisseron Serge. Intimité et extimité. In: Communications, 88, 2011. Cultures du numérique [Numéro dirigé par Antonio A. Casilli] pp. 83-91 ; url :/web/revues/home/prescript/article/comm_0588-8018_2011_num_88_1_2588

mettant en jeu des fragments de soi à l’interface intérieur/extérieur. Ces réflexions nous dirigent naturellement vers *l’empathie* comme une expérience de désir d’extimité et réciprocité dans laquelle la fréquence de l’épreuve de la présence de l’autre entre en réciprocité avec la mienne. La dimension cognitive et la dimension relationnelle, dans lesquelles le corps reste sollicité à des couches de vécu variables et qui fondent l’empathie, dévoilent la complexité expérientielle.

Dans cette imbrication se glisse une temporalité bien spécifique : celle de reconnaître à mon interlocuteur le droit de me manifester l’expérience qu’il fait de moi, de mes conduites et auxquelles je n’ai souvent pas accès ; je l’autorise à me révéler à moi-même (*Ibid.,* p. 89). Dans ce cas, l’autre participe au remplissement de l’expérience de qui je suis et deviens. Cette empathie « extimisante » est comprise dans la pensée de S. Tisseron sur le mode interactionnel, et sans participation charnelle. Elle constitue un aspect bien particulier de l’interexpérience, celui de me laisser affecter par l’autre qui me renvoie son expérience relative à sa résonance à mes actes, mes manières d’être, ma présence. L’extimité met en scène un mode affectif comme reliance entre intériorité et extériorité, les deux étant empreints d’une dimension sociale. Nous trouvons une illustration graphique de cette notion nouvelle pour moi. L’extimité m’évoque ces moments de révélation propres à la pédagogie perceptive. La personne accompagnée se voit révélée à elle-même par un jeu de réciprocité et de miroir avec l’expérience que peut lui restituer l’accompagnateur. L’ancrage charnel et corporel offre une nature de reliance profonde, silencieuse et porteuse de sens pour les personnes en co-présence et d’une auto-révélation d’un sentiment d’existence. Le schéma suivant illustre mes propos :

L'*extimité*, un mode affectif de reliance à l'intimité, l'extériorité et le social
(à partir de Tisseron)

3.4 La vie comme expérience d'elle-même, comme donation

Elle [la vie] se révèle de mon immanence
en une expérience qui m'est propre.
Bernard Honoré

Dans la langue française, il n'existe pas de mot rassemblant les notions de vie comme donation et comme expérience. Dans le langage, on abordera cette signification à partir du terme « vécu », terme synthétique certes, mais approximatif et insuffisant au regard de la richesse de ce que l'on voudrait signifier et partager. Le terme allemand « *Erlebnis* » renvoie à l'expérience comme tout ce qu'on a vécu et forme une entité sémantique qui comprend à la fois ce qui est *éprouvé, vu, connu, pensé, fait* mais aussi, dans le sens phénoménologique, *l'expérience subjective* inobjectivable sans

l’intentionnalité (Honoré, 2014, p. 75*)*. Je montrerai plus tard comment W. Dilthey compte parmi des philosophes ayant travaillé la notion qui m’intéresse en l’intégrant dans une perspective du vivre où l’aspect individuel et de la communauté jouent sur une même partition pour former un *ensemble vital*. L’expérience, c'est-à-dire la *présence à*, ou la *présence de*, nous est aussi *donnée*, à commencer par la vie elle-même à travers nos naissances comme donation de la vie, c'est-à-dire :

> Le fait qu’il y ait la vie en moi. Les allemands, pour « il y a » disent es gibt (ça donne). Avec la vie est donnée tout un équipement sensoriel et psychique me permettant, dans une maturation progressive, de percevoir, de sentir, de me souvenir, de penser, d’agir en choisissant parmi des possibilités et en créant, de communiquer avec les autres par le langage, de m’orienter, et – ce qui n’est pas le moindre des dons – celui de donner un sens à ce que dont je fais l’expérience. Cette donation de sens dont je fais l’expérience en toute expérience oriente ma vie à tout moment et est au fondement de ma responsabilité vis-à-vis de la vie des autres. Je vis en effet dans la donation de la vie donnée aussi aux autres auxquels je suis relié dans cette donation même. (…) Je comprends l’expérience de la vie comme expérience historiale de la donation. (*Ibid.*, p. 77).

Je propose une synthèse graphique (schéma suivant) des éléments constitutifs de l’expérience. Ils se sont cumulés au fur et à mesure de mon dialogue avec la pensée de B. Honoré sous la forme de mises en présence incoercibles. L’expérience apparaît donc comme un ensemble de phénomènes mettant en jeu :

- le corps et l’émotion comme source vecteurs de
- ma présence au monde depuis une donation originel de la Vie,
- la mise à l’épreuve de l’autre dans des tonalités diverses,
- ma tendance affective, dans l’action et dans la pensée
- mon sentiment d’existence
- ma disposition à recevoir les choses de ce monde,
- mon rapport à la présence d’autrui

Les mises en présence dans l’expérience
(à partir de B. Honoré)

Les mises en présence dans l’expérience - Ajout du corps et de l’émotion
(à partir de B. Honoré)

3.5 La spiritualité de l'expérience : oser nommer pour mieux comprendre !

Je suis en effet touché, affecté dans quelque chose
d'inapparent dans la "mise en présence".
Bernard Honoré

La poésie n'est pas un genre littéraire,
elle est l'expérience spirituelle de la vie,
la plus haute densité de précision,
l'intuition aveuglante que la vie
la plus frêle est une vie sans fin.
Christian Bobin

La contribution de Miche Henry dans la compréhension de la vie comme donation est première. J'en parlerai abondement plus tard. La question de l'apparaître de la vie est inhérente au propos phénoménologique, et à ce titre, elle rejoint celle de l'expérience elle-même. Mais comment relier les deux phénomènes, aborder ces deux questions, En forment-t-elles qu'une ? C'est là l'enjeu et la source de différentes positions théoriques et pratiques liées à la définition même de l'homme, de l'agir, de l'être et du vivre. Pour le phénoménologue français sortant de l'orthodoxie,

> le premier trait de la révélation de la vie, c'est de s'accomplir comme auto-révélation. S'autorévéler pour la vie veut dire : s'éprouver soi-même. (Henry, *cité par Ibid.*, p. 77).

Plus je lis la phénoménologie, plus s'ancre en moi une conviction qu'elle donne à penser autrement une donnée anthropologique, celle de la dimension spirituelle. Dans cette direction, le contact à la praxis du Sensible qui est le mien questionne car expérientiellement, depuis mes premiers pas au contact de la subjectivité corporeisée, à travers le silence qu'elle convoque et la dimension émotionnelle qu'elle fait naître, son affiliation à une dimension spirituelle (sur les plans théoriques et pratiques). Cette dimension peut poser problème à différents niveaux dont celui de sa place dans la recherche, celui de l'assumance de sa réalité pratique dans un accompagnement professionnel, celui du choix du langage pour en parler. En effet, cette notion subit certaines contraintes repoussantes liées à un héritage à des qualités surnaturelles dans la vie religieuse, à son opposition radicale à la matérialité, etc.

3.5.1 Nommer mes états d'âmes, un questionnement éthique ?

Je dois faire un aveu ici sous la forme d'une question : que signifie *en creux* un sentiment de fatigue – allons-y !, et une sainte colère que j'éprouve parfois ? A première

vue, j'attribue mes *états d'âme* à la fois à une aspiration et à une crainte contenues sous la forme d'une discrétion, pour ne pas dire, d'une censure personnelle (et il me semble parfois qu'elle est collective). Mes états d'âmes sont-ils en lien avec la place de l'affectivité dans mon métier, dans mes pratiques et mes relations sociales liées à l'incarnation de l'expérience du Sensible dans mon parcours de vie, dont il m'apparait qu'un aspect relève bien du rapport à une spiritualité ? Bernard Honoré évoquant *l'interdit spirituel dans les sciences humaines* donne le ton de l'engagement nécessaire pour sortir d'un non-dit tout en me donnant une première réponse à mes questions personnelles que j'assume ici. Retenir mon élan d'aborder le thème de la spiritualité m'apparaitrait lacunaire pour cette étude sur la dimension émotionnelle. Je pointe une problématique que je ne veux pas juger, mais constater (pour m'en alléger ?), se pourrait-il que mon mouvement puisse avoir un écho ?

C'est donc à pas feutrés et sur la pointe des pieds que je m'avance sur ce thème placé trop longtemps dans l'aune d'une intime et d'un cœur timide. Me voilà à l'œuvre dans une praxis ''extimitante'', poussé du dedans pour sortir du silence, ou plus justement, y rester en prolongeant le fil de ma réflexion. J'avance, soutenu par l'auteur inspirant qui m'accompagne en ce moment, bien que sa pensée de la spiritualité telle que je la comprends s'appuie essentiellement sur un engagement réflexif et dans la résonance affective qui peut s'y jouer, *et* que la mienne s'ancre en première instance dans un rapport à une chair corporelle touchée, sentie, ressentie et émue (la mienne, celle d'autrui, de la nature et de tous les objets du monde avec lesquels je suis en conscience).

Il me semble nécessaire de baliser mon propos sur *l'expérience et le spirituel*, *l'expérience spirituelle* ou encore *la spiritualité de l'expérience,* dans un enclos sémantique le moins équivoque possible. Ces trois expressions et articulations entre deux termes « expérience » et « spiritualité », « spirituel », « spirituelle » illustrent la richesse et les liens qui peuvent unir ces deux notions (expérience et spirituel). Pour ce faire et en lien avec mon appartenance concrète à l'univers du soin, de la formation et de l'accompagnement, deux repères vont à la fois camper l'espace dans lequel je veux évoluer et m'informer sur mon objet de recherche. Le premier met l'accent sur la dimension spirituelle *en tant que reliance entre l'homme et le monde* dans une perspective de changement issu d'un élan de vie portant un élan spirituel (Bergson) innovant et tourné vers l'avenir :

> Ainsi la vie spirituelle est la dimension de la vie qui, en nous reliant au monde, élance la pensée dans une transformation de ses représentations, de ses conceptions, de ses valorisations. (…) On peut dire que dans la vie spirituelle nous respirons le monde, nous sentons les effluves d'un monde qui nous inspire. (Honoré, 2004, p. 111)

Un deuxième repère me vient de Gaston Pineau :

Différents contacts déclenchant une expérience spirituelle
(à partir de G.Pineau)

En se questionnant sur l'expérience-formation, il propose le concept de spiritualité selon Eurs von Balthazar, comme :

> Une dimension unificatrice, l'esprit étant considéré comme ce qui met en relation l'organisme et son environnement, une dimension de réalisation, d'engagement, de position, de formation ou de transformation, et une dimension d'ouverture à un infini, un illimité, un fonds à la fois intime et étrange. (Pineau 2006, *cité par Ibid.,* p. 112)

L'acception d'éléments tels que la visée d'un absolu, d'une globalité, du lien intérieur/environnement, de la formation et la transformation pour signifier la spiritualité campe l'espace plus serein, moins ambigu pour aborder la question de l'expérience en tant que phénomène spirituel d'une part, mais d'autre part, et c'est cela que je veux souligner : chacun de ces termes sont des outils sémantiques usuels dans ma vie quotidienne et professionnelle. Nous sommes loin de l'héritage religieux, traditionnel, de ces espaces jugés douteux par la science, qu'il ne s'agit pas de nier, et encore mien de renier sous peine d'amputer l'homme d'une part de son être au monde.

Nous pouvons donc penser avec Comte Sponville qu'il est possible de penser par soi-même et pour le monde à partir d'une expérience vivante et communicable qui confirme que

> nous sommes des êtres finis ouverts sur l'infini [...], des êtres éphémères ouverts sur l'éternité ; des êtres relatifs ouverts sur l'absolu. (Comte-Sponville, 2006, p. 147).

3.5.2 Quelles conditions pour convoquer l'expérience spirituelle ?

Quand est-ce que l'expérience convoque le spirituel ? La question peut sembler équivoque ou sans intérêt, je me la pose parce que justement, le spirituel entre en scène dans mon processus d'exploration théorique au service de ma question de recherche, et de la problématique qu'elle installe. Quels sont les liens entre l'expérience du Sensible et l'expérience spirituelle, existent-ils ? Si oui, de quoi sont-ils fait, et dans quelles conditions ? Il n'est pas temps de se pencher sur ce point maintenant, mais de laisser en suspens ce qui attend une réponse. Pour l'heure, Bernard Honoré présente différents contextes favorables à l'émergence de l'expérience en question. Plusieurs cas se présentent : 1) la situation périlleuse, exigeant une action de sauvegarde de soi de nature psychique, affective, physique, situationnelle ; 2) l'engagement volontaire de la pensée sur l'expérience elle-même dans la reliance au monde dans le projet de devenir sujet de sa vie et de ses événements comme l'ont montré successivement Spinoza (conatus), Husserl, Bachelard, ou Misrahi (conversions), comme d'autres auteurs qui font de l'épreuve de leur vie une ouverture à une œuvre de transformation et d'accomplissement ; je pense à E. Hillesum, A. Arendt, Y. Amar pour ne citer que ceux-là ; 3) les moments de franchissement de limites dans des « flashs existentiels » ou « percées » qui illuminent subrepticement la réalité ; 4) dans les tournants de la vie dans l'expression du dialogue avec eux et l'effort de dépassement du sens de l'épreuve que ces conjonctures peuvent susciter.

Chacune de ces catégories résonnent sur le terrain de ma pratique quotidienne. Je m'y reconnais. En les écrivant surgissent des événements marquants et les expériences de ma biographie ; avec eux, émergent des émotions, des sentiments et même des ambiances corporelles relatifs à ces évocations spontanées.

Conditions pour convoquer l’expérience spirituelle
(à partir de B. Honoré)

Dans le même temps ou/juste en différé -, se confirme *la présence irréductible de leur caractère affectif et émouvant* (chacun de ces adjectifs renvoie à des nuances fines mais fondamentalement distinctes pour moi). Certains de ces événements ont l’occasion d’expériences de nature spirituelle. Elles m’impliquent dans mon êtreté, la réveille, l’éveille.

Avec Gaston Pineau, et par l’intermédiaire de B. Honoré (2014), s’ouvre une catégorisation de phénomènes tissés dans une démarche exploratoire d’expériences personnelles, que ces dernières se déroulent dans un cadre professionnel ou non. Dans le contexte d’une recherche-action existentielle s’est donnée un ensemble d’expressions qu’il me paraît pertinent de relever, elles ont été classées par thèmes :

> selon qu’elles se rapportent – à des contacts avec soi-même (rapport à soi en lien avec des valeurs, un rapport à l’existence dans une conquête de paix, dans des moments de « grâce »), - à des contacts avec des personnes (expression sur l’amour, la beauté, la maladie, la mort, devant le visage d’une père mort, devant

> le respiration d’un bébé, expression du regret de ne pas avoir accueilli), - à des contacts avec du social (engagement dans des mouvements sociaux, des groupes communautaires, des groupes sectaires, expérience d’une foule en prière), - à des contacts avec la nature (nuit étoilée, énergie dans une expérience de Tai Schi, expérience de spiritisme), - à des contacts avec l’infini (dans la méditation transcendantale, devant le mystère, dans la sortie des catégories connues, dans l’invention de Dieu). (*Ibid.*, p. 126, 127)

K. Jaspers propose des sphères d’activités spirituelles en tant que *mouvement de la conscience* (esprit) tourné vers un secteur particulier du vivre. J’ai pu distinguer : 1) la sphère se référant à l’activité (action, contemplation et l’art) ; 2) celle concernant les objets ; 3) la sphère liée à l’actualisation dans un futur toujours à venir ; 4) celle qui désigne l’accomplissement dans l’achèvement ; 5) la sphère des personnes distinguant deux catégories, celle de la personnalité qui concerne tout ce qui forme le sujet individuel et l’altérité , et celle de la collectivité qui s’adresse à l’appartenance de la personne à une catégorie socioprofessionnelle ou vocationnelle ; 6) la sphère de la nature (savoirs, croyances et convictions dominée par la pensée) ; 7) la sphère des œuvres comme résultat de création, de travail, c'est-à-dire de l’activité humaine, *elle concerne les conditions extérieures et intérieurs dans lesquelles nous agissons. Elle nous met en relation avec nos contemporains et avec les générations précédentes qui ont contribué à notre culture* (*Ibid., p. 128*). L’ensemble de ces sphères est poreux et articulé, ce qui autorise une construction plurielle du sens nous orientant dans le monde. Cet édifice construit à partir de sphères spirituelles articulées entre elles plus ou moins mobiles les unes par rapport aux autres a sa dynamique d’alliances, de luttes ou de conflits. Les voici illustrées dans le schéma ci-dessous :

Les 7 sphères spirituelles d'après K. Jasper
(à partir de B. Honoré)

3.5.3 L'affectivité et l'expérience spirituelle

Entre deux hommes qui n'ont pas l'expérience de Dieu,
celui qui le nie en est peut-être le plus près.
Simone Weil.

Le climat de l'épreuve spirituelle, de l'expérience qui la caractérise est teinté d'une affectivité en échos dissonant ou consonnant des sphères entre elles. Ainsi, métaphoriquement, l'affectivité apparaît une fois encore être l'artiste et la chorégraphe d'une danse donnant forme au sens donné de l'existence pour soi, de l'autre et dans le monde ; et dont chaque sphère se mobilise dans son pas spécifique. Sous l'éclairage jaspérien, une certaine complexité, voire, une systémique spirituelle sort la notion d'expérience spirituelle qui était la mienne de la brume. Ainsi, dans ce qui nous détermine au sujet de l'expérience singulière, celle d'accéder à notre reliance spirituelle au monde, il y a :

> à la fois un besoin spirituel nous portant vers le monde, et un appel venant de l'esprit lui-même en ses diverses sphères entrant en résonance et nous touchant en l'« état d'esprit » où nous sommes dans le vécu de notre expérience. Un appel spirituel qui ouvre le questionnement comme affaire de notre existence. Cet appel est entendu comme un appel que j'existe au monde avec les autres dans des communautés d'appartenances ayant leurs traditions, leurs valeurs et leurs règles de vie. Je peux l'entendre comme une injonction à prendre en considération les

> incidences de mon expérience sur mon entourage et sur l'environnement. (*Ibid.*, p. 132, 133)

Comment peut-on accéder en conscience à ce besoin et à cet appel ? Le caractère mystérieux de certaines expériences tient de leur étrangeté au regard de la raison ou de l'incapacité pour cette dernière de leur assigner un sens connu ou un sens tout court. « Cette expérience me dépasse », dit-on parfois dans le sens de la surprise et d'un débordement de l'entendement. Ce phénomène est à la source de l'expérience sacrée qui ne concerne pas que la religion, puisqu'elle est présente dans des espaces (lieux sacrés), des objets (édifices) et des pratiques. On a dans l'art, par exemple, la musique (sacrée), les livres (sacrés) et il existe aussi les sentiments (sacrés). Pour le dire vite, la hiérophanie - du grec *hieros*, « sacré » et phanios,, « qui apparaît » - désigne *une donnée universelle constitutive du champ expérientiel de la condition humaine,* celle de l'accès par apparition de phénomènes inhabituels, inexplicables, inaccessibles à la sensibilité courante et à la raison par la perception usuelle. L'expérience du sacré ou le sacré de l'expérience pourrais-je dire aussi, est variable en fonction de ma présence, de la qualité de sa mise à l'épreuve. Le sacré semble ne pas exister sans une affection particulière qui nous est renvoyée par ce qui le manifeste à travers un objet qui me touche, une pratique qui m'émeut, un espace qui m'émerveille ou le sentiment-même de la vie que je ressens et qui me bouleverse.

Dans la vie courante, cette facticité de l'affectivité en présence dans l'expérience sacrée est troublante dans les échos au sein des sphères spirituelles évoquées plus haut. Elle conduit à des conduites individuelles et sociales culturellement normées. Dans cet ensemble, et à titre d'exemple, on a peut-être mal porté l'attention sur la religion, comme sur certains autres courants sociaux élevés au rang de l'institution. M. Scheler, dans une rigueur socio-phénoménologique remarquable, a démontré qu'elles illustraient une nature de participation affective relevant de la fusion affective, de l'illusion affective parfois, mais aussi, et de façon plus délétère, de l'hallucination affective (crainte ou dévotion) (2003). Le schéma suivant figure sept déclencheurs ou contextes dans lesquels la dimension sacrée peut se manifester :

La hiérophanie, un champ expérientiel de la condition humaine
(à partir de B. Honoré)

Les travaux de N. Depraz (2003) rendent compte de la richesse de l'expérience sacrée et requalifie la place et l'implication du corps à travers la pratique de la prière du cœur[223] chez certains moines orthodoxes de Grèce et de Russie : cette investigation met en évidence une praxis aux caractères convergeant à celle de la phénoménologie comme le geste de l'épochè :

> La prière du coeur réclame un cadre pour s'exercer, tout à la fois corporel (posture), technique (respiration/profération) et environnemental (un lieu tranquille) ; la réduction prend son impulsion dans un geste initial et sans cesse réitéré de suspension des croyances, des préjugés et de la thèse du monde elle-même, qui n'est rien d'autre qu'une manière d'interrompre le cours quotidien des actions et des états psychiques du sujet. De même que le cadre évoqué fait rupture sur le cours habituel de nos activités en imposant ses règles internes de position du corps, de mise en jeu du souffle et de la parole, de même le geste de l'épochè, nom technique de la suspension, est un geste de mise entre parenthèses des habitus sédimentés et de la doxa, aux fins de créer une nouvelle attitude sur le fond d'un espace lui-même transformé. (*Ibid.*, p.509)

3.5.4 Le rapport au divin : l'expérience d'un attachement ontologique ?

L'expérience humaine comporte un aspect sacré – le numineux, chez R. Otto – rapportée à une puissance perçue ou représentée comme plus grande (supérieure) ; cette

[223] « Pratiquer la réduction : la prière du coeur » Natalie Depraz Laval théologique et philosophique, vol. 59, n° 3, 2003, p. 503-519. URI: http://id.erudit.org/iderudit/008792ar

expérience du numineux est selon G. Jung *l'expérience affective du divin* donnant le sentiment d'une dépendance ontologique à l'égard d'un tout autre. Ce trait affectif de l'expérience du sacré et/ou du divin nous mène tout droit vers une nature d'attachement telle que les théories du lien la présente (Bowlby). Ici, la figure d'attachement - réellement vécue - par le religieux ou le disciple d'une pratique qui n'est pas obligatoirement religieuse au sens admis généralement, offre un espace de sécurité et permet un appui de nature 'diaphanique' pour explorer le monde, affronter des événements difficiles de l'existence, s'engager dans l'incertitude de l'avenir avec sérénité. Réfléchir sur l'expérience du sacré, du divin ouvre le chemin de la foi qui elle aussi peut s'extraire du carcan religieux.

Mon exploration pour y voir plus clair sur ce que peut être l'expérience sacrée ou divine me passionne ! Mon esprit est stimulé, mon être concerné, quelque chose de ma subjectivité est rejoint dans la pensée, dans le cœur, dans le corps ; dans ma chair. Comment ne pas reconnaître dans ces écrits quelque chose de l'expérience qui est la mienne au contact de la praxis du Sensible ? Je le savais, l'intuitionnais. Ecrire ces mots, recueillir la pensée des auteurs auxquels je me réfère, renforce une évidence pour moi, la dimension émotionnelle et le champ de l'affectivité du Sensible tels que je les rencontre souvent, touchent en creux l'expérience du sacré ou du divin tels qu'ils sont défini ici. Il me faut sortir l'expérience du Sensible de ses fantômes, ceux du fanatisme ou de la secte, m'avouer une aspiration qui est la mienne envers le sacré, un sacré rencontré au détour de l'introspection, de l'approche manuelle, gestuelle, et verbale.

La praxis du sensible se vit sur un fond de silence de cathédrale et célèbre l'être qu'elle fait rencontrer au cœur de la matière, dans l'émoi de la chair dont chacun témoigne la présence et la mise à l'épreuve en direct ou en différé lors d'entretien de pratique réflexive. Je l'ai montré dans ma recherche précédente (Humpich, 2007) et D. Bois (Bois, 1990 ; 2006) illustre la présence du lumineux et du divin – du sacré ? - dans l'expérience vécue du Sensible à travers un conte initiatique évocateur, « Le seigneur de la danse » ; il fallait un conte et cette forme littéraire en particulier, car l'analyse et la rationalité ne peuvent pas rendre ce que l'expérience esthétique[224] d'une écriture performative et Sensible donne à vivre.

[224] L'expérience de l'art se caractérise par la médiation de la sensorialité, de la perception dans la création pour l'artiste et la contemplation pour son public et dont le vécu s'enracine dans l'émotion de la reliance spirituelle au monde.

J'ai mentionné au début de cette section l'ouverture de la phénoménologie à une théologie de l'expérience reliée à un principe de révélation. Les propos relevés par B. Honoré confirment mon constat. Dans la citation à venir, E. Husserl livre avec force que le rapport à l'Être est premier dans la construction de l'ipséité, puis de l'identité ; et comment c'est le rapport à l'expérience qui la constitue, y compris et surtout peut-être dans l'expérience sacrée :

> Ce n'est qu'à partir de la vérité de l'Être que se laisse penser l'essence du sacré. Ce n'est qu'à partir de l'essence du sacré qu'est à penser l'essence de la divinité. Ce n'est que dans la lumière de la divinité que peut être pensé et dit ce que doit nommer le mot Dieu. (Heidegger cité par *Ibid.*, p.144)

Puis,

> Comment l'homme de la présente histoire du monde peut-il seulement se demander avec sérieux et avec rigueur si le dieu s'approche ou se retire quand cet homme omet d'abord d'engager sa pensée dans la dimension dans laquelle seule cette question peut être posée ? Cette dimension est celle du sacré, qui déjà, même comme dimension reste fermée tant que l'ouvert de l'Être n'est pas éclaircie et n'est pas proche de l'homme dans son éclaircie. (*Ibid.*)

Le praticien somatique est tenté de compléter les deux citations dernières en introduisant, dans le prolongement de la participation de la pensée, ou à côté d'elle, ou en encore en amont dans le pré-réflexif ou l'a-réflexif, la dimension du corps, de la chair vécue comme l'ont suggéré M. Henry (2000, 2004, 2008) et dans son sillage, C. Meyor (2002 ; 2008) dans une phénoménologie non intentionnelle.

Il importe de na pas exclure la donnée religieuse de mon questionnement sous peine de disqualifier dans un mouvement *tabla rasa* un espace de conscience à l'œuvre chez l'homme en quête de saisir l'être de l'homme. Pour des penseurs comme Y. Amar (2005), Simone Weil (Lyvonnet, 1994), Misrahi (2008 ; 2014) comme pour D. Bois (2001 ; 2006), le sacré se trouve et se manifeste dans la flagrance du réel. Cette position explique la raison d'une reliance sous une forme analogique entre le réel et l'expérience sacrée. En poussant dans toute son amplitude ce principe, tout effort de se rapprocher du phénomène dans son essence comporte une dimension ontologiquement sacrée ; depuis là, se comprend mieux l'ouverture sur l'avenue – la venue – du sacré, du divin et du religieux dans de nombreux écrits phénoménologiques ou d'autres relatifs à la psychologie existentialiste et humaniste, comme dans certaines pratiques de l'accompagnement qui assument cette filiation. Dans ce contexte épistémologique et méthodologique, la venue de l'expérience mystique clôt mon exploration dans ce domaine.

3.5.5 L'expérience mystique : inhérente à l'activité d'être homme

En préambule, j'avoue que le terme « mystique » m'intrigue en raison de son rapport particulier à l'objectivité, de son aura inquiétante et attirante à la fois, un certain flou au sujet de la réalité expérientielle qui le constitue. J'ajoute que je ferai des petits détours chez d'autres penseurs sur la mystique qui rendront plus pertinent encore la pensée honorienne. Je commencerai par l'analyse de F. Keck (2003) pour qui quatre processus unissent directement et indirectement un dispositif commun dont l'origine se trouve dans des alliances historiques ; celles-ci expliquent l''adhésion' toute relative de la notion de mystique à la rationalité de la science. La découverte et la conquête des sociétés dites primitives, l'introduction de l'enfant dans un système d'éducation (qui tient compte de son développement propre), le regroupement et l'enfermement des fous dans des hôpitaux où ils font l'objet d'études pour être ramené à la raison et enfin, la constitution d'une tradition mystique séparée de la tradition théologique présentent une problématique commune, à des niveaux différents. Il s'agit de l'irrationnel qui est

> à la fois ce qui précède la raison [chez l'enfant], qu'elle peut donc retrouver et traduire par ses procédures propres [chez le fou], et ce qui vient la défier et la questionner [le primitif ou le mystique], la privant ainsi de tous ses moyens établis. (Keck, 2003, p.1)

La notion de l'expérience mystique porte donc en elle les oppositions entre l'archaïque et le développé, entre le pathologique et le normal, entre le rationnel et l'irrationnel. En s'éloignant du point de vue psychiatrique et d'une interprétation pathologique ou religieuse pour se rapprocher de celui de l'histoire de la philosophie, de l'ethnologie, l'expérience mystique peut être définie comme

> l'épreuve d'un événement généralement imprévu nous donnant le sentiment d'entrer en contact avec un mystère inaccessible échappant à toute forme de connaissance, (…) à l'au-delà inaccessible au sens (…) auquel certains (…) voient le développement de l'Être. (…) Cette union mystique est vécue comme une expérience d'amour. (Honoré, 2014, p. 144)

Dans cette orientation, la *mentalité mystique* semble *inhérente à l'activité d'être homme* en tant que disposition à l'émerveillement devant le sublime d'un paysage et de la nature, devant une œuvre d'art, à l'écoute d'une musique, face à un visage ou à un corps, dans la lecture d'un poème ou d'un écrit…. Elle se manifeste à l'occasion d'affronts de l'existence, face à la souffrance dans certains contextes (Hillesum, Weil, Davy). La

mystique[225], comme *expérience intégrée au social*[226]peut être comprise comme une praxis contrebalançant un monde de technicité privé d'âme (Henry, 2004 ; Davy, 2005). L'expérience mystique n'est pas exclue de l'investigation et de la vie scientifique (Bergson, James). Dans une publication, F. Wroms[227] montre comment l'expérience scientifique peut se comprendre sous la houlette de la mystique, notamment en tant qu'expérience vécue qui affronte directement le mystère de la réalité. Cet auteur insiste sur le *sens existentiel de l'expérience mystique* toute différente d'un donné à la troisième personne, analysé, quantifié, et classé dans un système :

> Mais l'expérience mystique au contraire comme expérience vécue à la première personne et qui se donne à la première personne comme un témoignage d'un certain genre d'expérience, une expérience qui est « mystique » d'abord parce qu'elle est vécue comme une rencontre entre un individu singulier et un principe absolu, une expérience qu'il faut alors envisager dans sa dimension existentielle comme telle. (Worms, 2010, p.8)

Plus loin dans cet article, l'auteur, à propos de l'œuvre de Simone Weil et de la pensée de Jean Nabert, invoque une expérience mystique que je placerais complémentaire à celle de Bergson ou James qui la cherchent dans l'expérience de la vie quotidienne (et non antagoniste comme la présente F. Worms). La mystique weilienne et nabertienne s'ancre dans une *expérience absolue de l'absolu* en tant qu'expérience limite à nous-même, expérience qui est extra quotidienne par nature. Avec F. Wroms, je comprends le sens de l'expérience mystique comme un moment inhérent à une expérience de soi plus ample que ce que la personne peut accueillir habituellement. C'est une expérience à la première personne radicale diraient certains (Depraz, Vermersch, Berger, Varela ou Berger) dont la caractéristique se trouve dans une mise en tension consécutive de deux tendances en co-présence : l'assujettissement extérieur et la reprise de soi qui rouvre l'espace d'une subjectivation libre. Elle est une possibilité anthropologique dont on a du mal à décrire les modalités d'accès. Trop simplement sûrement pourrions-nous conclure que les mystiques nous surprennent dans leur *manière neuve d'envisager la vie* (Baruzi, 1986, p. 207, cité par Wroms).

---

[225] Dans la sociologie de Lévy-Bruhl (2014), la mystique se comprend comme « le (...) type de pensée (...) fondé sur la croyance à des forces, à des influences, à des actions imperceptibles aux sens et cependant réelles. ». Voir : http://www.cnrtl.fr/definition/mystique ou encore Frédéric Keck, « Le primitif et le mystique chez Lévy-Bruhl, Bergson et Bataille », *Methodos* [En ligne], 3 | 2003, mis en ligne le 02 avril 2003, consulté le 27 avril 2015. URL : http://methodos.revues.org/111 ; DOI : 10.4000/methodos.111

[226] Le religieux et l'ermite se reconnaissent du social puisque c'est par cette référence qu'ils sont définis en retrait partiel ou entier de la vie quotidienne et d'une certaine socialité.

[227] Frédéric Worms, « La conversion de l'expérience », *Théorèmes* [En ligne], Philosophie, mis en ligne le 12 juillet 2010, consulté le 18 avril 2015. URL : http://theoremes.revues.org/76 ; DOI : 10.4000/theoremes.76

Je reviens et termine avec la pensée de B. Honoré. Elle nous permet de saisir l'ambiguïté de la notion de l'expérience mystique dans la mesure où elle est à la fois irréductible de l'activité humaine, où elle confronte la limites des convenances (réflexives, perceptives, culturelles et sociales) tout en constituant une voie pour les enjamber ou les traverser. Elle ramène le sujet dans un rapport radical à lui-même et ce, dans une *vigueur affective* laissant la sensibilité à la fois face à son impuissance au regard de ce qui l'a produit et à sa force créatrice pour la percevoir, l'ensemble fait naître une herméneutique aboutissant à une gestalt unique. En définitive, les notions de sacré et de mystique ne sont pas si éloignés :

> En faisant l'expérience du sacré [et du mystique ?], je m'éloigne des conditions concrètes de mon existence, de ma finitude et de mon inachèvement, pour m'orienter vers un infini qui à la fois me transporte, m'éblouit et m'accable. (Honoré, 2014, p. 147)

L'expérience sacrée et mystique sont bien de l'ordre de *« l'expérience intérieure »*. Pour Bataille, elles naissent d'une fusion de l'intérieur et de l'extérieur depuis *l'inconnu* comme objet communiquant avec elle chez un sujet affecté, 'abandonné' au non-savoir (1979). Toutes deux envahissent l'intime dont elles débordent dans l'extase, à l'occasion d'un paroxysme perceptif ou expressif (de la pensée, de l'émotion, du corps), transcendant ou immanent, et se communiquent et se partage dans des formes multiples. Pour ne pas anéantir la personne dans un tassement d'elle-même sous la force de ce qu'elles révèlent[228], elles s'expriment au sein de reliances nécessaires. L'expérience de cette nature est la manifestation de la pulsion de vie et se donne à vivre ou à penser par un dépassement du corps ou des corps, non seulement dans « l'érotisme des cœurs » (*Ibid.*) mais dans toute forme de reliance à l'être des personnes à tous les objets vivants de ce monde. En ajoutant la dimension du divin, nous pouvons dégager un point commun à trois natures d'expérience : le sacré, le mystique et le divin), celui de la vitalité affective de l'intime, de profond, de l'être. Pour la personne qui les vit, toutes les trois manifestent d'une *vitalité affective* de l'intime dans des expériences intérieures et subjectives.

L'expérience intérieure et la subjectivité corporelle ouvrant sur des dimensions spirituelles ou religieuses interpellent de nombreux scientifiques dans des domaines variés dont celui de la santé. Par exemple, le Dr Hubert Benson, fondateur de l'institut médical Corps/Esprit de Harvard à l'hôpital Deaconess de Boston, ayant observé le lien

[228] Comme l'a montré R. Laing, avec notamment, le cas extrême de la schizophrénie (1993; 1986).

entre cette vitalité intérieure affective, qu’il nomme à juste titre « for-intérieur », et l’amélioration de la santé de ses patients a été convaincu que

> nos corps sont programmés pour profiter de l’exercice non seulement de nos muscles mais de notre riche « for intérieur » - nos croyances, valeurs, pensées et sentiments. J’étais réticent à explorer ces facteurs car les philosophes et les scientifiques ont, à travers les âges, considéré qu’ils étaient intangibles et impossibles à mesurer, rendant leur étude « ascientifiques ». Mais je voulais essayer car, encore et encore, les progrès de mes patients et leurs guérisons semblaient souvent reposer sur leur esprit et leur désir de vie. Et je ne parvenais pas à expliquer comment l’esprit humain – et les croyances que nous associons souvent à l’âme humaine - se traduisent en manifestations physiques. (Beauregard, 2015, p. 313)

Le schéma ci-dessous illustre le rayonnement de l’intime et de sa *vitalité affective* générant les trois natures d’expérience intérieures et subjectives, mystique, sacrée et divine :

La vitalité affective de l’intime dans les expériences intérieures et subjectives
(à partir de B. Honoré)

3.6 Résonances

A la sortie de cette section s'ouvre un regard un peu différent à l'égard de ma pratique et se vit une joie d'avoir suivi mon intuition, celle de faire une halte à cet endroit pour mon exploration théorique, celui de l'*expérience* déclinée sur différentes facettes par un philosophe qui m'est cher. Les questionnements fusent de toute part en direction de mon objet de recherche, la dimension émotionnelle et le champ de l'affectivité qui je le rappelle, et nous le verrons plus en détail dans le chapitre suivant, se jouent dans un univers expérientiel *extra quotidien, invisible, inaccessible et inconcevable pour moi avant d'en avoir fait l'expérience*. Sur un autre plan, le concept d'expérience dans son réfléchissement par la pratique en psychopédagogie perceptive s'inscrit dans une dimension (trans)formatrice au sens donné par M.C. Josso où

> il est nécessaire qu'il en soit parlé sous l'angle de l'apprentissage ; autrement dit que cette expérience symbolise des attitudes, des comportements, des pensées, des savoir-faire, des sentiments caractérisant une subjectivité et des identités. (Josso M.-C. , 2011, p. 32)

Cette sensibilité à l'apprentissage, à la pédagogie au sein-même de l'expérience Sensible se retrouve tout au long de l'œuvre de D. Bois., l'exemple le concept de la modifiabilité perceptivo-cognitive catégorisant différents moments d'une expérience vécue et en déclinant ses processus transformateur (Bois, 2005 ; 2007). A la faveur de mes découvertes théoriques toutes fraîche, l'expérience du Sensible, dans sa force affective et dans la manière dont elle porte, pousse, confronte ou libère la personne au-delà de ses limites de pensée, de sensation, de perception et d'affection peut-elle prendre le sceau *d'expérience sacrée, mystique ou divine* ? [229]

[229] A ce propos, la recherche à la première personne effectuée par Claudia Nottale (2014) donne une vision éclairée des contenus de vécu et des processus à l'œuvre en pédagogie perceptive – spécifiquement dans l'introspection sensorielle telle qu'elle est proposée. Dans cette recherche, l'expérience vécue de la subjectivité décrite et analysée se démarque de l'expérience mystique, du divin ou du sacré ; elle est plutôt mise en lien et comparée à l'expérience paroxystique (Maslow), à l'expérience optimale (Csikszentmihalyi) ou encore à l'expérience intuitive (Petitmengin) ; elle est présentée en marge et en amont de toute religion ou spiritualité et comme étant intrinsèque à la nature humaine (Notalle, 2014, p.15).
voir :http://www.cerap.org/index.php/fr/actualites/publications-scientifiques/135-mestrado-nottale-introspection-sensorielle-2015

- **Une place pour l'expérience subjective de nature spirituelle dans l'univers de la santé biomédicale, du bien-être personnel et social et de l'accompagnement de la personne**

A rebours d'une tradition, certains courants de recherche des champs scientifiques des neurosciences, de la psychologie humaniste, et de la médecine biopsychosociale (Beauregard, 2015 ; Ricard 2013 ; Basset, 2013) montrent des rapports moins conflictuels avec les expériences de nature religieuse et spirituelle qui toutes les deux mettent à l'avant de la scène le sacré, le divin ou le mystique. L'évolution de la culture de la santé témoigne de la place accordée à ce phénomène dans le parcours du malade. Comme l'a montré Honoré (2011), les soins palliatifs ont été déterminants dans ce sens et leur mise en place a mis en mouvement des normes de pratiques et de communication entre les soignés et l'univers des soignant. Les notions de croyance ou de foi, sont au cœur des processus de guérison (l'effet placébo en est bel exemple). Je pourrais définir la foi comme une *vitalité affective émergente* dont le centre peut naître de l'intime de ma personne, alors que croyance nait d'un processus plus culturel mais peut développer la même énergie salvatrice. L'expérience de tout accompagnement, dont celui en fin de vie met le praticien-chercheur en contact avec ces deux réalités. L'expression de cette vitalité affective vécue en soi et/ou projetée vers autrui (empathie, amour, bienveillance, tendresse, compassion) déborde sur le terrain de la vie des personnes qui ne sont pas confrontés à la maladie ou à d'autres troubles. La pédagogie perceptive (et la psychosociologie) sont des pratiques investies dans le domaine de la santé biomédicale et mentale, du bien-être personnel et social. L'activité concrète du praticien en pédagogie perceptive (comme celle du psychosociologue) est au cœur d'un débat de fond (pratique, éthique, pathique) concernant la place de l'expérience subjective, dont celle de nature spirituelle (et parfois religieuse) dans l'accompagnement individuel et de groupe. Expérientiellement, mon activité au sein de ces deux corps de métiers me place en situation d'accompagnent de défis de tous ordres (rapport au corps, à la maladie physique ou mentale ; mise à l'épreuve des valeurs de la vie liées à la gestion des incertitudes, de santé, socio-professionnelles, d'immigration ; restructuration dans les organisations ; difficultés familiales, nouveaux projets de créations, etc.). Au cœur de ces contextes, se présentent de façon générique des enjeux intra et interpersonnels de nature expérientielle subjective. Vu sous cet angle, ces deux

métiers participent à l'évolution de la culture de ce que l'OMS considère et nomme, la Santé[230].

Quelle est l'ouverture assumée ou silencieuse sur le monde spirituel de celui qui la rencontre et en fait un partenaire praxique de sa quotidienneté comme moi (et d'autres personnes peut-être) au sein de la praxis proposée dans la psychopédagogie perceptive? En quoi l'ancrage somatique à travers une assise dans la subjectivité corporeisée donne à imaginer une forme différente de spiritualité laïque ? En quoi ce développement théorique permet-il d'aborder avec rigueur une thématique minée par avance ? En quoi, aborder la spiritualité de l'expérience place la dimension émotionnelle et le champ de l'affectivité au premier rang d'une pratique humanisante prenant en compte un aspect de l'*intime* et/ou d'un *ultime rapport à la Vie* ? Quels apports la praxis du Sensible pourrait-elle se prévaloir dans la pratique spirituelle et religieuse des personnes qu'elle côtoie mais aussi, comment le praticien mieux averti à ce sujet peut-il pleinement accueillir la présence de personnes investies dans de telles pratiques et dans des appartenances communautaires ? Mieux être informé de ces dimensions peut-il enrichir l'accompagnement des confrontations déclenchées, des résistances rencontrées au contact du corps Sensible par des personnes investies dans leur pratique spirituelle ou religieuse ? Autant de questions que je laisse mâturer en moi. Je les garde présentes comme une rumeur ouverte et en filigrane dans mon investigation en cours et à venir. J'ai l'intuition que certaines retrouveront le chercheur, chemin faisant avec les auteurs qui l'attendent dans ce qui suit, et au cours la discussion finale à l'issue de son aventure exploratoire.

Je poursuis ma trajectoire avec un autre psychiatre existentialiste humaniste et philosophe phénoménologue du lien. Je veux parler de Ronald D. Laing, initiateur du mouvement de l'antipsychiatrie dans les années 70. Je me retrouve à nouveau au contact d'une profession qui porte ou supporte des questionnements fondamentaux sur la place de l'expérience intérieure pour comprendre l'humain confronté au vivre dans l'intégration de sa différence au sein de l'univers social.

[230] A titre d'exemple, La Direction des communications du ministère de la Santé et des Services sociaux du Québec ont proposé des ateliers de formations, volet « Psychosocial et spirituel » et volet « Ethique et gestion de soin », dans le cadre du Plan directeur de développement des compétences des intervenants en soins palliatifs. Voir : http://publications.msss.gouv.qc.ca/acrobat/f/documentation/2008/08-902-03.pdf (p.190).

4. UNE SOCIO-PHENOMENOLOGIE : LE STATUT PARTICULIER DE L'EXPERIENCE CHEZ RONALD LAING :

La qualité et la forme sont partout,
mais elles sont difficiles à situer.

Si en pratique, il y a de l'expérience,
elle doit être possible en théorie.
R. D. Laing

4.1 L'aventure scientifique et le statut de l'expérience

Le psychiatre Ronald Laing s'est penché avec beaucoup de ferveur sur la question de l'expérience, précisément de l'inter expérience ; son approche de la psychopathologie, notamment à travers l'étude de la schizophrénie, le pousse à renouveler les balises sémantiques de l'expérience humaine. Influencé par Merleau-Ponty et Sartre, sa vision ancre la compréhension de l'expérience dans un humanisme et un existentialisme percutants qui lui ont valu le nom de « père de l'antipsychiatrie ». D'emblée, j'avoue que les écrits de ce philosophe du lien ont été une source d'inspiration et de résolution d'impasses personnelles et professionnelles. En certains points, ce penseur m'évoque Michel Henry par sa 'fougue' et un bon sens à toute épreuve. Sa critique des avenues prises par la science, qui selon lui, nie tout bonnement l'expérience humaine est radicale :

> Dans l'aventure scientifique, (…) il est nécessaire de se dépouiller d'une grande part de soi-même. Aucun sentiment ne peut y pénétrer ; objectivement, la subjectivité n'est ni ici, ni là. Non seulement on est obligé de s'éliminer soi-même temporairement d'une description scientifique en tant qu'être humain doté de sensations, de sentiments et d'intention, mais, avec l'entrée en jeu d'instruments, le monde humain lui-même est, en un sens, éliminé. Nous sommes certes obligés d'en revenir à nos sens, mais ils sont à présent devenus eux-mêmes des instruments. (Laing R. D., 1986, p. 22)

Puisant dans la pensée grecque de Démocrite, R. Laing installe une vision de l'expérience depuis deux formes de connaissance, l'une véritable et l'autre obscure. La deuxième nous vient de nos sens (l'ouïe, le goût, l'odorat et le toucher) alors que la première connaissance repose sur la capacité à connaître le plus fin, à voir le plus petit et le difficilement perceptible. Cette connaissance est issue d'une véritable expérience des choses de ce monde et que la science ne peut pas atteindre car elle s'est affranchit non seulement des sens mais de la spiritualité, de la magie, de la métaphysique, du polythéisme ou de la poésie. Ainsi l'âme, les sentiments, les motifs, les intentions et la

conscience n'ont aucune place dans une certaine science. Par défaut, de façon extrême, l'expérience pourrait se définir également par toutes ces choses dont la science s'est débarrassée. Pour le psychiatre, l'amabilité et la compassion ne font pas partie de la méthode scientifique tout en pouvant constituer un de ses objets d'étude, ce qui explique la possibilité d'expérimentations irréprochables sur le plan de la rigueur scientifique mais *spirituellement infâme et moralement condamnable*. Poser la question de ce qu'est l'expérience n'est pas anodin pour un chercheur ou un 'savant'. Regarder de front ce que peut être l'expérience dans le projet de comprendre l'homme, est-ce re-questionner la rationalité scientifique objective ? L'analyse présentée ici conduit au constat d'une ignorance de tout savoir relatif au bien ou au mal, à l'esprit, à l'âme et à la conscience, à l'amour et à la haine, à la beauté et à la laideur, bref, à tout ce pour quoi la plupart des gens supposent que la vie vaut la peine d'être vécue (*Ibid.*, p. 28). C'est à cela que la science objective renonce et comme cela qu'elle s'affiche en tant que la seule manière d'asseoir rigueur et validité. Sous ce regard se comprend mieux à la fois l'ouverture humanisante de la tentative phénoménologique - celle qui place l'expérience et la conscience au cœur de sa méthode et de son épistémologie -, et l'incontournable question des liens qui les unies. La science de la subjectivité se pose la question du lien personnel de l'homme avec son expérience ou/et avec sa conscience :

> La science objective, selon ses propres dires, ne semblerait nullement qualifiée pour établir des constats scientifiques concernant ces qualités de l'expérience humaine qui ont l'impertinence de persister dans l'existence, quoique la science soit incapable de les étudier. Un lien personnel ne peut pas être vu par un regard qui sectionne d'emblée toute relation personnelle entre le regard d'une part, et ce qui est regardé, de l'autre.[231]

La pensée humaine est incapable de faire un pont sur l'abîme qui la sépare de l'intuition. Consentir à l'expérience, c'est contempler l'insondable, le stupéfiant et prodigieux paradoxe entre ce qui se déroule en nous, entre nous et autour de nous et notre inaptitude à le concevoir ; l'esprit doit se faire humble sous peine de se sentir humilié. Les évènements les plus ordinaires de monde humain nous dépassent et nous déconcertent. Pour un esprit d'orientation exclusivement scientifique, certaines expériences ne sont pas imaginables, possibles ou concevables :

> La science scandalise souvent notre expérience, et l'expérience elle-même est un scandale scientifique. Chacune viole les règles de l'autre. (…) Nous n'allons pas renoncer au moindre fait objectif et nous n'allons pas non plus rejeter

[231] *Ibid.,* p. 31.

> comme anormal ce monde humain ordinaire qui, partout constitue notre quotidien, quelles que soient la forme ou les modalités de notre vie.232

Dans ce contexte, que faire de ces polarités ? Car,

> rien, dans cette alternative, ne permet de réconcilier ce monde de sens et de sensibilité, de valeur, de qualité, de dessein, de désirs, de joie et de souffrances, qui parle à notre cœur, avec le monde abstrait, décontaminé de tout sens. [233]

Dans cette ligne de pensée, l'expérience n'est pas la seule donnée à prendre en compte pour donner à l'existence sa signification et ce que nous ne pouvons comprendre ne cessera pas d'exister pour autant. Il faut apprendre à accepter l'existence de ce que nous ne savons pas expliquer, comprendre ou même croire nous dit cet auteur. « Il est étrange que le plus immédiat nous soit à la fois si étranger et si difficile à exprimer ».[234] Ainsi, que l'on soit poète, scientifique, visionnaire ou tout autre, nous ne pouvons empêcher ce monde étrange et familier qui nous enveloppe et dans lequel l'expérience nous jette continuellement par ses révélations ordinaires que ne laisseront jamais voir les révélations extraordinaires des mathématiques, des états mystiques, des visions ou de la physique.

4.1.1 Les lois du vécu : inaccessible sans un sujet les saisissants

Décrire ou comprendre l'expérience humaine demande un arrimage au vécu. Or, par définition, pour être saisi, ce vécu appelle un sujet vivant ce vécu, l'observant en s'y plongeant. Comment ne pas revenir à l'expérience elle-même pour ce projet ? L'être humain apparaît dans ce geste et seulement par celui-ci. Pour dénoncer l'étonnement que cette évidence soit à défendre, Laing, et à titre d'exemple, présente la position du prix Nobel de biologie. En 1976 Lorentz Konrad Zacharias[235] défendit rigoureusement le droit en tant que savant de voir son ami comme un être humain :

> Même le profane disant que son ami X vient d'entrer dans la pièce ne se réfère exclusivement ni au sujet percevant qu'est son ami X, ni à sa réalité corporelle, objective et scientifique : il désigne manifestement le tout que forment ces deux éléments réunis. Par conséquent, il me parait tout naturel d'étudier conjointement les phénomènes physiologiques qui, d'un point de vue objectif, apportent des informations sur le monde extérieur au système vivant de l'homme et les processus subjectifs que nous identifions en nous sous forme de connaissance et

[232] *Ibid.*, pp. 80, 81.
[233] *Ibid.*
[234] *Ibid.*
[235] A l'origine de l'éthologie et personnage attachant dont on se souvient les images des petits cannetons le suivant à la nage. Grand inspirateur de Bowlby, Lorentz est en ce sens à l'origine des théories de l'attachement, et donc, d'une prise en compte positive de l'affectivité de la vie humaine.

> de savoir. C'est notre conviction de l'unité du vivant et du sujet connaissant qui nous permet de considérer au même titre la physiologie et la phénoménologie comme source de notre science.[236]

On comprend l'importance du rapport au vécu pour comprendre ce que peut être l'expérience et que,

> les lois inhérentes du vécu ne peuvent s'expliquer ni par des lois physiques ou chimiques, ni par la structure de l'organisation neurophysiologique, si complexe soient-elles.237

A partir de cette position, bien éloignée de celle du positivisme, la dimension affective trouve un terrain d'accueil et d'intégration dans la thématique de l'expérience et de la conscience. Questionner l'expérience, c'est s'ouvrir au champ d'expériences indésirables pour la raison scientifique, celles qui sont subjectives en général et dont certaines sont qualifiées de pathologiques ; à cet égard, la psychiatrie foisonnent d'exemples puisqu'elle établit que la vie mentale et émotionnelle de quelqu'un *doit* être changée ou arrêtée, ce qu'il est possible ou impossible de vivre comme expérience (Laing, 1986, p. 53). En questionnant et en décrivant les états, les conduites réflexives et affectives, les humeurs depuis la personne qui les vit, l'auteur introduit une phénoménologie sociale ; sommes-nous dans l'avènement d'une épistémologie de l'expérience vécue ?

4.1.2 La phénoménologie sociale : une épistémologie de l'expérience du lien ?

Une analyse de notre présence dans le monde ne devrait pas prendre comme unité primordiale l'individu isolé.
R. Laing

Pour l'auteur de *La politique de l'expérience* (1971) et de *La voix de l'expérience* (1986), une lecture de la condition humaine qui prendrait de façon excessive l'homme sous l'angle du singulier ou au contraire sur celui du pluriel manquerait de concrétude ; la première position conduit à l'impasse de la *solitude héroïque* et la seconde à *l'oubli de soi* dans l'anonymat des grands nombres[238]. En s'adossant au sentiment d'amour ou d'amitié, une autre expérience du monde émerge. La personne ne peut être considérée comme solitaire, ni héroïque car dans ce cas, elle serait incomplète car il lui manquerait autrui. Elle n'est pas davantage plurielle, car elle serait encore incomplète car il lui manquerait soi-même. Lorsque ces deux

[236] *Cité* par Laing (1986) ; Extrait de l'ouvrage « L'envers du miroir » (Lorentz, K. 1973), p. 9.
[237] *Ibid.*

contextes sont livrés à eux-mêmes dans leur isolement, le naufrage du lien aboutit de façon définitive à l'horreur et à la brutalité.

A l'inverse, dans une expérience où ces deux instances coexistent, la dynamique est différente. Elle est soutenue par une autre nature d'attention ou de sollicitude authentique et donne à la personne la possibilité d'un point d'appui. Elle peut saisir le sens de ce qu'elle fait, d'où elle vient, où elle est et où elle va. « L'être-là » de la personne dans son expérience et à l'écoute de l'expérience d'autrui fait du *Dasein* (être-là) heideggérien la dernière *« chose » sur terre à pouvoir être un « objet »*[239]. Le schéma suivant illustre la pensée de R. Laing en plaçant la constitution de l'être-là de la personne dans un axe vertical singulier-pluriel à deux sens :

L'être-là de la personne
(à partir de R. Laing)

Pour R. Laing, à côté des tensions extrêmes, des maladies du système nerveux, de certaines drogues ou anesthésiques, *l'expérience de la méditation*, rend compte de la diversité des formes de l'expérience humaine. Nous avons là certaines circonstances en apparence bien ordinaires, dans le sens qu'elles sont banalisées, qui peuvent faire émerger, sans raisons avérées, des métamorphoses expérientielles. Pour en rendre

[238] *Ibid.*, p. 72.
[239] *Ibid.,* p. 73.

compte, il n'y a pas d'autre solution que de demander à la personne qui les vit de se prononcer. *Quelle science est prête à accueillir cette diversité ?* Fort judicieusement, la prudence sociale restreint le partage d'expériences inacceptables pour la raison commune, scientifique ou médicale. Cela n'empêche pas ces expériences d'exister et de former une part de l'existence quotidienne chez de nombreuses personnes. *Si en pratique, il y a de l'expérience, elle doit être possible en théorie*[240]. Il y a entre nous et les événements, entre les événements et nous, entre nous et les autres, des liens que nous ne soupçonnons pas. Comment y accéder si nous ne nous posons pas comme projet de sonder l'expérience elle-même de ces événements, de ces liens, de ces autres et de nous-mêmes ? En réponse à cette défaillance, Ronald Laing propose une définition de la *phénoménologie sociale* comme étant :

> La science de mon expérience et de celle des autres. Elle s'intéresse à la relation existant entre mon expérience de vous et votre expérience de moi – c'est-à-dire à l'inter-expérience. Elle s'intéresse à votre comportement et à mes comportements tels que j'en ai l'expérience, à votre comportement et au mien, tels que vous en avez l'expérience. (…) Ce qui nous intéresse, ce sont deux sources d'expérience en relation l'une avec l'autre. (Laing R. , 1969, p. 18 et 42).

La manière dont nos conduites se donnent dans une relation à l'autre, et ce, quelle que soit cette relation, est indissociable de l'expérience que nous en faisons et des expériences qui nous lient les uns aux autres. En s'intéressant au fait expérientiel et non aux faits objectifs, Laing constate que l'expérience de l'autre et l'expérience de soi naissent comme des polarités interdépendantes et qu'aucun de ces deux points n'est antérieur à l'autre. C'est ce que Scheler a si bien remarqué dans *Nature et les formes de la sympathie* (2003). Aborder l'homme et l'expérience du lien de cette manière, c'est les entrevoir dans un vortex commun dès son origine. Dans cette perspective, R. Laing affirme que

> nous pouvons agir sur notre expérience de nous-mêmes, des autres et du monde, aussi bien qu'agir sur le monde par notre comportement lui-même. (1986, p. 46).

Dans la pensée humanisante de Laing, l'expérience est toujours quelque part une interexpérience inclue dans un espace plus vaste encore, celui de toutes les interexpériences. Moi, l'autre et les événements formons un ensemble ouverts et dynamique qui constitue l'expérience humaine. Vue sous cet angle, la relation n'est pas un univers clos sur deux personnes ou un groupe, elle est toujours à comprendre comme prise dans un 'vortex'. Bien que ma conscience ne soit pas forcément éveillée à ce

[240] *Ibid.,* p. 77.

phénomène, ce que je vis au singulier est résonant au pluriel. Cette systémique sur laquelle Laing insiste en permanence élargit la notion d'affectivité, tant au sujet de son processus que de son influence. Le schéma suivant illustre cette conception de l'expérience et de l'inter expérience. Il met en évidence sa composante affective, circulaire par le rayonnement en cercle concentriques englobant le triangle des relations.

La phénoménologie sociale, l'interexpérience
(à partir de R. Laing)

Dans cette perspective et pour aller dans une direction plus élargie des liens, le psychologue allemand W. Dilthey s'intéresse au monde de la vie (*Lebenswelt*) en tant qu'ensemble d'expériences sous différents plans que je vais présenter maintenant.

5. LA DYNAMIQUE DE L'EXPERIENCE VECUE COMME VIE SOCIALE CHEZ W. DILTHEY

5.1 La vie sociale : une expérience

Pour Natalie Zaccai-Reyners (1995), il est possible de rendre compte de la richesse des créations et de la plénitude de l'expérience vécue en partant de la vie elle-même dans ses aspects aussi bien affectifs que cognitifs. Elle prend appui sur Wilhelm Dilthey, psychologue fondateur de l'herméneutique en science sociale et homme attaché à réduire le fossé entre la théorie et la pratique ; il a toujours questionné l'utilité de la recherche scientifique dans la vie sociale. Une voie se dessine en s'adressant à l'expérience présentée comme *l'interface entre explication et compréhension*. Pour W. Dilthey, il est nécessaire de faire une distinction de taille entre « expérience » (*Erfahrung*) et « expérience vécue » (*Erlebnis*). Cette distinction reflète *le fossé séparant la perception d'une réalité extérieure de la participation à un monde social et historique* (Zaccaï-Reyners, 1995, p. 24). Dans ce contexte, le concept d'expérience vécue s'arrime aux spécificités de la vie sociale. Le monde de la vie sociohistorique est générique de la relation entre l'expérience vécue, son expression et sa compréhension ; l'expérience vécue telle *qu'elle se déploie depuis l'attitude naturelle ou naïve de l'être vivant* permet la construction du sens et la constitution de la biographie individuelle. La distinction entre intériorité et extériorité offre le socle le plus élémentaire permettant au Moi de se départir du monde qui l'entoure :

> Sans cet autre terme qui est le monde, le Moi n'aurait pas d'existence ; c'est en effet dans la résistance que lui oppose le monde extérieur qu'il se découvre lui-même, et c'est par rapport au monde extérieur que s'affirment, dès l'abord, et les états sentimentaux et les désirs d'action. (…) C'est une donnée de notre expérience que, à notre Moi, s'oppose quelque chose qui lui est extérieur. La pensée reste absolument incapable de remonter plus haut que cette donnée qui, constamment, partout dans notre vie, ne cesse d'affirmer cette opposition comme la plus élémentaire de toutes les relations. (Dilthey, *cité par Ibid., p.* 30).

➢ La relation vitale : une réalité affective

W. Dilthey définie la *relation vitale* par l'interaction de l'être vivant et de son environnement, dans lesquels les aspects affectifs, descriptifs et évaluatifs sont dans un premier temps fusionnels, ayant un rapport extrêmement vivant entre eux. Les choses et les humains constituent la réalité extérieure et se révèle au Moi dans cette relation vitale.

Cette réalité est *immédiatement affective*, évaluative et cognitive, car les êtres qui peuplent ce monde *affectent celui qui les perçoit*. En creux, ce principe d'altération forme un sentiment à la base des désirs et des craintes de chaque humain.

La relation vitale – Une réalité affective
(à partir de Dilthey)

L'appréhension des choses, la valorisation et l'adoption des buts sont *ressaisis dans l'ensemble biographique du cours de la vie, ils sont reliés en des ensembles internes qui englobent et déterminent toute activité et toute évolution* (*Ibid., p.* 32). L'expérience vécue est ce cheminement, cet apprentissage qui a cours depuis la relation vitale à cette identité pleinement constituée par ces ensembles.

L'expérience vécue est infaillible alors que l'expérience dans l'expérimentation est faillible par le fait qu'il peut y avoir un écart entre la réalité de ce que le sujet perçoit, et la façon dont il perçoit cette même réalité. La première, elle, n'est ni vraie, ni fausse, *elle est, tout simplement* ; son contenu et la façon dont elle m'affecte sont une et même chose. L'expérience vécue s'édifie dans *son propre mouvement immanent*, elle est une

production interne dont on sait qu'elle n'est pas isolée du monde et du social, bien au contraire. Elle est un état de conscience et d'abord cela comme l'affirme Raymond Aron c'est-à-dire,

> quelque chose est là pour nous et il n'y a pas primitivement de séparation entre le sujet et l'objet, (…) l'expérience vécue n'est pas signe d'une chose inconnue, elle est en elle-même ce qu'elle est pour nous. (Aron, cité par *Ibid.*, p. 34)

5.2 Les temporalités constitutives de l'expérience vécue

Pour Dilthey toujours, l'expérience vécue se constitue également dans la dimension du temps et par la mise à l'épreuve de la mémoire à travers le souvenir. L'expérience se produit d'elle-même vers la représentation puisque les vécus sont d'abord saisis dans les cadres propres aux *opérations intellectuelles élémentaires* c'est-à-dire par les opérations psychiques qui éclairent le donné selon un ordre allant de l'identification ou de la comparaison à la séparation pour mettre en relation ou en synthèse :

> En partant de l'expérience vécue actuelle, le travail du souvenir ravive certains épisodes passés en vertu d'associations libres, ceux-ci renvoyant à leur tour à d'autres épisodes. Ce mouvement de réminiscence crée une unité temporelle, où les rappels d'expériences vécues modèlent les aspirations futures. Chaque expérience vécue réactualisée prend place dans une totalité, celle du cours de la vie. (*Ibid.*, p. 38)

Dans ce modèle, chaque *nouvelle affection du Moi* peut déclencher *une restructuration de l'identité* telle qu'elle a été définie plus haut. La cohérence de la totalité signifiante du cours de la vie repose sur un paradigme expérientiel à la fois totalement singulier et éminemment vécu, tissé dans la dimension verticale du temps historique mais aussi dans une dimension horizontale, celle de l'expérience de la communauté à travers le *vivre ensemble*. On est devant un ensemble interactif et,

> l'appréhension de [cet] l'ensemble interactif se forme en premier lieu chez celui qui le vit, pour lequel la succession des processus internes se déploie selon des relations structurelles. Et cet ensemble est ensuite retrouvé, grâce à la compréhension, chez d'autres individus. La forme fondamentale de l'ensemble prend donc naissance chez l'individu qui rassemble dans le cours de sa vie le présent, le passé et les possibilités d'avenir. (*Ibid.*, p. 43)

Nous retrouvons ces dimensions dans l'illustration graphique qui suit :

Le modèle de l'expérience exposé ici renvoie à une conception de l'expérience sous la forme d'une conscience qui n'est pas qu'individuelle puisqu'elle est toujours conscience d'un sujet en dialogue avec d'autres humains et constitué par elle. L'expérience vécue présuppose l'accès à une expérience spécifique : la participation à une commune humanité bâtie sur une coopération factuelle relative à un *vivre ensemble*. Il faut retenir de cette position épistémologique un acquis fondamental : *la socialisation et l'individuation sont cooriginaires.* N. Zaccï-Renners illustre ce fondement dans une note de bas de page où l'on trouve une citation explicite de Dilthey :

> Sans doute l'unité psychologique est-elle close sur elle-même dans la mesure où rien ne peut être un but pour elle, si ce n'est ce qui a été dans sa propre volonté ; que rien ne peut avoir de valeur que de ce qui lui est donné comme tel dans son sentiment ; que rien ne peut être réel et vrai que ce qui se présente à sa conscience comme certain, évident. Mais ce tout, ainsi fermé sur lui-même, pleinement conscient de son unité, n'est apparu, d'un autre côté, que dans l'ensemble de la réalité sociale : son organisation montre qu'il reçoit une influence du dehors et qu'il réagit à son tour sur celui-ci ; son contenu tout entier n'est qu'une forme particulière au sein du contenu global de l'esprit, surgissant de façon passagère dans l'histoire et la société ; bien plus, le trait suprême de son être est qu'il a quelque chose qui n'est pas lui-même » (W. Dilthey, cité par *Ibid.*, p. 48)

Dans une sensibilité discursive (ni inductive ou déductive) propre à la réflexion, s'ajoute le langage qui trouve une place cruciale dans l'expérience vécue. Il est le socle

de l'intercompréhension, thème abordé dans deux paradigmes concurrents, celui de la philosophie de la réflexion et celui de la communication. On voit dans ce phénomène culturel scientifique comment la question de l'expérience peut être étudiée sous différents angles. Pour comprendre l'expérience vécue dans toutes ses dimensions, il convient de prendre en considération la relation entre *la diversité des conduites vitales et les énoncés exprimant l'expérience de la vie.* Ce processus ouvre à la compréhension de l'expérience d'autres personnes.

Tout au long de mon investigation dans cette section, je me suis attaché à la notion d'expérience sans que celle-ci soit explicitement associée à celle de l'affectivité. Se faisant, et malgré tout, l'affectivité s'est invitée marquée chez chacun des penseurs sur lesquels mon attention s'est posée. Avec Ferdinand Alquié, découvert dans un ouvrage de la philosophe et théologienne Lytta Basset, *Le mystère de l'affectivité* (2013), je m'engage dans une avenue qui mène directement au cœur de mon sujet.

6. FERDINAND ALQUIE : UNE EXPERIENCE PHILOSOPHIQUE DU VIVRE, LA CONSCIENCE AFFECTIVE

L'homme sent autrement qu'il ne sait.

Rien ne saurait substituer aux évidences affectives (…)
sans que se perde ce qui constitue la réalité de notre expérience.
Ferdinand Alquié

A rebours de nombreuses positions philosophiques qui tentent de nous faire comprendre les notions d'affectivité, d'expérience émotionnelle ou encore, d'élucider la présence des émotions et des sentiments dans la structuration de l'expérience, les deux citations ci-dessus introduisent le climat de pensée présent ici. Selon Jean Lebrun, la philosophie développée par F. Alquié explique le vécu de l'homme et en définitive, elle tente de mettre l'homme à sa vraie place241. Nous verrons les liens explicites entre l'expérience et l'affectivité, et en ce sens, bien que cet auteur ne soit pas explicitement situé dans la 'famille' établie des phénoménologues, la logique descriptive que j'ai rencontrée justifie la présence de ce corpus dans mon chapitre dédié à l'exploration phénoménologique de la dimension émotionnelle et du champ de l'affectivité.

[241] *Jean BRUN, « ALQUIÉ FERDINAND - (1906-1985) »,* Encyclopædia Universalis *[en ligne], consulté le 22 avril 2015. URL : http://www.universalis.fr/encyclopedie/ferdinand-alquie/*

6.1 De la conscience affective à l'expérience : un principe irréductible

Une série de questions fondamentales liée à l'affectivité habitent l'œuvre du philosophe ; elles montrent une attitude phénoménologique, c'est-à-dire pragmatique visant à placer l'expérience humaine du vivre dans son éclaircie (Heidegger) par l'observation des faits et des conduites telles qu'elles se donnent à vivre et ainsi, elles mettent à l'épreuve les choses telles qu'elles sont :

> Chacun, s'il veut alors philosopher, doit se demander : comment se fait-il que je sente autrement que je ne sais ? (…) L'affectif est-il ineffable ? La conscience affective préexiste-t-elle à l'intellectuelle ou naît-elle de son refus ? Sa confusion a-t-elle un sens ? (…) Est-elle le lieu d'un savoir étranger à la science ? Et dans ce cas, que vaut ce savoir ? (Alquié, 1979, p. 16)

Il ne s'agit pas d'élucider ces interrogations pour moi, mais d'accueillir leur nature et leur formulation (car elles sont différentes de ce qui j'ai rencontré jusqu'à présent), d'en suivre les résonances et les implications dans ma compréhension de la dimension émotionnelle et le champ de l'affectivité ; précisément, dans ce qui peut être entendu à propos de *l'expérience affective* dans l'expression « conscience affective ». D'emblée, je suis intrigué par la juxtaposition de la substantive « conscience » et de l'adjectif « affective ». L'étonnement se poursuit avec l'introduction du substantif « savoir » et enfin l'hypothèse que la conscience affective s'origine dans le refus de celle de la raison portée par la conscience intellectuelle. Par un entendement qui m'apparaît d'emblée dualiste entre deux consciences mais dans une forme dialogique originale, F. Alquié me renvoie dans l'espace évocateur de ma pratique professionnelle et de ma vie quotidienne liées à l'expérience du Sensible. Les thèmes abordés par Alquié, à partir d'une question fondamentale dont la formulation est radicalement phénoménologique : « Comment se fait-il que je sente autrement que je ne sais ? », me rappellent que la voie du cœur a toujours été priorisée dans les tournants de ma vie, en dépit de nombreuses raisons raisonnables (et) que mon « cœur » a refusé en bloc.

F. Alquié nous fait remarquer que si toute conscience est savoir, le savoir objectif n'est pas identique à la conscience. Dans la logique reprise dans la formule des théories modernes de l'intentionnalité, avoir *conscience de*, c'est être dans l'expérience de ce qui est en cours. En appliquant la formule : « toute conscience est conscience de quelque chose », la *conscience affective* prend place en tant que conscience de quelque chose que la conscience intellectuelle ne pourra jamais saisir. En conséquence de quoi, notre expérience ne peut pas être saisie uniquement par le savoir objectif. A contre-

courant d'une pensée positiviste plaçant le sentiment au rang de l'affectivité, les deux étant source d'erreur, F. Alquié reconsidère cette affectivité-même en lui attribuant une indépendance à l'égard de la conscience intellectuelle :

> La conscience paraît alors transcendante à ce dont elle est consciente, et l'affectivité, n'échappant pas à cette loi, se voit attribuer une intentionnalité propre. Aussi, le degré suprême de la conscience paraît-il être l'attention. (*Ibid.*, p. 18)

Cette position est lourde de conséquence sur la définition-même de l'affectivité et de la dimension émotionnelle. La définition du 'moi' issue du cogito cartésien se trouve malmenée et reléguée au profit d'un moi affectif souverain par l'*évidence d'ordre affectif* que toute personne se saisit à titre d'ego :

> Seule l'affectivité rappelle que, si la conscience est connaissance, elle est aussi le propre d'une être personnel, à la fois donnée et irréductible à tout concept. En cela, le sujet reprend épaisseur et réalité. (*Ibid.*, p. 20)

Ainsi peut s'établir *l'irréductibilité de la conscience affective à l'intellectuelle* et cela se vérifie sans cesse dans l'expérience quotidienne. Souffrir, aimer, s'enthousiasmer ne sont possibles qu'à la première personne et le savoir que j'en retire est bien différent et inaccessible du médecin qui me soigne, de mes enfants que je chéris, de mes étudiants dont les découvertes m'enthousiasment. Dans ce sens, l'appréciation suivante me plaît et m'intrigue à la fois,

> l'affectivité ne rejoint pas (…) la connaissance intellectuelle, [elle] ne nous ouvre par à la communauté des hommes [dans le sens qu'elle nous place dans la solitude du sentir]. Bien plutôt, elle révèle un savoir spécifique et incommunicable, un savoir autre, irréductible à celui que nous donnent la perception et la science. (*Ibid.*, p. 21)

S'il existe une affectivité fondamentale pour Michel Henry, F. Alquié avant lui propose une *« conscience affective »* qui ne pense pas les choses, les situations et notre rapport au monde, mais ***qui les vit*** ! Deux structures autonomes et sous la forme de *consciences* interdépendantes se trouvent en co-présence :

> Par l'intellectuelle, je pense l'être comme objet. Dans l'affective, je vis si intensément mon rapport à l'être que ne puis le penser. (…) La puissance de chacune diminue lorsque l'autre augmente celle de l'autre. (…) La sensation ne devient représentative qu'en cessant d'être affective. Les sens les plus riches en affectivité sont les moins objectifs. (*Ibid.*, p. 2)

Ouverture à deux consciences
(à partir de F. Alquie)

6.2 La saisie affective : sensibilité ou une appréhension particulière ?

Le conatus spinozien ou les théories de l'appréciation plaident en faveur d'une *saisie affective* du monde par la personne. Cette saisie est dans ce cas distincte de celle dictée par la perception rationnelle de la 'vérité'[242] des choses et des situations. Pour F. Alquié, plus encore, la conscience affective ne peut se résoudre à ne pas suivre son flux en dépit d'une autre conscience dictée par la cohérence intellectuelle qui dit à cette même personne de s'écarter de la nuisance ou de ne s'engager que dans ce qui donne du plaisir. Qui ne s'est jamais vu engagé ou maintenu dans une situation, sous certains aspects délétères, par une sorte de plaisir incompréhensible (pour l'entourage), en écho à un besoin sourd à toute raison ? Regardons nos vies relationnelles et amoureuses, nos relations familiales et professionnelles, elles confirment cette réalité. En ce sens, l'*affectif* n'est pas connaissance de l'utile ou le simple passage à une perfection plus ou moins grande. *On ne peut opposer le savoir discursif à l'immédiat de l'affectivité*. Que je sois attaché à mon essence, que je m'efforce de persévérer dans mon être ou que je sente que je suis désir, ces trois situations du Moi puisent leur certitude dans l'aune de la conscience affective.

[242] F. Alquié précise que l'expérience peut s'avérer par : « un fait, une sensation, une idée, *une vérité* sont donnés par l'expérience quand ils sont l'objet d'une constatation pure à l'exclusion de toute fabrication, de toute opération, de toute construction de l'esprit ». (Alquié, 1961, p. 4). (C'est moi qui souligne).

Cette dernière peut-elle être présentée comme une forme de sensibilité ? Interroger la distinction entre sensibilité et affectivité peut prendre le chemin du tracé du territoire commun entre la sensibilité et l'affectivité, l'étude de leurs rapports et de leurs contacts. Pour l'auteur, la raison n'est pas impersonnelle, elle est toujours *l'appréhension d'un objet qui a comme sujet un être*. Pourtant, l'affectivité, considérée en son essence, peut, par une analyse phénoménologique, être distinguée de la sensibilité (*Ibid.*, p. 25). Cette proposition me rend curieux. Expérientiellement parlant, elle m'apparaît pertinence car je peux affirmer dans la manière dont ma quotidienneté s'organise au fur et à mesure que se glisse en moi une conscience plus sensible la présence d'une forme de sensibilité de fond sur laquelle s'orientent mes agirs[243]. Je m'interroge sur les liens possibles entre ce phénomène et le type d'émouvoir déclencher par la pratique de la psychopédagogie perceptive. Autrement dit, se peut-il que la dimension émotionnelle que je vis au contact du Sensible puisse se rapporter à une expérience telle qu'elle a été définie plus haut - comme vérité dans le sens que c'est le rapport et non la qualité qui fait l'objet de notre saisie primitive ?

Je poursuis l'exploration alquienne à travers l'expérience du dialogue, de l'amour et de l'angoisse bien que ces trois thématiques servent de piliers référentiels d'une philosophie de l'affectivité dont on a déjà eu un aperçu précédemment (le souci, l'angoisse et l'empathie). Que nous apprend le philosophe à ce propos ? Aborder la question du dialogue affectif a aussi un autre intérêt pour moi. Ce phénomène constitue le socle sur lequel s'appuient à la fois l'émergence des conflits, leurs expressions et en partie leur résolution. Je vois donc au sein de cette exploration de possibles outils réflexifs pour questionner mon métier et mes relations.

[243] Nous verrons dans le chapitre 3 en quoi l'éveil sensoriel de la personne généré par la praxis proposée en psychopédagogie perceptive développe une forme de sensibilité dans le sens d'une manière de rentrer en contact avec les événements, les personnes et le monde, d'y être sensible d'une part, et précisément à partir d'un état dont il n'est pas idiot de penser qu'il est d'une nature fondamentalement affective, cette question reste posée et en suspens ; elle constitue un axe de ma recherche…

6.2.1 Le dialogue affectif

La névrose est aussi le névrosé lui-même, elle est son désir.

Car la poésie est intellectuellement, solitude,
et sa vérité ne se transmet que par émotion.
Ferdinand Alquié

Dans une vision sévère sur les conduites humaines, l'auteur estime que le vrai dialogue est rare. La personne est plus encline à chercher un auditeur qu'un interlocuteur. On sait comment Rogers (parmi d'autres) à instaurer un art de l'écoute pour palier à cette défaillance à laquelle je reste sensible chaque jour de ma vie. Cela s'applique au verbal essentiellement, mais je pourrais généraliser ce phénomène à toutes les formes d'interactions, dont celles relatives au corps et au toucher (Bois & Austry, 2009 ; Austry, 2007 ; Humpich, 2015).

En prenant l'exemple de la psychanalyse, l'auteur présente le dialogue affectif comme pouvant être en présence au silence, mise en suspension de l'activité réflexive et interprétative. Derrière le refus du dialogue, derrière la distance et l'apparente froidure des contacts humains de la pratique psychanalytique, se cache le refus de la conscience affective d'être traduite par la conscience intellectuelle. Ce refus se révèle être le respect de ce qui est, chez le patient, spécifiquement *affectif* ; ainsi, *le silence* peut redonner à l'homme *sa situation initiale* en amont de toute conscience intellectuelle ne pouvant l'atteindre. On comprend l'évolution et l'attribution d'un intérêt porté sur l'intersubjectivité en tant qu'*expérience affective*, car toute conscience, on le sait, est d'abord personnelle (position discutée on l'a vu par Dilthey, et on le découvrira par Scheler), elle est l'affirmation d'un moi et attachement à ce moi. Dans beaucoup de cas, il semble que le mode de l'interlocution ne soit qu'une utopie en vertu de deux croyances au moins, celle que le fondement de la conscience est la raison et celle que l'affectivité elle-même soit capable de se 'ressaisir', de devenir rationnelle à son tour, or :

> Il s'agit de rendre les hommes conscients de leur vœu fondamental. Celui-ci n'est pas d'être compris. Il est, a dit Hegel, **d'être reconnu**. (…). (*Ibid.*, p. 31)244 (Je souligne)

[244] Plus loin dans le texte, il est dit que le besoin de reconnaissance n'engendre ni amour, ni compréhension, ni communication mais tout le contraire, il fait naître la guerre, la domination et la servitude. Cette analyse, hélas, est tristement pertinente au regard de l'actualité planétaire, mais n'empêche pas les nombreux contre-exemples de briller par leur flagrance et par contraste. N'est-ce pas le projet de toutes nos interventions.

La conscience affective est plus rebelle que ce qu'on voudrait croire et l'expérience quotidienne semble nous le confirmer. L'accord entre les deux consciences, l'une affective (subjective) et l'autre intellectuelle (objective) n'est pas pour autant insaisissable ou obsolète :

> Les philosophes savent bien que cette identité du sentiment et de la raison n'est pas immédiatement saisissable. (…) Et elle ne saurait être découverte que si la raison cesse de se limiter au domaine de l'objectivité, s'ouvre aux leçons de la conscience affective, et, par cette voie, à l'expérience de l'être. Ce temps est précisément le temps du dialogue. Ainsi s'explique **la lenteur** calculée des entretiens philosophiques. Chacun doit y réconcilier sa subjectivité et la raison. Ce n'est pas chose facile, et qui se fasse en un instant. La condition du dialogue est la méditation, (…) **dans un lieu où règne le silence**. (*Ibid.*, p. 32). (Je souligne)

Dialogue entre les deux consciences
(à partir de F. Alquié)

- **Résonance : des conditions du dialogue propre à la pédagogie perceptive**

Comment ne pas résonner à cette citation car nous le verrons plus loin, à plusieurs égards, la pratique de la psychopédagogie perceptive[245] illustre l'application à

[245] Ce que nomme explicitement D. Bois dans un ouvrage philosophique, *Le sensible et le mouvement :* « On touche l'objet et on est touché par lui. On devient le mouvement et on se laisse toucher par lui. C'est

la lettre de la prescription alquienne ; des témoignages le confirment. Bien que je ne sois pas en mesure de déceler le contenu précis de l'expérience à laquelle se réfère l'auteur derrière les termes qu'il emploie, le rapport au silence et à la lenteur, la méditation évoquent des éléments essentiels de l'expérience d'implication au contact de l'expérience[246]. Par exemple, une personne interrogée dans ma recherche livre son vécu, « je me laisse porté par le Sensible, dans lequel mon émotion se dilue et je retrouve ma sérénité » ou encore « Le silence était partout, à l'intérieur, à l'extérieur. (…). Je baigne dans la qualité du sensible qui porte en elle une nature d'émotion que je peux nommer » (Humpich, 2007, p. 124). Nous le verrons aussi, le projet de la psychopédagogie perceptive repose sur le non-renoncement à l'expérience profonde d'une sensibilité (interne et Sensible) à l'origine de la transformation de l'être. Ne donne-t-elle pas dans une proposition praxique du retour à soi et à sa subjectivité l'espace d'une *solitude dont la conscience a besoin pour se convaincre que nulle force extérieure ne pèse sur elle ?* Dans cette optique s'ouvre un champ d'accueil de soi, de l'autre, et l'opportunité de dialogue entre les consciences à la fois intellectuelle et affective. Le cas de l'amour est un sujet difficile (Rilke), mais cela n'interdit pas de s'y pencher pour autant.

6.2.2 L'amour : sortir le moi de sa solitude et la raison de l'objectivité ?

A notre époque, nul ne songe plus à confondre amour et raison (…).

L'homme moderne, même s'il refuse le christianisme, conserve son exigence.
Il veut être aimé pour lui-même.

Aimer est consentir à quelque déraison. (…)
L'amour ne peut se satisfaire de l'objectivité.
Ferdinand Alquié

L'angle choisi par le philosophe est de mettre tantôt face à face, tantôt, dos à dos, l'amour et la raison pour rendre compte de la puissance de la conscience affective, de son ascendant sur la raison et en faire une réalité anthropologique qui n'a pas besoin de la science et sa raison objective pour se faire comprendre ; cela n'exclut pas des liens entre ces deux instances :

---

alors le sensible, l'accès au goût de l'absolu, au goût de soi dans ses moindres détails, au goût de la vie, en tant que principe d'existence absolu, qui émerge du *silence* dans la majestueuse *lenteur* d'un geste incarné.» (2001, p. 139). (Je souligne).

[246] Je précise que l'expérience propre de la psychopédagogie perceptive est dite 'extra-quotidienne' en raison de l'origine non naturaliste de son apparaître pour la personne qui la vit ; en effet, cette expérience se donne sous des conditions spécifiques.

> L'amour est sentiment, et nous porte vers ce qui n'est pas nous : en lui l'émotion subjective et la reconnaissance de l'autre, la conscience affective, expression du moi, et la conscience intellectuelle, révélatrice de l'extériorité, semblent revenir à l'unité. (*Ibid.*, p. 37)

Dans la relation amoureuse, quelque chose de remarquable est à l'œuvre, liée en creux au génie de la conscience affective. Bien qu'il soit admis selon la conscience intellectuelle que lorsque l'on aime une personne, il s'agisse plus des qualités qu'elles présentent et ce qui la constituent qu'elle-même que nous aimons, chaque amoureux, sait par expérience que :

> la conscience affective possède ses évidences propres. Elle saisit le moi, elle atteint une réalité dont ne saurait rendre compte la raison. Avec la même certitude, elle constate le besoin qu'a le moi d'être aimé. (*Ibid.*, p. 39).

La raison affective
(à partir de F. Alquié)

En s'adossant à la conscience affective, à ses certitudes 'insolentes' pour la pensée rationnelle, l'évidence d'un attachement premier et irréductible du moi pour lui-même conduit avec logique à l'affirmation suivante dans la formule interrogative : si nous nous aimons sans raison, pourquoi les autres ne pourraient-ils pas nous aimer ?, ainsi :

> Le prestige que l'amour possède à nos yeux, la douceur que nous ressentons à entendre dire : « je t'aime », naissent de ce que, dans ce seul cas semblent briser les barrières qui nous emprisonnent de la solitude d'un monde objectif. Pour la

> première fois, notre moi cesse d'être seulement le centre et le sujet de représentations : il est sujet pour l'autre. La relation amoureuse n'est plus, comme le rapport intellectuel, relation de sujet à objet, mais de sujet à sujet, de conscience à conscience. De ce fait, elle échappe à la raison, ne connaît qu'en objectivant. (*Ibid.*, p. 40).

La raison ne peut suivre les méandres de l'affect, et beaucoup de conduites affectives ne présentent pour l'intelligence aucun sens : cela n'empêche pas l'exigence affective d'habiter les consciences. Ce constat fait dire au philosophe que l'*absurde est la vérité de la conscience affective,* et que *l'amour doit quitter le chemin de la logique pour s'engager dans celui de la foi* (*Ibid., p. 41*). Dans une position militante et à l'appui de l'étude schelèrienne de la sympathie, F. Alquié présente la conscience affective comme la seule capable de sécréter une nature d'intuition d'autrui et la faculté de percevoir les sentiments. Il emploie une expression nouvelle dans le jargon de ce champ, l'**« intuitivisme émotionnel »** : *à côté des états affectifs purement sensibles, il faudrait reconnaître des états affectifs intentionnels (...) indépendant de l'acte mental dirigé vers lui [eux] »* (*Ibid., p. 42*). La conscience affective peut croire - d'où l'introduction de la foi (perceptive ?) - mais ne peut connaître. L'amour est davantage *foi et espérance* que connaissance et conscience intellectuelle :

> Il est une raison aimante, une raison se dirigeant vers l'être, et nous faisant désirer les valeurs. Mais cette faculté méconnaît l'exigence la plus profonde de notre conscience affective, le désir d'être aimé. (…) Pour nous rapprocher d'une raison aimante, telle que la font pressentir *l'émotion amoureuse et le ravissement esthétique*, nous devrions renoncer à l'utile, inverser notre attitude spontanée de prise sur le monde. (*Ibid.*, p. 43) [Je souligne]

L'intuitivisme émotionnel dans l'émotion amoureuse et le ravissement esthétique
(à partir de F. Alquié)

Dans la ligne de pensée de M. Henry (2004), l'affectivité reste vouée à un destin dans lequel se dresse face à elle l'opposition radicale de la raison qui derrière son fondement ne peut masquer le sens affectif de sa construction. Pourtant l'univers objectif de la science technicienne dont le sol est irrigué par la seule objectivité ne peut nourrir les exigences affectives. *Le désir et l'amour ont pour fin autre chose* que l'on peut rassembler dans la notion de *subjectivité*. L'amour ne peut se satisfaire de l'objectivité.

Comme d'autres, l'amoureux que je suis – et on peut l'être à plusieurs sujets – reconnait la véracité de l'analyse présentée ici. Pourtant, l'expérience sur le terrain met en discussion les assertions alquiennes, elle les dépasse même. Si l'évidence que rien de la relation amoureuse ne porte sur l'objectivité pure, et que la relation vécue en soi est égocentrée, la pratique montre qu'elle peut être égocentré dans une forme de conversion à soi et vers l'autre sans se perdre pour autant, ce que R. Misrahi montre tout au long de son œuvre philosophique. Le souci dans le *dasein* heideggérien comme l'a montré B.

Honoré est bien la manifestation d'une forme de présence qui demande à la fois l'être (instance affective et subjective de la vie au monde), la personne physique (le moi social) et une complicité entre eux.

6.3 L'angoisse

J'aborde le thème de l'angoisse ici parce qu'il est l'occasion de réfléchir sur la *structure- même* de la dimension émotionnelle et de l'affectivité sous l'éclairage original du penseur de la conscience affective. Dans cette optique, s'y attarder sans se sentir lacunaire, ouvre un chemin nouveau pour comprendre ce que je cherche encore. L'angoisse est une thématique récurrente chez les philosophes (Heidegger, Dilthey, Honoré), psychologues et sociologue (Kierkegaard, James, Lacroze) comme chez les psychiatres (Laing, Jeammet, Honoré) car elle défie l'émotion elle-même qui a pour habitude d'être ciblée sur un objet sans pour autant pouvoir être rangée dans l'humeur. Pour F. Alquié, l'angoisse montre plus que toute autre émotion, l'irréductibilité de la conscience affective à celle intellectuelle, l'occasion de faire une distinction entre émotion et sentiment, et enfin que, contrairement à une étymologie qui nous le fait croire, l'angoisse permet de réaliser qu'avec elle, nous sommes rendu à nous-même et non sortis (é-motion) de nous par elle :

> Déjà, en toute émotion, la sensibilité échappe à notre contrôle : l'équilibre s'y trouve rompu, l'effort d'adaptation s'y prête impuissant. Nous sommes non point, selon l'étymologie, jetés hors de nous-même, et paraissons livrés à l'affectivité seule. *Ibid.*, p. 51)

Bien que l'on puisse penser avec Janet ou Pradines[247] que les sentiments soient des affections régulatrices, dans le sens où elles contiennent d'une certaine façon les pouvoir équivalent de l'intelligence, les émotions, elles, menacent le contrôle qui dirige une action adaptée et en ce sens, il est bien admis que l'émotion est *conscience d'un désordre* et *rupture avec le monde de l'utile*. Dans ce contexte, l'affectivité engendre

[247] En effet, « Janet (1926), puis également Pradines (1954) octroient au sentiment, non à l'émotion, une fonction régulatrice, un caractère fonctionnel et adaptatif. Selon ces auteurs, le sentiment est ce qui nous donne à l'égard des objets une règle d'action parfaitement adéquate; il a pour rôle de mettre notre psychisme en harmonie avec les circonstances, de l'orienter en fonction de ce qu'elles nous offrent et de nous inspirer des conduites efficaces. Wallon, Malrieu ou encore Bergson vont plus loin, en associant le phénomène émotionnel au développement psychique et à la régulation des comportements sociaux. » Voir : Présentation lors des XXV Journées d'Études de l'Association de Psychologie Scientifique de Langue Française (APSLF), Coimbra, Portugal, 1995. http://www.affective-sciences.org/system/files/biblio/2004_Scherer_Kirouac.pdf

une conduite opposée à ce que dicterait le savoir. Ce phénomène est bien nommé dans la citation suivante :

> Je sais que je devrais parler, et reste sans voix, que je devrais résister, et mes membres se dérobent, que je devrais partir, et reste cloué sur place. A ma volonté s'oppose une force que je subis qui engendre ou exprime l'état de mon corps (…) Voici consommée la rupture avec le monde de l'utile, où la connaissance nous guide. (*Ibid.*, p. 52)

Il semble que l'angoisse ne puisse se définir en dehors de tout rapport avec la conscience affective puisqu'elle est la perte de tout sentiment de sécurité, de confiance en soi, en l'autre, voire en la vie elle-même. L'angoisse révèle la situation du moi même si elle n'informe pas exactement, sous la forme d'une connaissance discursive, ce sur quoi elle se fixe réellement. L'angoisse, une fois encore, n'exclut pas l'intelligence à laquelle est se soustrait. Ce phénomène est flagrant dans l'angoisse agoraphobe et claustrophobe dans lesquelles se dévoile la place de *l'imagination soumise à l'empire de l'affectivité.* L'angoisse comme émotion mène au problème suivant : « Comment l'homme sent-il autrement qu'il ne sait ? » Dans cette voie, on peut expliquer l'intuition d'une maladie avant qu'elle ne soit objectivement déclarée, constater que ce n'est pas la conscience intellectuelle qui œuvre ici, mais elle intervient par exaspération et imagination chez l'hypochondriaque,

> l'angoisse dite subjective peut donc être motivée objectivement ; elle apparaît comme connaissance qui sait mal ce qu'elle sait. Car l'angoissé sait avec vérité que « quelque chose » le menace, et ignore la déficience organique dont il est atteint. (…) Les causes peuvent différer, et l'émoi être identique (…) L'angoisse du cardiaque ressemble à celle du névrosé. (*Ibid.,* p. 57).

Puis,

> L'incertitude de l'étiologie est leçon pour le philosophe : elle prouve que nulle explication, somatique ou psychologique, n'atteint l'affectivité en son essence. (*Ibid.*, p. 58)

L'affectivité possède sa réalité intrinsèque. L'angoisse, l'amour ou la joie sur lesquels une influence de la conscience intellectuelle est possible au niveau de leur vécu, leur expression ne signifie pas pour autant atteindre leur essence. Mais que peut être *l'essence d'une conscience affective* comme celle de l'angoisse ? La situation première de l'homme n'est pas accessible au langage rationnel, elle est *expérience*. Vouloir que les choses soient autrement renvient à blâmer l'homme d'être un moi. Pour F. Alquié, *le mystère de l'expérience* ne peut être approché que par l'affectivité. La raison ne comprend pas le principe qui démontre que tout sujet est attaché à lui-même. Descartes reconnaissait l'importance de la *saisie particulière des intérêts du moi telle que la*

sensibilité la donne et qu'une sensation est seule capable de nous apprendre réellement ce qui nous arrive et ce qui est présent. Le conatus de Spinoza donne à l'essence une version semblable à ce que F. Alquié nomme *conscience affective*; cette dernière est d'abord conscience d'un moi, de son amour pour lui-même. (*Ibid.*, pp. 61, 62) :

> Elle [la conscience affective] exprime, pour le seul sujet, le fait qu'il est et n'est qu'en s'aimant, elle révèle l'insondable nature de sa substance. Elle m'apprend qu'indépendamment de tous mes rapports pensables avec l'extériorité, j'ai avec l'être une relation plus fondamentale, celle qui m'attache à moi-même par une particulière volonté, celle qui me fait redouter le néant de la mort. (*Ibid.*, p. 62).

Dans l'expérience, la conscience intellectuelle vient après la conscience affective, observe F. Alquié qui les compare ou les relie pour mieux encadrer le sens de cette dernière. C'est la conscience affective qui éveille les sens et la représentation, bref, la raison. Mais très vite, la dimension émotionnelle doit compter et s'articuler avec cette raison. Elle se présente dans un premier temps comme ignorante de l'objectivité – regardons l'activation du système d'attachement pour palier à la détresse émotionnelle, puis comment elle compose avec la raison à travers la construction des modèles internes opérants sécure et insécure, évitant, désorganisé ou préoccupé (Wiart, 2013). On voit que la conscience affective apparaît comme un refus de la conscience intellectuelle en défaisant ce qu'a fait la connaissance. Quel que soit l'ordre, la conscience affective montre sa nature profonde, son autonomie et sa préférence.

6.4 La conscience affective : ignorance et refus de l'objectivité ?

La conscience affective ne peut admettre que nous soit arraché
ce que nous avons aimé,
et que ce qui a été soit comme s'il n'avait pas été.
Ferdinand Alquié

La pensée alquienne de l'ignorance et du refus de l'objectivité en lien avec l'affectivité est originale et inspirante. Cette manière de positionner l'affectif et l'émotionnel reconfigure des valeurs établies à l'origine du jugement et des catégorisations négatives (différences entre les 'émotionnels' et les 'intellectuels' par exemple). L'inverse subsiste dans l'analyse dont il est question ici. Le monde artistique met en valeur ce que la conscience intellectuelle ne peut pas obtenir. En prenant l'exemple de l'angoisse définie comme *refus sans espoir*, l'amour-passion comme *négation* de l'objectivité ou encore, en attribuant à la poésie, la peinture et la musique, la *lucidité et* le *refus* de l'objectivité, se comprend une version de la conscience

affective comme une conscience n'étant pas ignorante de la raison, mais conscience positionnée 'ontologiquement' face à elle ;

> même en musique, la saisie du beau suppose que nous renoncions à la raison objectivement connaissante. En toute expérience affective se retrouve donc quelque refus. (*Ibid., p. 124*)

6.4.1 Refus ou ignorance du temps et de l'espace

Dans un autre registre, les notions de l'espace et du temps sont présente dans les rapports dialogiques de la conscience affective avec l'objectivité. A l'appui, de l'esthétique d'une toile comme celle des surréalistes (Picasso), des reviviscences de moments passés dans la réminiscence de rêves, de la confrontation avec la mort d'un proche, ou encore, des propos-même de Freud – « rien ne finit, rien de passe et rien est oublié » ou « les processus psychiques inconscients sont intemporels » -, le philosophe prétend que *l'affectif est hors du temps.* De même, la passion oublie le temps, les vexations de l'enfance ne sont jamais guéries, et nos premiers émois peuvent rester incrustés dans notre être. Le transfert n'est-il pas autre chose que le fait de revivre comme présents des états passés ? Le temps est une construction, un objet du savoir que notre être refuse, le temps n'est pas « un objet de notre savoir, mais une dimension de notre être » nous dit Merleau-Ponty (*Ibid., p. 130*).

Il y a différentes façon de comprendre la sensibilité, nous dit F. Alquié. Celle pressentie par Kant est chevillée à la connaissance (dans l'Esthétique) de même que celle de Bergson liée au changement. La sensibilité alquienne est ancrée dans la conscience affective qui, dans l'exemple du face à face de la mort d'un proche refuse en bloc cette objectivité – la mort est le *seul véritable scandale* pour la conscience affective et la preuve que notre conscience première est étrangère au temps ; elle fait appel à la raison métaphysique et à la foi.

6.4.2 L'éternel présent de la conscience affective : passé-présent-futur

La dromologie montre la folie moderne du rapport au temps – à la vitesse et à la performance -, la folie de nos rythmes de vie qui dicte nos manières d'envisager nos existences. Dans ce chaos, le sujet disparaît dans l'*ivresse dionysiaque*, par ce qui n'est pas lui et omniprésent dans son environnement. Dans ce contexte et par contraste se

prend mieux la mesure de la qualité intemporelle de la conscience affective où seul le présent est vécu comme réel :

> On pourrait dire alors que son expérience [celle du présent vécu] est expérience de l'éternel, et retrouver la vérité de l'affirmation spinoziste selon laquelle « nous sentons et expérimentons que nous sommes éternels ». (…) ***La conscience affective ne compare rien, ne note rien. Elle vit un éternel présent***. (*Ibid.*, p. 132, 133). (Je souligne)

Par sa disposition et constitution particulière, la conscience affective est la manifestation d'un désir ontologique dont chaque personne peut expérimenter la présence active à certains moments de sa vie, celle relative au maintien dans son être et au désir de ne pas mourir. D'ailleurs, et paradoxalement, comme le précise le psychiatre P. Jeammet, c'est bien cela que recherche la personne suicidaire. A travers un acte ultime pour maitriser sa vie qui s'est échappée d'elle, elle tente de se posséder à nouveau (2013). Dans un tout autre exemple, l'auteur évoque dans une évocation proustienne une notion qui n'est pas étrangère à l'univers de la psychopédagogie perceptive, celle de l'impression extra-temporelle qui peut être ressentie comme le seul moment où l'être peut vivre, jouir de l'essence des choses. Pour la personne qui accède à ses impressions que peut-elle craindre de l'avenir ? Nous avons ici le projet ultime de la conscience affective, celui de l'accès à la seule joie et que Proust nomme éternelle et fugitive. Celle qui est semblable à l'expérience invoquée par les mystiques et que seuls certains privilégiés, ayant fait son épreuve peuvent y croire. La conscience douloureuse des affres du temps reste présente et la seule issue pour tous les autres. Dans ce sens, le philosophe laisse à penser que la conscience affective peut-être joie dès qu'elle ignore l'objectivité, en créant son propre monde comme l'a pensé J.P. Sartre.

Pouvons-nous penser l'expérience de l'être à travers la joie rencontrée dans l'émerveillement de sa possibilité perceptive (Bertrand, 2010) ? Se peut-il qu'elle se vive dans l'union du moi et des choses comme l'affirme A. Alquié ?

> En science, je suis spectateur du monde, dans l'affectif je le vis, et je perçois mon corps, en mes plaisirs et mes douleurs ; (…) car l'affectif réunit ce que l'intellectuel séparait. (*Ibid.*, p. 157)

Vivre le monde, l'affectivité
(à partir de F. Alquié)

6.4.3 La conscience affective : un savoir véritable ?

Si l'affectif ne relève en rien de la raison, si ce n'est dans son refus, son ignorance ou le chaos d'où elle émerge et la confusion que lui assigne toute pensée rationnelle, peut-on lui attribuer un savoir ? :

> Mais on n'en saurait conclure que l'affectif ne contienne aucune vérité, à moins d'admettre sans preuve que toute vérité est de nature objective. (*Ibid.*, p. 163)

Accorder un savoir à l'affectif, c'est remettre en question la validité de l'objectivité comme la seule ressource certificative de notre contact avec le réel, de notre ancrage dans l'existence, celle de nos vies. Cette position est insoutenable. Dans une formulation quelque peu provocante et d'actualité, F. Alquié, se demande s'il est pertinent de s'adresser à la science pour comprendre ou découvrir le sens de nos douleurs et de nos souffrances ; il répond dans la foulée que l'expérience montre avec éclat qu'à propos de ces problèmes, ni la science, ni l'intelligence ne peuvent nous satisfaire :

> Mais c'est au sein de la conscience affective que s'éprouvent la foi en Dieu, l'émotion qui perçoit la beauté comme révélatrice, les sentiments d'obligation et de respect par lesquels la loi morale se fait reconnaître. Sans cette conscience, les notions de beau, de laid, de bien, de mal perdraient leur signification. (…) C'est

donc s'opposer à nos convictions les plus profondes que réduire aux propositions objectives le **domaine du vrai.** (*Ibid.*, pp. 165, 166) [Je souligne]

Le Domaine du vrai et la conscience affective
(à partir de F. Alquié)

6.4.4 Les caractères propres du savoir affectif

Il est dans la conscience affective un savoir indéniable, irréfutable (…).
Savoir affectivement est savoir autrement.
F. Alquié

En posant une idée galvaudée et mais dont on ne mesure plus en quoi elle est remarquable, je veux dire celle que - *le cœur a ses raisons que la raison ignore* – Pascal plaide pour une entrée de la conscience affective dans le cercle prestigieux des savoirs. Il n'est pas question de nier la place de la science et de la conscience intellectuelle, comme la connaissance qu'elles apportent, *mais* de défendre l'idée qu'elles ne sont pas les seules à pouvoir fournir un savoir. F. Alquié ajoute : « Mais, si la raison ignore les raisons du cœur, le coeur ne saurait connaître davantage les raisons de la raison. » (*Ibid.,* p. 169). Si l'on statue que la conscience affective est un savoir, quel est sa spécificité ?

De la position du philosophe ressort principalement que l'affectivité n'est pas langage. Ce qui implique la difficulté de lui donner un statut philosophique sous peine de la trahir. Elle ne peut pas se définir par ses frontières poreuses avec l'intelligence dont elle reçoit les enseignements ou influence son horizon.

Ces régions étant écartés, *la foi et l'espérance*, *la certitude ontologique* se présentent les candidates les plus pertinentes pour occuper le *territoire du savoir affectif*. Le savoir affectif n'est pas un savoir intellectuel non encore élucidé, il est un *savoir autre.* Si cela est reconnu, ce savoir n'est pas certain de lui-même et reste toujours en suspension de sa vérité. La foi et l'espérance que l'on classe habituellement dans des considérations religieuses sont présentes dans la poésie et dans l'amour. Parler de foi, c'est donner une valeur à la beauté de la révélation issue de la conscience affective, de sa véracité. Le doute n'est pas intrinsèque de la conscience affective, il est dû à la raison toujours proche de l'affectif pour le juger, pour le suspecter. Mais, en poussant plus loin :

> Il est un domaine où la conscience affective atteint une certitude supérieure à la science, (…) ce n'est pas seulement parce qu'elle [la science] est d'un autre ordre, mais parce qu'elle n'atteint pas une évidence comparable. (*Ibid.*, p. 174)

Le territoire du savoir affectif
(à partir de F. Alquié)

Dans l'expérience directe de nos émotions, de nos sentiments, la conscience touche une forme d'absolu, résultat du caractère indubitable que présentent les sentiments et les sensations en tant qu'éprouvés. On ne peut parler de fausses douleurs, de fausses angoisses ou de fausse joie à celui qui est en train d'en faire l'expérience. En ce sens et dans ces situations précise la conscience intellectuelle ne peut rivaliser la

certitude de celle habitée par la conscience affective. Ces états, ces émotions, ces sentiments existent en tant que le moi est moi, plein de lui et de son affectivité pour le certifier. Après avoir scruté les mondes de la science, de la folie, du rêve et de la poésie, s'être posé la question pour chacun de leur rapport à l'être, celui-ci est resté silencieux ! En poussant plus loin, en direction d'expériences bouleversantes (la mort), irrationnelles (mystiques) ou superstitieuses (religieuses), le philosophe constate finalement que

> dans l'affectif, l'être, pour la première fois, semble se manifester de façon irrécusable et directe. Dans ce cas, en effet, l'être à atteindre n'est autre que celui que nous sommes pour nous-mêmes. Notre certitude peut dès lors devenir totale. La chose recherchée ne participe pas de l'extériorité, que peuvent mettre en doute idéalisme ou solipsisme. Elle est notre sensation, notre tristesse. Elle est, par nature, évidence. (*Ibid.*, p. 176)

Dans la réflexion présentée dans cette section consacrée au savoir de la conscience affective, on a vu que ce dernier s'est montré à la fois un sujet des plus problématiques et des plus évidents. Ces positions opposées peuvent-elles trouver une troisième voie les unissant ? C'est ce que propose F. Alquié à travers la question de l'être, c'est-à-dire, user de la certitude de l'affectivité pour encourager son espérance. Malgré un préjugé négatif, voire une certaine condamnation au regard de la conception scientifique du monde, l'anthropomorphisme semble proposer une voie de passage pour comprendre la constitution de l'affectivité. Dans la citation suivante, l'assertion est éloquente :

> Mais en critiquant l'anthropomorphisme, songe-t-on assez que notre affectivité est le seul domaine où l'on puisse découvrir une expérience directe de l'être ? Ce qu'est la réalité extérieure, assurément je n'en sais rien. Mais je sais que je suis un être, le seul sans doute capable de se saisir lui-même comme tel. L'unique contact direct, indubitable que je possède avec le réel est celui que révèlent mes douleurs, mon angoisse. (*Ibid.*, p. 177)

Sans mettre de côté que « tout le but de l'homme est d'être heureux » (Bossuet, Rousseau, Misrahi), ce qui est dit ici semble plein de bon sens. Si la réalité de la vie n'est pas aisée à saisir, n'est-il pas pertinent de se rapprocher au plus près ce qui est le plus certain, c'est-à-dire, de soi-même ? « Le désir du bonheur est bien plus évident que la transformation d'un poisson en homme », nous dit F. Alquié (*Ibid.*). De même, est-il possible d'imaginer un monde privé de plaisirs, de douleurs ou de joies, un monde où nulle affectivité ne trouverait place en la structure de l'être ?

Le fil rouge de la pensée alquienne s'est révélé être la conscience affective, ma compréhension de la notion de la dimension émotionnelle et du champ de l'affectivité s'est enrichie, indéniablement. Personnellement, je me retrouve questionné sur les ponts

possibles entre mon expérience sur le terrain de ma pratique, en particulier sur les rapports dialogique entre deux consciences, une affective, l'autre intellectuelle. La formulation d'« intelligence émotionnelle » (Goleman) se présente-t-elle comme une issue différente de celle que nous laisse F. Alquié ? Quelle place peut prendre la conscience sensorielle, qui peut être formulée comme une intelligence sensorielle (Bourhis, 2012) ? Les propos suivant ne laissent pas indifférent le praticien-chercheur. Je relève des pertinences au regard de sa propre expérience au contact de deux consciences qui par réputation et dans leur essence se distinguent. Le point de vue exposé ici en forme de synthèse me servira de point d'appui pour discuter la présence d'une affectivité présentée au chapitre 3 et de la conscience qu'elle porte. Mais finissons avec Ferdinand Alquié :

> Au début de notre vie, notre conscience entière est foi. Après la séparation, qui constitue le monde objectif, la foi, contredite par la connaissance, devient espoir. On la découvre dans l'amour, la poésie, la religion. Mais tout amour est incertitude, toute poésie interrogation, et la religion même ne promet pas à tous le salut (…). Il [le philosophe] ne pénètre pas me mystère de l'être, et ignore pourquoi ce qui existe peut cesser d'exister. Conscience affective et conscience intellectuelle lui présentent deux mondes qu'il ne saurait concilier. Sa réflexion n'est cependant pas vaine. Elle lui apprend que le savoir affectif, s'il demeure problématique, est à l'abri des critiques intellectuelles, et se situe en un autre ordre. (…) Son sens de l'être l'empêche d'accorder toute sa confiance à l'univers de l'objectivité, où se perd l'homme, et au monde de la subjectivité, où s'évanouissent les choses. Il désire, il attend, et avoue cependant ne pas connaître l'au-delà de la vie. Il soustrait l'intelligence à toute influence affective. Mais il refuse de soumettre les certitudes du cœur aux critères de la raison. (*Ibid.*, p. 235).

6.5 Résonances

La contribution théorique sur la thématique de l'affectivité apportée par l'œuvre de F. Alquié est conséquente. Par échos successifs et pluriels, son analyse embrasse la dimension du vivre à partir d'une axiologie de la conscience et de l'expérience en direction de l'intelligence puisqu'elle fait émerger la notion de **savoir affectif**. Ce regard laisse entrevoir l'implication affective du penseur sur l'objet de sa philosophie et illustre donc ce qu'elle propose.

Avec ces données se donne à penser autrement ce que peut être *l'expérience*, *la conscience* et *l'affectivité* elle-même. L'affectivité alquienne exige **le silence de la pensée**, le refus de toute interprétation et de tentative d'objectivation, elle est a-réflexive, essence qui rejoint l'être. Elle est aussi **ignorance positive** assise dans son évidence, éclatante chez l'enfant ou le vieillard comme l'a prononcé C. Singer. La subjectivité se

trouve 're-qualifiée' et assignée d'une 'vérité' à ce titre, elle devient **objectivité**. A la faveur de mes découvertes, mon investigation remplit son mandat. Dans une recherche sur la dimension émotionnelle d'une expérience singulière telle que celle rencontrée en psychopédagogie perceptive, *le balisage alquien du territoire de l'affectivité ouvre un horizon compréhensif et discursif nouveau.*

Un surplomb rapide de cette section conduit à une possible critique. Elle concerne l'absence de référence au corps, et avec elle, la restriction de la place de la perception, de l'expérience sensorielle du sujet affecté. C'est un peu comme si la ligne de pensée du philosophe avait enjambé une réalité aussi incontournable que celle qu'il défend. Ce constat explique-t-il mon ressenti, celui d'être un peu à distance de moi-même ? Si je me suis senti concerné tout au long de cette visite guidée par un observateur de l'expérience et de l'activité humaine affective assez incroyable, rares ont été les moments où j'ai été vraiment touché et ému dans ma chair. J'ai ressenti une part de moi mise à l'écart, chez l'auteur et entre nous. Cela n'a pas nui à des découvertes fondatrices, tant sur le plan de l'ouverture du sens à donner à la dimension qui m'intéresse qu'un certain vocabulaire. Je citerai les notions de *savoir affectif, de conscience affective et de connaissance affective* que je discuterai à la fin de ce chapitre consacré à l'expérience. Ces expressions ont pris une valeur ajoutée incontestable au cours de mon trajet alquien, par la manière originale dont cet auteur a su articuler deux univers duels, celui de la rationalité et celui de l'affectivité, celui de l'intellectualité et celui de la poésie, de la foi et de l'esthétique ; Alquié assume et promeut la dimension de l'affectivité et de l'émotion dans un territoire trop longtemps réservé à l'extrémité supérieur de notre corps (la tête). Son œuvre rapproche l'univers du savoir du sol, *le place au niveau du cœur en installant sa fonction - plus que ses états - dans le domaine du vrai*. Une fois encore, l'analyse alquienne m'apparaît phénoménologique. La pensée du philosophe se condense dans un cogito aussi puissant que celui de Descartes, à travers une question magistrale : comment se fait-il que je sente autrement que ne sais ? En ce sens, la contribution d'Alquié est pertinente dans cette recherche car elle pose une réflexion ancrée sur une observation sur le terrain de la vie perceptive et sur l'écart entre le sentir et le penser en ouvrant une porte sur un renversement radicale, celui d'attribuer à l'affectivité le statut d'objectivité, ce qui est congruent avec un cogito boisien que je formulerai ainsi : je me ressens donc je suis et là où mon corps est, je suis. Chez les deux auteurs cités, se dressent avec force une subjectivité élevée au statut d'une objectivité et d'une rationalité face à une hégémonie pour le coup fortement chahutée.

A cheval sur une expérience philosophique en quête de corps et de chair et des faits de conscience menant à de véritables Euréka, je fais le constat une fois de plus de la rareté des écrits ancrés, chevillés à l'expérience en première personne de celui qui les composent. Si l'on considère cet aspect comme un manque, il sera largement compensé et compléter par les sections qui suivent. Avant de me lancer à la rencontre de dix auteurs, dont la contribution théorique et praxique est majeure à mes yeux.

Je souhaite compléter mon exploration de la notion de l'expérience en allant puiser dans des ressources issues de la psychologie humaniste, puis de celle de la psychologie positive et d'un courant de la psychologie cognitive relatif à l'expérience intuitive, en ayant l'intuition – justement - qu'elles pourraient mobiliser un lieu différent en moi ; en ce sens, vais-je pouvoir récolter les fruits d'une pensée plus charnelle, plus humide, teintée d'une affectivité vivante, plus proche encore de la dimension expérientielle que je cherche à comprendre ? Je reconnais que l'étude de ma collègue Claudia Nottale[248] a aiguisée mon attention et dans son mouvement. Grâce à elle, je m'engage dans un chemin imprévu il y a quelques sections à peine, je me laisse surprendre...

7. DES EXPERIENCES QUI ONT DU CORPS ? : D'ABRAHAM MASLOW A CLAIRE PETIMENGIN

La singularité d'une expérience est une réalité concrète
que l'on vit dans sa chair. (…)
Une expérience vécue, l'est dans un temps donné,
dans un contexte donné,
par un individu particulier
doté d'un corps et de cinq sens.
Claire Petimengin

- **Me vivre comme un lecteur vivant, charnel et ému : être dans l'expérience !**

Le praticien-chercheur en pédagogie perceptive que je suis est un 'toucheux', un 'touché/touchant'. Comme dans les autres activités de sa vie, il reconnait le besoin de la chair et de sa présence dans la pensée écrite et lue, plus précisément dans l'activité

[248] Je reviendrai sur l'étude de ma collègue dans mon chapitre 3 consacré au Paradigme du Sensible. Présentement, je me contenterai d'évoquer très partiellement quelques idées en m'inspirant de son travail. Voir :http://www.cerap.org/index.php/fr/actualites/publications-scientifiques/135-mestrado-nottale-introspection-sensorielle-2015

de lire et d'écrire. Je dirais même qu'il est à l'affût de cette rencontre, il l'attend au bout d'une phrase, dans un coin de page ou dans un passage du livre qu'il touche. Il lui faut être à la fois affecté dans sa tête, dans son cœur, dans son corps et dans cette matière humide et émouvante. Cela n'arrive pas si souvent. Le plaisir n'est pas absent pour autant, car l'étonnement, pour celui qui a soif d'apprendre, n'a pas besoin du corps. L'émerveillement et la révélation en demandent davantage. Quand cela ne se produit pas, quand le discours me semble aérien, trop complexe ou trop sec au regard de la matière humide que je sais pouvoir rencontrer, je me projette à travers le langage reçu dans l'expérience qui est la mienne pour 'lester' ou incarner celle qui m'est présentée. Je tente donc de la recevoir en moi, dans ma propre expérience du vivre, depuis cet endroit sensible que j'ai appris au contact du Sensible. A certains moments de lecture d'ouvrages ou d'articles, et c'est ce que j'ai pu expérimenter au cours de cette section consacrée à l'expérience, se révèle en moi une intensité. Je la relie à ma disposition et à l'implication de l'auteur(e) telle qu'elle se reconnaît pour moi à travers les mots employés, les tournures de phrase choisies, la place accordée au 'Je', sans forcément que celui-ci soit utilisé, et puis, …

De l'invisible et de l'inaudible parvient une musicalité, en amont ou en écho instantané dans ce Jean, chemin faisant de sa lecture, et à qui Ferdinand Alquié écrit : « Comment se fait-il que je sente autrement que je ne sais ? » ; « savoir affectif » ; … Une question, un mot suspendent toute activité, un silence s'installe, s'anime, m'anime : « Comment se fait-il que je sente autrement que je ne sais ? » ; « *savoir affectif* ». Les mots rentrent dans moi, *dans une déflagration lente et profonde*… L'alchimie charnelle opère, elle a besoin de *la* vie, de ma vie, de mon histoire, de mes rêves, de *mon* corps entier, de *mon* cœur, d*u présent* qui les contient tout entier. Cette intensité et cette *vivance émotionnelle* naissent à partir de ce qui est déclenché en moi, autour de moi, depuis cette matière littéraire qui me touche.

La magie s'opère quand cet ensemble mobilisé dresse une conscience, fait naître un tonus, déclenche une vitalité affective qui rejoint ma chair et le cœur de mon existence d'homme, de chercheur, de professionnel, de père, d'amoureux, d'humain au milieu d'autres humains. Je me vis être reconnu, ramener l'auteur(e) dans ma demeure d'homme et d'humain. Lui et moi franchissons une prote jamais ouverte, rentrons dans une pièce où m'attendent ces impensés qui me révèlent à ma propre substance biographique, à mon humanité, à ce désir irrépressible d'advenir. Dans cette expérience

et à l'occasion de cette nature de rencontre littéraire[249], qui est bien plus que cela en réalité, *l'homme ému se manifeste dans et par la lecture*, dans et par l'écriture, par elles et moi, en intimité, en extimité, en réciprocité ; *ensemble*, dans un *dialogue affectif*, dirait F. Alquié. Ce mouvement est hautement formatif et performatif.

En gros, la description faite ici renvoie à une expérience dans laquelle mon sentiment de concernation est paroxystique, ma conscience modifiée et mon identité transformée. Sommes-nous au cœur des préoccupations de la psychologie humaniste, celle de Maslow ; de la psychologie positive, celle de Csikszentmihalyi, à la rencontre de nous-mêmes dans le paradigme de l'intimité et de ce qui est vécu et personnel (Varela) ; dans une rencontre décrite et étudiée par Claire Petitmengin et qu'elle nomme expérience intuitive ? Nous verrons ce qu'il advient de l'expérience du Sensible dans le chapitre suivant. Je vais à présent aborder trois notions d'expérience dont les contenus sont éclairants sur la dimension émotionnelle et le champ de l'affectivité que je cherche à élucider et à modéliser.

7.1 L'expérience paroxystique de Maslow

Pour A. Maslow, il existe un type d'expérience qui n'a rien de surnaturel durant laquelle la personne se révèle à elle-même à travers un vécu inédit. Cet éprouvé donne à vivre les traits d'un accomplissement de soi, supprimant en partie les limites dans lesquelles la personne se sait être contenue ou retenue. Elle est l'occasion *d'émotions fortes générant un grand bonheur, et un sentiment d'accomplissement*, *d'une connaissance ontique*. La personne se retrouve au meilleur d'elle-même, contacte la part d'elle qui peut être merveilleuse dans une rencontre effective avec sa propre nature humaine et biologique,

> l'individu pleinement humain perçoit dans certains moments l'unité de l'univers, se font en lui et y est en paix, totalement satisfait en cet instant dans son désir d'unité. (Maslow, 1954-208, p. 169)

Ce type d'expérience fugitive, exceptionnelle et ponctuelle chez la plupart de gens se trouve être la condition existentielle de personne 'accomplies'. Ces personnes dont Maslow ne prétend pas qu'elles aient atteint la perfection, présentent une pleine santé mentale, une maturité psychique élevée et vivent une qualité de vie quotidienne

[249] J'avais dans ma représentation au sujet de la rencontre littéraire un *a priori* : les écrits des sciences ne sont sûrement pas les plus propices à l'expérience que j'attends. Cette thèse m'amène à un autre point de vue !

dans un sentiment d'accomplissement humain. C. Nottale relève un point important au sujet de l'expérience paroxystique, ramenant les changements de conscience dans la zone de la physiologie naturelle de la personne humaine saine. Elle précise ce que n'est pas cette expérience : elle n'est ni une hallucination, ni une projection de souhaits, ni un état émotionnel privé de cognition (*Ibid.*, p. 35). Dans un mouvement de conversion à elle-même et en elle-même, la personne est reçue comme unique, sacrée, se rapprochant de l'identité parfaite, de la réalité de son être et du moi véritable. Il faut préciser que :

> Maslow considère l'expérience paroxystique comme une « matière première » qui existe en amont de toute forme, religion ou spiritualité. (…) Elles [ces expériences] doivent pouvoir être étudiées scientifiquement (…). (Nottale, 2014, p. 34)

7.2 L'expérience optimale chez Mihaly Csikszentmihalyi

Collaborateur et inspirateur proche de H. Gardner, ce psychologue attaché au « Vivre »[250] défini une expérience particulière au cours de laquelle la personne est mobilisée sans être pour autant stressée, investie dans ce qu'elle fait et manifeste une centration intense sur sa tâche. L'expérience optimale aussi appelée « flux » ou « flot », terme évocateur d'une dynamique à l'œuvre, se présente souvent au carrefour de deux dimensions fondamentales de l'expérience : les exigences de la tâche (quelle qu'elle soit) et les aptitudes de l'individu (dans n'importe quel domaine). L'expérience optimale émerge au moment de la pleine concordance entre ces deux éléments. (Csiksenthmihalyi, 2004, p. 89). Elle est autothélique c'est-à-dire qu'elle est une fin en soi, recherchée pour elle-même. Par exemple un chirurgien (dont on soupçonne aisément l'état de centration, le contexte de défi, et le rapport à la tâche accordée à ses aptidues) interrogé par l'auteur témoignait : « C'est si satifaisant que je le ferais même si je n'avais pas à le faire » (*Ibid.*, p. 79). On voit la notion de plaisir, voire de passion qui habite le chirurgien. Elle peut être présente chez le sportif, l'artiste, le scientifique ou l'ingénieur comme la mère de famille ou le doctorant dans l'oeuvrement de sa thèse (ce qui est souvent le cas pour moi). Bref, l'expérience optimale est l'expérience de chaque humain au court de laquelle se vit un équilibre optimal entre une harmonie intérieure et l'ordre dynamique des contenus de la conscience. Cela implique la présence d'une conscience auto réflexive et la présence d'une valence émotionnelle

[250] (Csiksenthmihalyi, 2004) « Vivre » est le titre de l'ouvrage qui l'a rendu populaire en France.

servant de baromètre du sentiment de plénitude, de joie, de bonheur rencontré. Ce contexte se présente lorque :

> L'individu choisit bien ses buts, qu'il a le courage de persévérer dans leur poursuite et qu'il s'engage à fond dans l'action, il n'a pas le temps d'être malheureux ; il tisse un sens à la trame de sa vie et regroupe pensées, sentiments et actions en un tout harmonieux. (*Ibid.*, p. 228)

7.3 L'expérience intuitive chez Claire Petimengin

La notion d'expérience ici qualifiée d'*intuitive* apparaît plus ancrée dans un rapport au corps senti et ressenti que les autres. Elle est reliée à l'expérience subjective, matrice de l'intuition définie comme,

> ce flux continu de sensations, de pensée, d'images… qui nous accompagne à tout instant (…), [que] le flux complexe et chaotique de notre expérience intérieure est composée d'une succession d'action et d'états intérieurs très précis, qu'il est possible de décrire et de comparer à l'aide d'une méthode adaptée à la complexité de son objet. (Petitmengin, 2001, p. 13)

La phénoménologue française présente l'expérience intuitive comme un 'vrai' phénomène ne pouvant être étudié qu'en dehors du territoire abstrait d'une philosophie déincarnée et d'une psychologie cognitive sèche :

> Cette recherche sur l'intuition, je ne voulais surtout pas la mener de manière abstraite et désincarnée. Surtout pas écrire un historique des théories philosophiques sur l'intuition. Je souhaitais au contraire m'approcher au plus près de l'expérience subjective qui accompagne la naissance d'une intuition (…). (Petimengin, 2001, p. 13)

Dans sa modélisation l'auteur (*Ibid.,* p. 215) met en évidence ce qui peut caractériser ce phénomène, son processus et ses contenus. L'intuition a besoin d'un état propice pour exister. Si pour certains, cet état fait disparaître la perception du monde et du corps, pour la plupart des personnes interrogées dans sa recherche, à l'inverse, se manifeste l'accroissement de la conscience (corps et monde) par la présence de sensations d'unité, d'une ouverture, d'un sentiment de communication avec l'environnement, d'un sentiment de sécurité. L'expérience intuitive met donc en avant la présence *sensorielle*, la réaction à son contenu et *l'influence de l'état interne* de la personne pour que celle-ci se révèle. Elle présente l'émergence d'un sentiment de certitude, de cohérence ; l'absence d'activité mentale et de contrôle et cependant un sentiment de mobilisation totale accompagné d'un état interne. Dans cet état se donne un sentiment d'identité *coloré d'une tonalité émotionnelle particulière*. Cette dernière se répartit entre *étonnement, peur, excitation et enthousiasme*. L'intuition s'accompagne

d'une perception altérée du temps, *une joie et un bien-être.* La condition nécessaire à cette expérience semble **bien être le retour à soi, au centre de soi – par une sorte d'abandon de soi** ; ce retour avec l'appui déterminant **du rapport conscient au corps** comme repère pendant l'expérience-même : conscience corporelle, perception kinesthésique, rapport au sens (Nottale, 2014, p.48). Quand ces conditions sont remplies,

> s'ouvre en nous un espace calme, serein, beaucoup plus vaste que notre espace intérieur habituel ; les limites entre espace intérieur et espace extérieur s'évanouissent. Au moment même où le monde est perdu, il réapparaît avec une profondeur inconnue. A l'instant où le souffle s'éteint, c'est comme si naissait « un autre souffle, énorme ». (…) Cette ouverture va permettre un déploiement différent de l'attention au monde. (Petimengin, 2001, p. 244)

Parler « d'expérience » en général ou encore d'expérience universelle, paraît être un non-sens au regard de sa réalité structurelle et phénoménologique. Il convient de distinguer sa notion de son expérience justement :

> La singularité d'une expérience est une réalité concrète que l'on vit dans sa chair. (…) Une expérience vécue, l'est dans un temps donné, dans un contexte donné, par un individu particulier doté d'un corps et de cinq sens. (Petimengin, 2001, p.29)

Cette citation clôt cette section consacrée à trois natures d'expérience qui sont loin de m'être inconnue. La place d'un ancrage au présent est présentée comme fondamentale, celle du corps et des sensations et sentiment de concernation également. L'ouverture à la conscience de soi dans une disposition à l'environnement proche, objectif ou plus vaste et subjectif est une des composantes insignes que j'ai pu relever. La dimension émotionnelle est transversale et signifiante à l'expérience paroxystique, optimale et intuitive. Ce fait alimente ma réflexion sur mon objet de recherche, et balise mon activité et mes vécus dans la pédagogie perceptive. Il me faudra revenir sur ces apports après avoir parcouru des allées phénoménologiques qui m'attendent. Le tableau suivant rassemble dans un visuel quelques caractéristiques, dont celles de nature affective. Ce bilan, bien que réducteur, m'offre des repères pour situer ma propre expérience du Sensible et la nature de présence affective qui s'y présente. Il n'est pas temps de la développer maintenant, ce tableau sera utile dans ma discussion finale

	Repérages de caractéristiques de trois natures d'expérience				
Expérience	**Affectives**		**Corporelles perceptives**	**Temporelles**	**Identitaires**
Paroxystique	Très intense	Paix Grand bonheur sacrée	Pas d'information	Fugitive Exceptionnelle	Révélation à soi-même Sentiment d'accomplissement Connaissance ontique Unicité et perfection Sacré et réalité de l'être Moi véritable
Optimale	Mobilité de la valence émotionnelle Equilibre	Joie, bonheur et plaisir Passion Harmonie Plénitude	Pas d'information	Variable Constante durant l'activité consacrée	Equilibre entre harmonie intérieure et tâche effectuée et ordre dynamique des contenus de la conscience Autotélique Harmonie entre pensées, actions et sentiments
Intuitive	Calme Sérénité	Etonnement Peur Enthousiasme Excitation Joie bien-être	Rapport conscient au corps Flux continu de sensations Perception kinesthésiques Accroissement de la conscience du corps Pertes de repères (rarement) Déploiement de l'attention Vécue dans la chair	Perception altérée du temps	Retour à soi Centre de soi Rapport au sens Rapport à l'attention

Je vais clore mon exploration théorique sur la notion d'expérience avec un penseur pragmatique engagé ayant contribué à élargir cette notion en l'introduisant dans des domaines aussi variés que ceux de la philosophie, de la pédagogie, des sciences sociales et du débat politique. Dewey est une référence essentielle chez les pédagogues et les artistes d'inspiration performative et phénoménologique. L'éducation prend une place centrale et transversale dans l'œuvre de Dewey ; une éducation devant se mettre au service de l'expression individuelle, d'un agir libre, d'un apprentissage par l'expérience, de l'utilisation de savoir-faire orientés vers les fins réellement désirées, du meilleur parti de ce que la vie offre dans le présent, et de la prise de conscience que le monde est changement (Dewey, 2011, pp. 69, 70). On décèle un principe unificateur établissant une méthode interactionniste et humaniste, irriguée par un souci pour l'humain en croissance perpétuelle, indissociable du social, du culturel, du politique et du spirituel.

8. POUR UNE DEMOCRATIE DE L'EXPERIENCE CHEZ JOHN DEWEY

La démocratie est la forme de société dans laquelle
tout homme possède une chance, et sait qu'il la possède.

L'égalité est l'idéal de l'humanité, l'idéal dans la conscience
duquel la démocratie vit et évolue.
J. Dewey

8.1 La continuité est la qualité de toute expérience éducative

Par « expérience », le philosophe américain, héritier à la fois de Darwin, Pierce et James, prône une philosophie de l'interaction du sujet avec son milieu dans un dépassement des valeurs classiquement attribuées au subjectif *versus* à celles de l'objectif. L'expérience n'est pas *« un voile qui sépare l'homme de la nature »* mais *« un moyen de pénétrer toujours plus profondément au cœur de celle-ci »*. La continuité est un critérium fondateur de l'expérience chez cet auteur :

> Le principe de la continuité de l'expérience signifie que toute expérience garde quelque chose des expériences antérieures et modifie d'une manière ou d'une autre la qualité des expériences ultérieures. (Dewey, 2011, p. 71)

L'expérience présente est en conséquence précieuse au titre qu'elle prépare potentiellement le futur mais aussi s'adosse à celle(s) passée(s). Les vécus relatifs à ce niveau sont d'ordre interne, parfois conscient, souvent implicite voir inconscient.

8.2 Le principe d'interaction

Une seconde donnée est au cœur de la philosophie Deweyenne, il s'agit du principe d'interaction (ou de transaction). Il régit l'expérience externe. Mais,

> Les deux principes de continuité et d'interaction (transaction) sont inséparables. Ils distinguent et unissent. Ils sont pour ainsi dire les aspects longitudinaux et latéraux de l'expérience. Des situations différentes se succèdent, mais, conformément au principe de continuité, quelque chose des premières passe aux suivantes. De même qu'un individu passe d'une situation à une autre, son monde, son environnement, se dilate ou se contracte. Ce qu'il a acquis de savoir et de savoir-faire dans une situation précédente, devient un instrument de compréhension et d'action efficace dans les situations suivante. (*Ibid.*, p. 71)

Précisons que chez J. Dewey, la notion d'environnement recouvre la réalité infinie des éléments qui constituent le vivre de la personne, dans ses activités et en contact avec tous les objets du monde.

8.3 L'expérience : un flux de sens

La combinaison particulière de deux éléments antagonistes est à l'origine de la notion de flux attribuée à la notion d'expérience. Il s'agit du côté actif de l'expérience et de son versant passif. L'expérience *éprouve* et elle s*ubit* dans la mesure où quand je fais quelque chose, j'agis sur elle, je fais quelque chose avec elle. La fécondité et la valeur d'une expérience dépendent de la manière dont ces deux données s'articulent entre elles. Dans cette logique, l'expérience ne peut se restreindre au cognitif puisqu'elle est une mise à l'épreuve, faire une « expérimentation avec le monde pour découvrir à quoi il ressemble, subir devient enseignement – découvertes des liaisons entre les choses » (*Ibid.,* p. 224).

8.4 Le corps a un rôle dans l'expérience

Séparer le corps de l'esprit est la tragédie de l'éducation moderne pour Dewey. La notion classique de l'expérience subit les conséquences de cet héritage qui la dépasse largement. Dans toute expérience humaine d'apprentissage, *le corps est présent*, quand les yeux s'ouvrent pour lire, les oreilles pour entendre, la bouche pour parler, par exemple. A propos de l'univers de l'éducation, J. Dewey déplore l'oubli de cette évidence, et explique en quoi s'appuyer sur l'activité d'un corps redonne à l'expérience toute *sa vitalité structurelle*, sa *réalité organique et non mécanique*. Le corps participe au sens de l'expérience.

> Les sens sont des chemins de la connaissance (…) parce qu'ils sont utilisés pour faire intentionnellement une chose (…) C'est parce qu'on sépare l'acte de sa fin qu'il devient mécanique. (*Ibid.*, p. 226)

En séparant l'activité mentale du monde de l'intérêt actif pour ce dernier ou de la chose que l'on est en train de faire, de la lier à ce qui est subi, le symbolique revient à prendre la place de l'expérience réelle. *La perception sans le corps et la liaison sans le sens n'aboutissent qu'à une excitation sensorielle loin de fonder la moindre expérience.* Le discernement, qui est au cœur de la notion d'expérience comme connaissance, nécessite le test de la réalité concrète et ne peut se réduire à l'essai, la réussite ou l'échec de nos fins :

> Nous nous habituons si complétement à une sorte de pseudo-idée, à une demi-perception, que nous n'avons pas conscience que notre action mentale est à demi-morte et que nos observations et nos idées seraient beaucoup plus fine et plus étendues si nous les formions dans les conditions d'une expérience vivante qui

> nous obligerait à utiliser notre jugement, à chercher des liaisons des choses auxquelles nous avons affaire. (*Ibid.*, p. 228)

La pensée a sa place dans l'expérience, mais elle est à enraciner dans les liens entre ce qui est fait et ses conséquences. Le corps n'est pas étranger de ce processus réflexif par les changements qu'il opère pour accompagner le réel. En gros, *séparer la phase passive du subir de la phase active du faire revient à détruire la signification réelle de l'expérience*. Le système éducatif risque le danger que les symboles ne soient pas représentatifs du réel. L'expression « sens du réel » pour signifier la chaleur, l'urgence et l'intimité d'un moment et de son expérience directe se détache de son opposée, l'expérience représentative, froide, lointaine et détachée. « Comprendre vraiment » une chose » ou la « réaliser mentalement » revient à nommer l'accès au réel de celle-ci, l'avoir entre les mains, l'éprouver 'charnellement'. C'est à l'occasion des actes et de la pratique que l'apprenant (dans une terminologie actuelle) peut *faire l'expérience de l'expérience*. Les livres et les savoirs théoriques sont des outils du vivre, et non la finalité qui est le savoir-faire du vivre.

8.5 L'expérience : un vaste horizon de dialogue où l'émotion prend sa place

Pour Dumez (2007), Dewey milite pour une expérience en tant que totalité riche ne pouvant se réduire ou se fragmenter en émotion, représentation ou intelligence. Une expérience se vit comme l'écrit Dewey, « vivre une expérience » du chapitre III de son ouvrage « L'art comme expérience » (2005). L'expérience trouve sa tension existentielle entre deux pôles, la résistance d'une part et le complétement lisse d'autre part :

> De la même façon, le moi ne pourrait prendre conscience de lui-même sans résistance de la part de son environnement ; il n'aurait ni sentiment ni intérêt, ni peur ni espoir, ni déception ni satisfaction. L'opposition pure et simple, dont l'effet est de contrarier définitivement une impulsion, suscite l'irritation et la rage. Mais la résistance qui met à contribution la pensée engendre la curiosité et la sollicitude attentive et, une fois surmontée et mise à profit, elle débouche sur une satisfaction profonde. (*Ibid.*, p. 87)

Ainsi comme l'a pensé Aristote, si l'individu est plaqué contre la force de la résistance, totalement inhibé, il ne peut rencontrer l'expérience. A l'inverse, sans aucune confrontation ou contact avec une nouveauté, démuni de toute stimulation, l'expérience n'a pas davantage l'occasion de naître. Sa présence est engloutie dans

l'habitus et l'automatisme. On touche ici à une notion de régime d'activité inhérente à l'apparition du phénomène de l'expérience. Il faut donc

> un équilibre entre facteurs propices et facteurs défavorables, à condition que les facteurs contraires aient une relation intrinsèque avec ce qu'ils contrecarrent au lieu d'être arbitraires et extérieurs. (*Ibid.*)

Dans ce contexte se dégage une valence émotionnelle dans l'association entre la dimension intellectuelle et émotionnelle. L'expérience puise sa vitalité une interaction permanente entre valeurs et signification,

> Il y a dans toute expérience (…) une part de passion, de souffrance au sens large du terme. Sinon, il n'y aurait pas intégration de ce qui a précédé. (*Ibid.*, 66)

La dimension affective sert d'élément de cohésion tout en étant le moteur de l'expérience puisqu'elle sélectionne et accorde dans une unité affective ce qu'elle a choisi dans l'horizon dialogique avec le monde. C'est d'elle dont dépend l'unité qualitative des éléments préalablement constitués comme des matériaux disparates et dissemblables, sans liens vivants entre eux. En ce sens, on peut dire que *l'émotion est création de l'expérience*. Elle introduit à la fois un liant et une composante d'innovation. L'expérience est créative et en cela, elle intéresse l'art et l'esthétique.

8.6 L'expérience esthétique : une autre compréhension de l'expérience

Si la pensée de Dewey est une référence dans le monde de l'art, l'art a lui aussi servi la philosophie de l'expérience telle que cet auteur a voulu l'insuffler dans différents milieux. L'art comme expérience place ou replace le vivre le plus simple et quotidien au rang de l'émerveillement, de l'étonnement et de la création. L'expérience *pleine*, comme aime à le signifier l'auteur, porte une vitalité, une fécondité, et le côté inattendu est inclusif de toute création chez l'artiste. L'art sans surprise ni étonnement n'est pas l'art, il en va de même pour l'expérience :

> L'expérience, lorsqu'elle atteint le degré auquel elle est véritablement expérience est une forme de vitalité plus intense. Au lieu de signifier l'enfermement dans nos propres sentiments et sensations, elle signifie un commerce actif et alerte avec le monde. A son plus haut degré, elle est synonyme d'interpénétration totale du soi avec le monde des objets et des événements. Au lieu de signifier l'abandon au caprice et au désordre, elle fournit l'unique manifestation d'une stabilité qui n'est pas stagnation mais mouvement rythmé et évolution. Parce que l'expérience est l'accomplissement d'un organisme dans ses luttes et ses réalisations dans un monde d'objets, elle est la forme embryonnaire de l'art. Même dans ses formes rudimentaires, elle contient la promesse de cette perception exquise qu'est l'expérience esthétique. (*Ibid.*, p. 32, 33)

La ’personne expérientielle’ est un sujet affecté par et dans un certain climat émotionnel et imaginatif. Ce dernier est à la source de l’unité de l’expérience vécue. On l’a vu plus haut, l’automatisme ou l’absence totale de référence au passé inhibe, limite ou annihile l’expérience.

8.7 L’expérience naît dans l’équilibre entre l’agir et son éprouvé

Incontestablement pour moi, je rencontre un « eurêka » dans la conception Deweyenne de l’expérience dans laquelle l’agir et son éprouvé sont mis en dialogue consonnant ou dissonant, comme en totale ignorance l’un par rapport à l’autre. Pour arriver à son terme, l’expérience a besoin d’un *équilibre* en ses deux colonnes : *l’agir et l’éprouvé*. 1/Trop d’éprouver - débordement d’émotions ou de sentiments - ou 2/ trop d’emprise de l’agir et de production, constituent les barrages fondamentaux de l’émergence et de l’accomplissement de toute expérience, quel que soit le domaine au quel on puisse se référer. Une fois de plus, la voix et la voie de la neutralité (active), la voie du milieu, se révèlent cruciales :

> L’ardeur à agir, la soif d’action, en particulier dans l’environnement humain, caractérisée par l’impétuosité dans laquelle nous vivons, cette soif d’action, donc, fait que, pour bon nombre de personnes, l’expérience demeure incroyablement indigente et superficielle. On ne laisse pas à une seule expérience une chance d’arriver à son terme car on s’empresse d’en commencer une autre. (*Ibid.*, p. 70)

Le travail de l’intelligence
(à partir de Dewey)

C'est au contraire, *dans la perception de la relation* entre ce qui est fait et ce qui est éprouvé que réside le secret du processus même de l'expérience, de son dénouement, de son accomplissement et de son ravissement esthétique. Ce principe baptisé - étrangement et génialement - « travail de l'intelligence » par J. Dewey place donc *la mise en relation d'un « éprouver » et d'un « agir » dans un accordage parfait comme la tonalité fondamentale de la réalité vivante de l'expérience*. Un autre point me paraît saillant dans cette conception. Il s'agit du but, de la finalité inhérente à l'expérience. Dans le cas de J. Dewey, elle n'est pas quelque chose de pré-méditer, mais *de surgissant* dans l'entrelacs de l'agir et de l'éprouver lui-même, ce qui renforce l'arrimage à l'ici et maintenant de ladite expérience.

Enfin, je relève la temporalité existentielle de l'expérience. Elle a un début, un déploiement et une fin. Je remarque qu'il en va de même avec une conception admise de l'émotion. Je note des sortes de micro-cycles présents dans le flux même de l'expérience :

> Dans une expérience, il y a un mouvement d'un point à un autre. Comme une partie amène à une autre et comme une autre encore poursuit la portion précédente, chacune y gagne en individualité. Le tout qui perdure est diversifié par les phases successives qui créent son chatoiement. (*Ibid., p.*60)

L'expérience se révèle être une forme, une mise en forme issue, on l'a bien vu, d'une activité et d'une passivité. Elle est une *organisation dynamique,* elle est croissance, ingestion et digestion de vécus et de matériaux aussi riches que variés en interaction avec *l'organisation des résultats de l'expérience antérieure qui anime l'esprit du créateur* (*Ibid.*, p. 81, 82), et ce, indépendamment de l'œuvre dont il est question. L'expérience porte en elle une compréhension sympathique de l'existence. Elle est une force propulsive attirée par un futur qui est sa loi, son principe. Ce phénomène n'est pas extérieur au sujet qui vit l'expérience, il est co-créateur de ce devenir par son agir et sa passivité. Sensible soustraire à ce fait, *c'est commettre une déloyauté à l'égard même de l'expérience* (Dewey, 2005, p. 475).

L'agir et l'éprouver, dans les rapports dialogiques tels qu'ils sont présentés par l'auteur, se jouent au niveau du micro, du méso et du macro, au niveau de l'espace comme au niveau du temps. C'est-à-dire, que l'expérience n'est pas qu'une affaire subjective et individuelle. Elle influe, oriente et détermine des tendances à l'action, la réalisation et la création des conduites objectives ultérieures individuelles, collectives, sociétales et civilisationnelles :

> Nous vivons du berceau à la tombe, dans un monde de personnes et de choses qui, dans une large mesure, est ce qu'il est à cause de ce qui a été fait et transmis à la génération présente par les activités antérieures. Faute d'en tenir compte, on traite l'expérience comme si elle se déroulait uniquement à l'intérieur du corps et de l'esprit. (*Ibid.*, p. 476)

J. Dewey nous rappelle deux fondements organisationnels de l'expérience : la SITUATION et l'INTERACTION. Les hommes évoluent dans un certain univers, engagés par et dans la vie au regard de ce qui constituent un moment précis de l'existence au cours de duquel ils interagissent à des niveaux complexes.

Bien que Dewey propose une réflexion pratique sur certains aspects et un soin particulier aux conditions donnant à l'expérience une signification digne d'être reçue et retenue, je n'ai pas eu accès à une praxis pour y parvenir. L*'expérience vécue* de la personne et du groupe est le cœur de la psychopédagogie perceptive. Le premier but de ce chapitre assez conséquent était d'éclairer cette notion. Un deuxième projet était d'envisager et de m'informer des liens entre l'expérience et la dimension émotionnelle et le champ de l'affectivité. Enfin, ce trajet préparait en quelques ma rencontre avec des verbatim relatifs à l'expérience que font des personnes dans leurs rapports concret à la dimension de l'homme ému.

Je vais revenir sur cet ensemble, en donner une vision synthétique, pointer les éléments qui m'apparaissent essentiels dans une sensibilité tournée vers mon objet de recherche. Je profiterai de ce mouvement pour faire d'autres ponts avec ma propre expérience personnelle, pratique et professionnelle.

9. POINTS SAILLANTS ET LIENS AVEC LE CHAMP DE L'AFFECTIVITE

Toute expérience est une arche au travers de laquelle
luit un univers vierge dont l'horizon
s'enfuit au fur et à mesure que j'avance
Poète anonyme

9.1 Proche du vivre : l'expérience

L'expérience, si elle existe en pratique, doit l'être en théorie (R. Laing, 1986), mais comment y parvenir ? Certaines propositions mettent en lien l'expérience, la perception, le ressenti et l'accès à la connaissance dans un ralliement à l'affectivité. L'expérience scientifique, bien qu'elle cherche à s'en défendre, n'échappe pas à cette

désignation (Barberousse) dans le sens où elle cherche par ses procédures à amplifier *l'expérience ordinaire*. En marge de l'orthodoxie, Feyerabend nous demande d'imaginer une science sans expérience ; puisque celle-ci refuse la présence des sens ou plus justement, en nie l'implication. Il rejoint par un autre bout l'assertion R. Laing pour qui l'expérience pourrait désigner tout ce dont la science s'est débarrassée ; la science et l'expérience montrent un destin relationnel particulier :

> La science scandalise souvent notre expérience, et l'expérience elle-même est un scandale scientifique. Chacune viole les règles de l'autre. (…) Nous n'allons pas renoncer au moindre fait objectif et nous n'allons pas non plus rejeter comme anormal ce monde humain ordinaire qui, partout constitue notre quotidien, quelles que soient la forme ou les modalités de notre vie. (Laing, 1986, p. 86)

Entre ou à côté de ces deux extrêmes, la phénoménologie tente sa chance et a raison. Comme le précisent N. Depraz, P. Vermersch et F. Varela,

> accéder à l'expérience humaine, c'est d'abord aller chercher la vérité de son incarnation, de sa nature et de son mode d'être dans le monde. (2011)

Trouver la signification de ce que peut-être l'expérience demande d'être davantage au fait des processus en jeu dans sa constitution que de se focaliser sur ses contenus. Les deux restent cependant utiles et non antinomiques. La *conscience perceptive et affective des vécus* - *ET* la *qualité du rapport* à elle - s'imposent alors, que celles-ci se rapportent à l'extériorité comme à l'intériorité. Le projet concret pour rencontrer l'expérience, la vivre et s'en faire une idée pratique passe par le devenir-conscient. Pour rendre compte de l'expérience, il n'y a pas d'autre solution que *de demander à la personne qui la vit de se prononcer*. Mais comment et quelle science est prête à accueillir la diversité que l'on peut supposer ? La phénoménologie, l'anthropologie, la sociologie, la psychologie, la psychiatrie, bref, ce que l'on désigne par *sciences de l'humain* portent-elle vraiment ce projet ? En revenant à l'une d'entre elle - la phénoménologie -, l'expérience ordinaire se révèle être est aussi un horizon d'expériences. L'exploration vivante de l'expérience exige un lâcher-prise dont un des constituants est éminemment affectif dans le sens où le geste de l'épochè ne peut se faire sans un abandon d'une part, une réception passive d'autre part. D'où la question : l'expérience se révèle-t-elle affective par essence ? La réponse s'est progressivement montrée affirmative.

9.2 L'entrée de la subjectivité : l'arrimage au vécu

L'expérience a besoin d'un sujet vivant, sans elle, l'être humain n'apparaît pas. Nous avons ici une première 'leçon' et 'évidence anthropologique' qui à l'extrême pourrait rendre l'expression « expérience humaine » tautologique. L'expérience subjective, *inéliminable,* est une donnée incontournable pour accéder à ce qu'est vraiment une expérience d'une part, et plus pratiquement, à son '*vivre'* dans toute sa plénitude. Ici, la posture à la première personne révèle une nécessité en soi et toute sa fécondité ; cette introduction de la subjectivité implique-t-elle celle de la dimension émotionnelle ? L'expérience implique une épreuve dans laquelle je suis l'acteur de ma propre transformation, elle est un flux actif me renouvelant sans cesse, si bien qu'on pourrait se poser une autre question : une expérience est-elle possible en dehors d'une implication et d'une résonance chez celui qui la vit ? L'expérience a besoin de rythmes, d'une pulsation, elle se constitue dans la rupture du flux de la vie, elle est événement. Je renouvelle ma question initiale, une expérience est-elle possible sans un contingent affectif ? Bernard Honoré nous donne une réponse quand il affirme que l'origine affective de l'expérience est évidente dans les sentiments que nous éprouvons. Si le sol de l'expérience s'étend sur celui de l'inattendu, de l'imprévisible, pouvons-nous l'imaginer sans affects ? Les gammes de tonalités émotionnelles caractéristiques de l'expérience comme l'angoisse, la peur, la joie, l'enthousiasme ou l'émerveillement, sont les signatures courantes de l'existence de l'expérience. Ces tonalités dont l'expérience regorge parfois nous ramènent en son cœur et avec elles émergent le sens de son sens ;

> ce ne sont pas les événements qui s'inscrivent dans l'expérience, ce sont les sentiments apparus dans leur épreuve. (Honoré, 2014, p. 41)

Dès lors, parler de mon expérience revient à nommer ma manière d'être affecté par le monde. L'expérience est cet « être-là » débordant toute rationalité et réflexivité.

Dans le schéma ci-dessous, j'ai assemblé des éléments saillants du parcours effectué jusqu'à présent, ceux qui m'apparaissent évocateurs des défis et des enjeux de l'expérience. La mise à l'épreuve pour la définir, par bien des éléments mentionnés, ne concerne-t-elle pas le vivre de l'expérience lui-même ? Une problématique à plusieurs égards se donne à voir. La tradition objectiviste, tant sur le plan épistémique que méthodologique, résiste à la subjectivité, et on la comprend. L'expérience est un phénomène glissant comme celui de l'émotion, il nous échappe des doigts dès lors

qu’on limite sa saisie par la rationalité et la réflexivité. Comme l’a prononcé Laing, l’expérience est un scandale pour la science et inversement (1986, pp. 80, 81). Il faut donc consentir à mettre en jeu la conscience perceptive et *affective* de nos vécus, à soigner la qualité du rapport à elle et s’arrimer à la subjectivité. Dans la vie comme dans un laboratoire de recherche, percer le mystère de l’expérience exige de demander à la personne qui la vit de s’exprimer. Dans les deux contextes, l’entreprise est aussi exigeante, courageuse que féconde. L’expérience comme l’affectivité sont inéliminables! Expérientiellement parlant, la problématique qu’elles soulèvent révèle une vitalité herméneutique insoupçonnable, dans la vie quotidienne et l’histoire de la recherche. Mon point de vue s’illustre dans une conception théorico-pratique du travail de l’intelligence dont l’origine se trouve dans la recherche d’harmonie entre l’agir et l’éprouvé, comme le propose ingénieusement John Dewey (2011).

Problématique de l'expérience – Vitalité du travail herméneutique

9.3 Étreinte de la vie par l'affectivité

Regarder par un autre bord, c'est-à-dire depuis la considération de l'expérience comme l'incarnation de l'existence de chaque personne, elle est cette étreinte entre la Vie et ma vie, étreinte dont les tonalités évoquées plus haut ainsi que celle de l'étonnement jouent leurs partitions dans mon appréciation du vivre en moi, et avec l'autre. Dans ce mouvement, l'expérience me ramène à l'épreuve de la présence et au sentiment de l'existence. Le corps, s'il est toujours présent est aussi le miroir de l'ensemble des expériences qui ont jalonné ma vie. Par ses marques dans ma chair, par

sa forme et son allure, le corps est la trace charnelle de l'épreuve de cette existence faite de jouissance et de souffrance, de sérénité et de joie, d'angoisse ou d'ennui, d'espoir.... L'expérience d'autrui n'est pas l'épreuve d'une chose, elle met en jeu un pouvoir-être, un avoir-à-former et un devoir-prendre-soin dans une gamme de tons précédemment cités. *Le sentiment de l'existence qui en découle est la manifestation affective de l'expérience du vivre*. L'expérience est consubstantielle de ma disposition à la vie – à être affecté par elle -, et en ce sens, elle est ma disposition à vivre d'une certaine manière, dans une certaine tonalité de rapport au monde, à l'autre, aux autres. Elle est une *Stimmung*,

> un air…au sens d'une mélodie qui ne flotte pas au-dessus de la présence de fait, prétendue véritable de l'homme, mais donne pour cet être le ton, c'est-à-dire, harmonise (stimmt) et détermine (bestimmt) son style et sa manière d'être. (Honoré, 2014, p. 288)

L'affectivité a le pouvoir de révélation de l'expérience : de sa valeur pour Scheler ; plus fondamentale que la connaissance pour Honoré ; du monde pour Heidegger, de l'absolu par une auto-affection pour Henry, et toujours pour Honoré, l'expérience est révélation de mon humanisation.

9.4 L'inter affectivité : une terre pour l'interexpérience ?

Avec l'ouverture sur l'expérience d'autrui, sur mon rapport possible à elle, entre en scène la notion d'empathie qui se définit en prenant appui sur celle de l'expérience, de son partage, de sa réception par un autre. Intimité, extimité - voie complémentaire à l'intimité-, extériorité et réciprocité jouent la scène dans laquelle moi et l'autre tentons de nous comprendre, de nous vivre et de nous faire-être. Cette « empathie extimisante » (S. Tisseron) est un mode interactionnel sans la participation charnelle et constitue un aspect bien particulier de l'interexpérience, celui de me laisser affecter par l'autre qui me renvoie son expérience, celle relative à sa résonance à mes actes. Sans réductionnisme, le phénomène de l'empathie met en évidence comment l'expérience est chevillée à la dimension émotionnelle et au champ de l'affectivité. Avec l'empathie et l'interexpérience naît la possibilité d'un 'Nous véritable', expression d'un 'Je' et d'un 'Tu' chez M. Buber et de la rencontre chez Levinas (deux auteurs que je ne pourrai pas honorer dans cette recherche).

Phénoménologiquement parlant, l'inter affectivité n'est-elle pas une terre sur laquelle je me *sens* marcher à côté de l'autre, avec lui, en lui et lui en moi; elle est

l'horizon qui me permet de m'apercevoir avec lui et le sol de notre (cor)relation, notre trait d'union ? Sans elles, comment puis-je me sentir, le sentir, nous sentir - re-sentir - ? Au-delà de la finitude de nos corps, le tissu qui nous relie est fait de tonalités affectives dont la couleur caractérise nos identités. Je prends un exemple saillant pour moi, l'étranger. Lorsque j'ai changé de pays et de langues, forcé de dépasser les frontières de mes habitudes, je me suis rendu compte combien l'affectivité (ressentie ou exprimer) pouvait venir à mon secours pour 'é-changer' l'expérience des vies, pour me relier à l'humain en face de moi, attirer chez lui une alliance à travers un sourire, un regard, un rire, un silence et toute une gamme d'émotions et d'états d'âme. Au contact de l'affectivité choisissant ses formes, j'ai réalisé à la fois que me se sentait perdu et sur une terre inconnue, à la fois que, par la fibre affective, tout lien trouve sa pousse. L'expérience de l'étranger telle que je l'ai vécue a souvent été celle d'un lien affectif ou émouvant à l'environnement anthropologique, topographique, écologique. En faisant l'expérience de changer de pays s'est donné l'occasion d'une ouverture à l'affectivité, et par elle, *une expérience d'altérité* dont le métissage constitue l'ultime expression de la force vivante de l'émouvoir et de la fonction alchimique de la dimension émotionnelle.

9.5 La question de l'Autre : un dépassement affectif ?

Questionner la notion d'expérience m'a amené à la thématique de la Vie. Métaphoriquement, l'affectivité est apparue une fois encore comme l'artiste et la chorégraphe d'une même danse jouant la scène du sens donné à l'existence. Le mode de relience à ce qui dépasse mes contours, qu'ils soient perceptifs, cognitifs, réflexifs ou affectifs, bref ce « plus vaste que moi » rapproche du cœur de l'être et au plus précieux de soi-même. Le terme de hiérophanie désigne une donnée universelle constitutive *du champ expérientiel de la condition humaine,* celle qui révèle le *sacré*, lui donne accès par apparition de phénomènes inhabituels, inexplicables, inaccessibles à la sensibilité courante et à la raison par la perception usuelle. Le corps est présent dans cette aventure, celle du cœur en particulier. Nommé de différentes manières, l'Autre chez M. Buber, le numineux chez R. Otto, Dieu, le christianisme chez M. Henry ou l'immortel ami chez J. Krisnamurti, le sacrée peut enfin désigner *l'expérience affective du divin* (chez Jung). Un point commun à toutes ces formulations est qu'elles sont emblématiques d'une reliance à une instance indicible. La nature affective et émotionnelle évoque par analogie la notion de figure d'attachement dont les caractéristiques, brièvement

exposées, sont la qualité de présence offerte et vécue, la rencontre d'un état de quiétude (sentiment sécure), de confiance liés à un sentiment d'amour inconditionnel, de bienveillance. L'ensemble est propice à l'autonomie dans l'action, à l'exploration du monde et à la création. La dimension sacrée, divine ou mystique convoquent à la fois une expérience dont la nature dépasse le rationnel et le prévu, la perception ordinaire de l'espace et du temps tout ouvrant un espace de sérénité, de sécurité, de confiance, de reconnaissance ou de gratitude et de joie, mais aussi d'angoisse ou de crainte. Des moments d'angoisse, au bien-être jusqu'au sentiment d'accomplissement, la palette des faits affectifs rencontrés pointe des phénomènes similaires à ceux décrits dans la littérature scientifique sur les liens d'attachements entre humains.

Le champ affectif au minimum accompagne une expérience qui peut être fulgurante (expérience paroxystique), éphémère ou continue (expérience mystique), progressive (expérience intuitive), vécue comme un accomplissement et une plénitude (expérience optimale). La conversion à soi, à l'autre et au grand Autre proposée par R. Misrahi (2008) n'est-elle par une praxis de l'ordre de la *mentalité mystique* (Honoré, 2014) ? Une praxis l'expérience de s'émerveiller devant le sublime de la vie (en soi, chez l'autre, dans le monde), comme face aux moments de l'existence les plus scandaleux pour le moi (Hillesum, 1995), ou devant la rencontre avec un principe absolu (Worms, 2010). En risquant un amalgame entre ces différents processus, ces personnes que l'on qualifie de différentes manières montrent à des degrés variables, une manière nouvelle d'envisager la vie. Pour certaines d'entre elles, encore une fois, cette expérience intérieure ne reste pas intime, purement privée, elle s'extériorise dans une vie sociale. Avec une *vigueur affective* transcendante ou immanente elles se tiennent dans le monde depuis le contact à une vie intérieure et intime, plus ou moins corporeisée, comme étant l'expérience ultime d'elles-mêmes et du monde.

9.6 L'expérience dans le monde de la vie : une relation vitale

Mais comment se joue et se manifeste l'expérience intérieure, quel lien ce vivre intime a-t-il dans le monde et dans un *vivre ensemble ?*

> Sans cet autre terme qui est le monde, le Moi n'aurait pas d'existence ; c'est en effet dans la résistance que lui oppose le monde extérieur qu'il se découvre lui-même, et c'est par rapport au monde extérieur que s'affirment, dès l'abord, et les états sentimentaux et les désirs d'action. (…) C'est une donnée de notre expérience que, à notre Moi, s'oppose quelque chose qui lui est extérieur. La pensée reste absolument incapable de remonter plus haut que cette donnée qui,

> constamment, partout dans notre vie, ne cesse d'affirmer cette opposition comme la plus élémentaire de toutes les relations. (Dilthey, *cité par* Zaccaï-Reyners)

On l'aura compris, cette expérience vécue est infaillible, elle est la relation vitale. Elle s'édifie dans son mouvement immanent. A chaque expérience correspond une nouvelle affection du Moi, tissée à la fois dans une dimension verticale comme on l'a vu plus haut mais aussi, une dimension horizontale, celle de la communauté. Mon expérience ne peut être isolée en aucune manière de l'environnement dans laquelle elle se fond. Les deux dimensions horizontale et verticale s'affectent l'une l'autre dans un système interactif. La *socialisation et l'individuation sont cooriginaires.* Leur mode de rencontre passe par le langage, la mise en sens, la réflexion et sont à l'origine de l'intercompréhension. Pour appréhender l'expérience vécue dans toutes ses dimensions, il convient de prendre en considération la relation entre *la diversité des conduites vitales et les énoncés exprimant l'expérience de la vie.* Dans ce registre de la vie, les énoncées de l'expérience affective ne sont pas écartés, le partage sociale des émotions mais aussi son silence constituent le terrain de compréhension de la vie sociale. Entre la conscience du sujet et celle de la communauté, de la société se construit une identité de la personne sociale à partir d'un savoir dont l'origine mérite d'être questionnée.

9.7 La conscience affective : l'expérience d'un mode d'être

Comment se fait-il que je sente autrement que sache ? Cette question posée par F. Alquié confronte les discours sur la rationalité qui ne peuvent penser l'être que comme objet en leur opposant le pragmatisme de l'expérience affective qui elle, vit si intensément l'être, qu'elle ne peut le penser. La conscience affective résiste aux assauts de l'objectivité :

> La conscience paraît alors transcendante à ce dont elle est consciente, et l'affectivité, n'échappant pas à cette loi, se voit attribuer une intentionnalité propre. Aussi, le degré suprême de la conscience paraît-il être l'attention. (…). (Alquié, 1979, p. 18)

L'attention est reconnue comme un élément crucial présenté dans une alliance irréductible à la fois à la conscience - on le savait -, mais de façon inattendue, se voit reliée à l'affectivité. Ce point en particulier sera étudié par la suite. On ne peut opposer le savoir discursif de la pensée à l'immédiat de l'affectivité. La conscience affective ne peut être traduite qu'en partie par celle intellectuelle. La lenteur et le silence sont les attributs de la posture vraie du philosophe qui sait mettre en suspens la conscience

intellectuelle. La phénoménologie nous le montre bien, et va plus loin en trouvant des voies pour rendre silencieuse notre affectivité 'mondaine' ou plus ordinaire.

9.7.1 Deux sentiments de la conscience affective : l'angoisse, l'amour (et le désir)

A travers l'évocation de l'angoisse et de l'amour, la conscience affective fait entendre deux manières fondamentales de refuser ou d'ignorer l'objectivité, et avec elle, la rationalité de la conscience intellectuelle. A rebours de cette évidence, dans l'amour et le désir, ces deux consciences s'accordent. L'expérience affective de l'amour et du désir ramène au-devant de la scène l'exigence de la conscience affective. Le savoir rationnel se voit dans l'obligation de se ranger devant une autre instance et une autre logique, celle de la foi, de l'espérance. Dans le domaine de l'angoisse comme dans celui de l'amour, la conscience quitte l'utile, le nécessaire, elle obéit à d'autres lois que la raison ne peut saisir, mais seulement s'en extasier (dans l'esthétique), s'en offusquer (face aux incohérences), et se scandaliser (face à la mort).

L'angoisse sous un certain éclairage donne à voir un renversement du sens de l'émotion généralement admise comme étant ce qui me sort ou me jette hors de moi (é-motion). Or dans l'angoisse, nous sommes plongés dans nous-mêmes, immergée dans cette conscience affective et dans son expérience. Penser que le moi est ailleurs est une illusion de la conscience intellectuelle dépassée par un courant qu'elle ne peut contrôler.

En ce sens, l'affectivité est rupture - comme cela a été maintes fois répété - et avec F. Alquié, *rupture avec l'utile et le nécessaire*, cet univers où la connaissance nous jette. Ainsi, dans une pensée radicale, il est possible de dire que nulle explication, nulle objectivité n'atteint l'expérience affective dans son essence. La conscience affective possède son propre langage, ses propres signes, et en ce sens, le *mystère de l'expérience ne peut être approché que par l'affectivité.* La conscience intellectuelle vient toujours après cette dernière.

9.7.2 Un savoir affectif : l'expérience du vivre hors du temps et de l'espace

Dans cette citation se donne toute la profondeur et 'l'arrogance' de l'affectivité au regard de l'objectivité :

> on pourrait dire alors que son expérience [celle du présent vécu] est expérience de l'éternel, et retrouver la vérité de l'affirmation spinoziste selon laquelle « nous

> sentons et expérimentons que nous sommes éternels ». (…) ***La conscience affective ne compare rien, ne note rien. Elle vit un éternel présent***. (*Ibid.*, p. 132, 133). (Je souligne).

Devant ce tableau, il est difficile de repousser l'idée d'un *savoir affectif.* Ce que Pascal avait bien compris. Le cœur a ses raisons que la raison ignore. La conscience affective – subjective - touche une évidence que la conscience intellectuelle - objective – n'atteindra jamais que la première peut être élevée au statut de *savoir.* L'expérience affective nous connecte à une forme d'absolu, autoritaire face à la raison. La vie quotidienne nous le fait voir avec éclats dans le meilleur et comme dans le pire.

> Dans l'affectif, l'être, pour la première fois, semble se manifester de façon irrécusable et directe. Dans ce cas, en effet, l'être à atteindre n'est autre que celui que nous sommes pour nous-mêmes. Notre certitude peut dès lors devenir totale. La chose recherchée ne participe pas de l'extériorité, que peuvent mettre en doute idéalisme ou solipsisme. Elle est notre sensation, notre tristesse. Elle est, par nature, évidence. (*Ibid.*, p. 176)

9.8 L'expérience : l'équilibre entre l'agir et l'éprouver

L'expérience se révèle être un saut dans l'inconnu, sans être totalement en rupture avec le passé dans certains cas, alors que dans d'autres, sa trame semble être constituer dans l'inédit absolu. Dans l'une ou l'autre figure, elle est révélation et transformation. Elle est herméneutique et heuristique dans son essence. La réalité fondamentale de l'expérience porte une vitalité affective optimale lorsque *l'équilibre entre l'agir et l'éprouver* est atteint. La quête de cette harmonie constitue le travail de l'intelligence.

Rapports dialogiques entre l’affectivité et l’expérience

La figure ci-dessus illustre combien phénoménologiquement, l’affectivité et l’expérience sont tissées dans une trame serrée. On le voit dans nos vies, sous certains aspects et à certains moments, l’une recouvre l’autre. La voie de l’émotion pour sonder l’expérience et la voie de l’expérience pour sonder la dimension émotionnelle et le champ de l’affectivité m’apparaissent inséparables, complémentaires et fécondes. Ce constat renforce l’intérêt (pour et) de ma recherche, la posture à la première personne adoptée, dans une tonalité qui *ose ‘l’ému’* jusqu’au bout en insérant des pans expérientiels – donc affectifs - du chercheur dans le cours de son étude. Les éléments recueillis dans ce premier chapitre confirment la valeur ajoutée d’entretiens de recherche ciblés sur l’expérience d’homme ou de femme émus tels que j’ai voulu les mener, c'est-à-dire, en laissant la personne *se livrer dans son expérience* et depuis elle. L’expérience est situationnelle dans un contexte, à la fois rupture et continuité ; elle porte un principe d’interaction.

9.9 L'expérience et l'affectivité : peu de place au corps et au mouvement ?

Dans un regard à rebours, le constat d'une présence plutôt discrète du corps et du mouvement se réitère. Bien que cité comme étant un élément fondateur, le corps reste le parent pauvre dans les écrits consultés, malgré l'intérêt dont a témoigné Depraz dans l'introduction à la phénoménologie, celui de Petimengin pour l'expérience intuitive et certains propos de Dewey. Aurais-je trouvé plus d'éléments du côté de l'art et de l'expérience esthétique, ou dans une investigation dans les pratiques d'accompagnement[251] ? C'est avec un sentiment d'incomplétude que j'arrive au seuil d'une exploration. Les auteurs conviés à ce moment de ma recherche vont-ils m'offrir une matière plus substantielle pour penser la dimension expérientielle de l'affectivité en incluant celle d'un corps, du corps davantage ressenti et vécu que pensé ?

[251] Je pense à celles relatives à la gestion des conduites émotionnelles et comportementales envisagées à la fois dans le champ du thérapeutique, de l'éducation au soin et du curatif.

CHAPITRE 2 : LE CORPS, L'ACTION, LE MOUVEMENT ET LE SENTIR COMME PARADIGME DU VIVRE

1. L'INTEGRATION DU CORPS COMME ACTIVITE CHEZ J-F. BILLETER

La dimension d'inconnu est au fond du corps et dans son activité,
elle n'est plus quelque part au-dessus.
Jean-François Billeter

1.1 Les régimes de l'activité

Billeter m'a d'emblée séduit par son accessibilité, la véracité de sa description de faits banaux de la quotidienneté. Bien différent d'un style littéraire scientifique de nombreux autres phénoménologues, il me fallait cela pour m'introduire dans ce champ sur les émotions et sur l'affectivité :

> Cette façon d'appréhender l'expérience que nous avons de nous-mêmes lève toutes les difficultés qui résultent des oppositions traditionnelles de l'âme et du corps, de l'esprit et de la matière, voire (…) de la conscience et de l'objet. Mais elle ne les lève pas d'un coup de baguette magique. Elle nous permet de nous dégager peu à peu de ces oppositions anciennes en observant notre expérience de façon nouvelle – et de nous en faire une autre idée. (Billeter, 2012, p. 14)

J.F. Billeter propose que l'expérience - terme décidément incontournable - soit *le substrat familier de nos activités conscientes* trop proximales ou communes pour nous y intéresser. Le langage disparaît du centre de la conscience dès que nous nous intéressons à percevoir la réalité des choses, à nous en approcher vraiment pour savoir ce qu'elle est. Le verbe « savoir » en français n'implique pas de relation de proximité avec la chose sue, or la notion d'expérience, on l'a vue, justifie une autre traduction du savoir. Le champ sémantique chinois désigne cette proximité par le terme *Tcheu* : il désigne un objet conçu comme présent d'une façon ou d'une autre (Billeter, 2010, p. 18). Or, pour que cette réalité nous apparaisse, il nous faut *changer le cours de nos activités :* s'arrêter, par exemple ou suspendre notre action, attention (épochè). Cette transformation est concomitante de la modification des rapports entretenus entre la conscience et l'inconscience :

> Pour mieux caractériser ces phénomènes je parlerai des 'régimes' de l'activité au sens où l'on parle des régimes d'un moteur, c'est-à-dire des différents réglages auxquels on peut le soumettre, produisant différents rapports et différents effets de puissance. (*Ibid.*, p. 43)

Ces variations de régime se font continuellement dans notre vie quotidienne, mais nous n'y prêtons pas attention ni n'en faisons l'étude réfléchie. Pourtant, ces régimes naissants de la conscience la transforment et font la qualité du vivre et sa rythmicité vivante. La notion de corps s'introduit dans la pensée du philosophe dans une direction différente et non conventionnelle, sans exclure les autres. Il invoque une notion assez proche de celle de Spinoza, celle du corps comme une activité – comme de l*'activité* qui par moment devient en partie sensible à elle-même, c'est-à-dire consciente. Dans certaines situations, le *régime où l'activité est complète ou entière,* c'est-à-dire quand elle recrute toutes nos facultés et toutes nos ressources connues et *ignorées*. Cette forme d'activité ne s'épuise pas d'étonnement et d'interrogation. C'est ce que Spinoza avait bien relevé :

> Personne n'a encore acquis une connaissance assez précise des ressorts du Corps pour en expliquer toutes les fonctions, et nous ne dirons rien de ce que l'on observe souvent chez les animaux et qui dépasse de loin la sagacité humaine, ou des nombreuses actions qu'accomplissent les somnambules pendant leur sommeil et qu'ils n'oseraient pas entreprendre pendant la veille ; tout cela montre assez que le Corps, par les seules lois de la nature, a le pouvoir d'accomplir de nombreuses actions qui étonnent son propre esprit. (Spinoza, 1954, p. 184)

Je comprends la notion de *conatus* spinozien comme le passage d'un régime à un autre et le processus de transformation, de tendance à l'accomplissement qu'il porte en lui avec des tonalités aussi variables de la joie, de l'ennui ou de la tristesse[252].

[252] J'ai abordé la pensée du philosophe hollandais dans ma recherche de mestrado (Humpich, 2007) (Annexe 2). Pour Spinoza, l'affectivité est le corps et l'image du corps, les mouvements qui les animent constitue une seule substance en transition d'un état d'agir vers un autre état d'agir. Cette capacité d'agir peut être accru, restreinte ou empêchée. Une qualité de transition et cette capacité de mouvement traduisent un effort ou l'exercice de la force d'exister d'un être. En raison même de ce mouvement de passage qu'elles sont, les affections sont actives : « Les affections (affectio) indiquent donc ce qui arrive au corps et, à un second titre les effets de ce qui touche le corps. Elles sont des traces corporelles de ce qui nous affecte et dont les idées enveloppent et la nature du corps affecté et celle du corps affectant.» (Spinoza, 1954, p. 137) Nous voyons ici combien le corps est déterminant dans l'affectivité. Nous remarquons qu'il a le pouvoir d'enrichir et d'orienter les idées : « (…) Plus un corps est apte, par rapport aux autres, à être actif ou passif de plus de façons à la fois, plus son esprit est apte, par rapport aux autres, à percevoir de choses à la fois (…).» (*Ibid.*).

1.2 Le corps : essence de l'activité entière, nécessaire et spontanée

Les hommes font tous état de ce que leur connaissance connaît,
nul ne sait ce que sait que connaître en prenant appui sur ce que la connaissance
ne connaît pas. N'est-ce pas là une grande source d'erreur ?
Tchouang-Tseu

En concevant le corps autrement, en l'assignant à la notion d'activité comme totalité des facultés et des forces inconnues comme celles connues de nous, J.F. Billeter suit la pensée de Tchouang-Tseu : le corps est notre grand maître (2010, p. 50). Cette vision a des conséquences sur l'hégémonie de l'esprit et inverse les représentations. Elle s'illustre dans la pensée de Montaigne pour qui *si l'esprit dérape, c'est à cause de l'esprit lui-même, dès lors qu'il cesse de se laisser guider par le corps*[253].

Le corps comme totalité des ressources, des forces et des facultés connues et ignorées

(à partir de J. F. Billeter)

Prenant l'exemple du musicien, Billeter s'émerveille devant une progression propre à l'intégration d'un savoir-faire qui ne peut faire l'économie d'un savoir-être. La présence au geste est inhérente à la perception du corps et au raffinement, celui-ci menant par un mouvement vers le bas dans les profondeurs du corps à la formation de l'émotion ; émotion montée vers le haut dans un geste qui le rend émouvant. Dans un achèvement ultime, la synthèse de toutes les ressources apparaît dans le style. Dans un même mouvement, le musicien devient spectateur de sa propre activité. Dans certaines

[253] Cité par J.F. Billeter (2010), p. 51.

expériences, le régime est ascendant à un point tel qu'il relève d'une activité *dite céleste,* source d'efficacité 'extra-ordinaire', de vie et de renouvellement. Chaque geste produit, dont le plus simple (prendre un verre) est une puissance agissante. L'auteur s'interroge sur l'origine de ce qui prend ce verre, pousse une porte ou fait glisser à merveille l'archet sur la corde. Certes, ces gestes sont le résultat d'une décision d'un sujet qui capte des désirs, une combinaison de réminiscences, de besoins et de calculs. Mais quand le geste est pleinement intégré, il est possible de confier au corps le soin d'agir. La conscience se tient au-dessus ou ailleurs, disponible à d'autres phénomènes sans pour autant quitter l'action.

1.3 Une physique élémentaire de la subjectivité[254]

Ah, si je connaissais un homme qui oublie le langage, pour avoir à qui parler !
Tchouang-Tseu

En s'intéressant aux discontinuités de la conscience et aux paradoxes qui les accompagnent, aux modifications des régimes de l'activité, Billeter postule que la conscience ne serait que le témoin d'une activité dont seul le corps a la souveraineté car dans « le spectacle de ces réalisations, rien ne signale l'existence d'un « Je » qui serait la cause du geste » (*Ibid.*). L'agir est ailleurs que dans la conscience du faire, il est enfui dans les profondeurs du corps. « Nous nous sentons libres quand notre activité se mue en cause *efficiente* et produit du nouveau » (*Ibid.*, p.49). Le nouveau ne surgit qu'à la condition de laisser faire le corps :

> C'est ce que fait un artiste, un musicien par exemple, lorsqu'il met les moyens qu'il maîtrise au service d'intuitions ou d'émotions dont il n'est pas le maître. C'est aussi ce que fait chacun d'entre nous quand, à l'occasion, il parle de façon inspirée. (Billeter, 2010, p. 59)

Dans cette optique, l'émotion est une source, une « re-source » et désigne un phénomène d'intégration. Elle peut libérer le corps d'un conflit qui le paralysait et lui rend la vie. *L'émotion est la métaphore charnelle de la remise en mouvement du corps, de sa puissance d'agir augmentée dans la joie, diminuée jusqu'à l'immobilité dans la dépression*. Dans une autre orientation, l'auteur applique la notion d'activité à la grâce (pensons au musicien et à l'accomplissement de son art) qu'il traduit comme

> le passage inopiné à un régime supérieur de l'activité qui semble miraculeux à celui qui agit aussi bien qu'aux autres. (*Ibid.*, p.74)

[254] Expression utilisée par l'auteur telle quelle (Billeter, 2010, p.62).

Le 'nouveau' paradigme que propose Billeter est antagoniste à l'ancien qui plaçait le mystère ailleurs et inaccessible, donnant à la religion tout son pouvoir sur la vie. La force de l'activité, comme ressource la plus intime, n'est plus à chercher à l'extérieur,

> la dimension d'inconnu est au fond du corps et dans son activité, elle n'est plus quelque part au-dessus. (*Ibid.*, p.77)

Ce renversement subversif au regard d'une pensée théologienne, unifie les tendances et les polarités. Le vivre dépend d'un rapport au corps, d'une attention posée aux variations au sein de son activité - en tant que mouvement au sein de toutes les activités de la personne - comme l'expression d'une puissance d'agir. En tant qu'affectivité, sa caractéristique s'énonce par un sentiment de liberté dans le vivre. L'homme retrouve sa puissance d'agir et par-là, sa pleine humanité. Il gagne en présence par sa façon d'obéir à son mouvement.

1.4 Un paradigme du vivre : l'art de se laisser porter par les courants

C'est en se laissant porter qu'on rentre dans la Grande activité.
Tchouang-Tseu

L'idée que nous nous faisons de la subjectivité
et du sujet nous empêche de les percevoir.
J.F. Billeter

Avant d'être au cœur de la pensée, l'activité dont nous parle J.F. Billeter est au cœur de l'expérience. Il y a là une forme de connaissance où la conscience, informée de ce qui se passe dans le corps par la cénesthésie et la kinesthésie, se tient à distance et spectatrice à une activité qui s'opère sans elle. Le Tchouang-tseu désigne par le verbe « *yeau* » la notion de « se balader », « évoluer librement », ou « nager » qu'il faut comprendre ici comme relevant de

> l'art de se laisser porter par les courants et les tourbillons de l'eau et d'être assez à l'aise dans cet élément pour percevoir en même temps tout ce qui s'y passe. (…) *yeau est intimement lié à une appréhension visionnaire de l'activité.* (Billeter, 2010, p.68) (Je souligne)

Ainsi, *Yeau* désigne un régime d'activité dans lequel la personne est libérée de tout souci pratique, spectatrice de ce qui se joue en elle. Pour le dire autrement, prenons la métaphore courante « nager comme un poisson dans l'eau ». La conscience, elle aussi libérée, peut se poser ailleurs et *en visionnaire*. Le lien avec l'attention ou plus

justement, la disponibilité attentionnelle est marquant. À ce propos[255], le philosophe évoque un processus similaire à l'émotion : *l'une et l'autre nous pousse à regarder en dedans de nous, elles agissent sur notre activité comme un principe d'intégration*. Billeter postule l'existence d'une activité - le corps - dont l'exercice qui consiste à en prendre conscience constitue un dépassement ; ce dernier s'érige en paradigme du vivre. Un vivre ayant des lois que la simple attention met en évidence en même temps qu'elle le stimule. Ces lois altèrent la personne et se manifestent au niveau des émotions. Tout en reconnaissant l'appui de la pensée spinoziste chez cet auteur, nous avons un premier éclairage simple et donc abordable d'une conception du vivre reliée en creux avec celle du corps ; ce dernier y trouve une place réelle et attribue à sa prise en compte une valeur ajoutée dans notre existence. Avec une attention dirigée vers la perception immédiate de soi-même - « *et pour cela n'écoute-pas avec ton esprit, mais avec ton énergie*[256]» nous dit Tchouang-Tseu-, dans une présence du corps propre à lui-même qui n'a rien à voir avec la saisie intellectuelle :

> Nous touchons véritablement ici aux données élémentaires de l'expérience, à l'infiniment simple - ou à l'infiniment proche, au presque immédiat (…). Notre activité propre se percevant elle-même est le fondement de notre conscience et de notre subjectivité. Le ''jeûne de l'esprit'' (sin-tchai), c'est le retour à ce fondement le plus simple et le plus proche. (*Ibid.*, p. 96, 97)

À la faveur de la pensée de Billeter, l'ancrage au corps vécu se dévoile comme un élément indissociable de l'action (et) du vivre. Mieux, le corps est cette action, ce par quoi le phénomène du vivre se manifeste. Cette pensée renvoie à l'expérience du Sensible qui est la mienne, c'est-à-dire à une nature de vécu du vivre qui ne se trouve pas ailleurs que dans mon corps et par lui. Quelle nouveauté pour moi, pour celui qui en fait l'expérience ! La nouveauté, avancée dans les propos de l'auteur, porte avec elle une contingence émotionnelle, quand, lorsque laissant faire le corps, le mouvement qu'elle est en définitive se dévoile à nous. Là encore, j'ai fait le lien entre la performativité de l'agir du musicien et l'art du soin ou du geste chez le praticien en pédagogie perceptive. J'utilise le terme de *performativité* au sens où Grotowski l'entendait, c'est-à-dire, ces accidents qui nous sortent de nos habitudes et nous plongent dans la vie (Leao M. , 2003). Les descriptions de J.F. Billeter (Billeter, 2010 ; 2012) évoquent à merveille l'expérience subjective et la tonalité rencontrées dans mes accompagnements en psychopédagogie perceptive.

[255] Nous étudierons ce thème fondamental dans une section ultérieur avec certains travaux de Natalie Depraz, notamment à travers son dernier ouvrage, *Attention et vigilance* (2014).
[256] *Ibid.*, p. 96.

Le philosophe en définitive s'attache à 'notre' *liberté subjective*, à désentraver la pensée par une *régression salutaire* afin de *retrouver la sensibilité avec les données les plus élémentaires de l'expérience.* Ces données se manifestes par de données affectives telles que la joie, la tristesse, l'angoisse ou la grâce.

'Fusionner' l'activité au corps, au mouvement et à la vie, l'ensemble étant *relié par l'émo*tion, et notamment celle du *désir,* c'est placer le questionnement de la dimension émotionnelle et du champ de l'affectivité comme un phénomène dont l'élucidation ne peut s'obtenir *à l'écart de celle du corps et du mouvement*. Nous avons là deux piliers de la pratique de la psychopédagogie perceptive sur lesquels je reviendrai. Le schéma suivant figure les liens entre les différents éléments développés dans cette section qui introduit la phénoménologie de l'affectivité. Billeter propose une physique élémentaire de la subjectivité. L'écart entre les régimes de l'activité subjective et l'activité objective tient dans l'attention et la présence aux variations de l'activité que la personne peut avoir dans sa pratique, et ce, quel que soit l'objet de celle-ci. Le régime d'activité est une puissance d'agir d'autant plus opérante qu'elle est perçue par le sujet (le musicien comme le praticien en pédagogie perceptive) et accordée à l'action. Les *données affectives* sont les métaphores et résonances thymiques du degré de congruence ou de dissonance entre l'activité subjective et l'activité objective d'une part, le degré de présence et d'attention reliant à la fois le geste et l'âme qui la sous-tend. Le yeau désigne l'accordage 'parfait' dans lequel l'activité est portée, totalement libérée et fluide (je pense à l'expérience optimale et intuitive abordées au chapitre précédent). Pour Billeter, nous pouvons comprendre la tristesse, la joie, ou la grâce comme l'expression d'un grand écart pour la première, d'une proximité pour la seconde et d'une fusion ou d'un entrelacs pour la troisième, cette dernière étant nommée l'activité céleste. Lorsque le régime de l'activité stagne complétement, aucune variation ne dynamise le ton de l'existence ; cette allure particulière peut conduire à la dépression. Expérientiellement, la conception de la physique élémentaire de la subjectité proposée ici corrobore mes vécus, et peut s'appliquer à la pratique de la pédagogie perceptive tant au niveau de toucher relationnel que de la gymnastique sensorielle. Je remarque la dynamique temporelle de l'activité céleste et son appréhension visionnaire, elle m'évoque le concept de l'advenir de Bois (2009) dans la mesure où elle est une activité collée au présent, libérée de toute tension réflexive et volontaire, ouverte à l'inconnue, manifestant une présence totale du sujet à lui-même et à l'activité interne.

Les régimes de l'activité :
Physique élémentaire de la subjectivité et données affectives
(à partir de J.F. Billeter)

En quelque sorte, Billeter nous a 'dressé la table'. Il me permet de rentrer dans le vif du sujet, me préparant à une approche de la phénoménologie du corps et du mouvement plus dense, celle de Renaud Barbaras.

2. LE VIVRE ANCRE DANS LE MOUVEMENT CHEZ R. BARBARAS

Il y a donc bien un sens premier du vivre,
une vie originaire qui est neutre vis-à-vis de la distinction entre se mouvoir et signifier,
se faire être comme vivant et faire paraître le monde qui lui répond.
Renaud Barbaras

Comme Billeter, Renaud Barbaras questionne la présence d'un principe d'altération[257] et de construction orchestrant le vivre. En se référant à Dufrenne puis à Merleau-Ponty, il questionne l'existence d'une affectibilité[258] du sujet à partir d'un autre

[257] Dans le langage courant et même quand on cherche son synonyme, on aperçoit une connotation plutôt négative à ce terme. Or ici comme tout au long de cette recherche, l'adjectif « altéré », le verbe « altérer », le mot « altération » auront la signification de modification de la qualité d'une chose, d'un état, d'une relation, etc. et ce, sans un jugement de valeur et surtout pas négatif.
[258] Le terme « affectibilité » définit l'aptitude pour une personne à se laisser affecter, et généralement par une réaction d'ordre affectif. Voir : http://www.cnrtl.fr/definition/affectibilit%C3%A9. Dans les écrits de

langage, celui de la *dynamique de la manifestation* (Barbaras, 2013), dont la source est la nature en tant qu'un « sensible » comme une force ontologique :

> La nature devient monde par l'homme, comme le temps devient histoire, mais elle a l'initiative de cette métamorphose en ce qu'elle suscite l'homme par qui elle s'accomplit. L'être n'est pas d'abord l'apparaître, ni le sens ou la lumière : il est l'impensable puissance de fond, la réalité qui peut apparaître, mais qui n'apparaît qu'avec l'homme et à l'homme, et qui produit l'homme pour apparaître. (Dufrenne, 1963, p. 164)

Cette affectibilité pourrait être désignée par le sensible comme le lieu où se brouille subjectivité et objectivité. Elle est un médium où il peut y avoir l'*être* :

> La persuasion silencieuse du sensible est le seul moyen pour l'être de se manifester sans devenir positivité, sans cesser d'être ambigu et transcendant. (Merleau-Ponty, Le visible et l'invisible, 1964, p. 267)

2.1 L'ordre dynamique du mouvement

Barbaras introduit le mouvement pour faire apparaître le sujet sans quitter pour autant la demeure invisible qui le constitue :

> Le mouvement n'est pas un état mais une transformation de son sujet en son être, un devenir (…) L'être en mouvement du sujet, pour autant que le mouvement est le sien et donc l'affecte en son être, exclut que le sujet existe hors du monde : il en peut séjourner que là où son indétermination et sa faiblesse ontologiques sont possibles, qu'en un site où elles peuvent être accueillies qui correspond toujours à une faiblesse ontologique, à un défaut d'être. (Barbaras, 2013, p. 81)

L'auteur assigne au mouvement, précisément à *l'ordre dynamique du mouvement*, la métaphore du vivre et de ses expressions. Par l'usage métaphorique, le langage se fait le complice de cette réalité. Ne parle-on pas de mouvement d'idée, d'humeur ou de sympathie, ou encore de mouvement social[259], politique, ou historique? Ne dit-on pas : « je suis tombé de haut », « je suis effondré », « je vais de l'avant » ou « je prends de mes distances »? Le mouvement se niche dans les moindres interstices du vivre subjectif et objectif. Il l'est tout autant dans la pensée et dans le sens (dans l'expression : « dans en un sens, voilà ce que je pense ») comme dans les dimensions les plus affectives (*Ibid.*, p. 94). Expliquer et vivre les phénomènes psychiques ou affectifs comme le mouvement mécanique d'un « corps subtil », c'est barrer la route à une métaphysique de l'immobilité, c'est abolir la scission entre subjectivité et objectivité,

---

Renaud Barbaras qui utilise ce terme, tout en se référant à la capacité de se laisser affecter, étendant sa compréhension à d'autres phénomènes que ceux de la réaction émotionnelle ou affective.

[259] Notons au passage que nous avons mot pour mot un des sens étymologiques de l'émotion. Voir la partie étymologie au chapitre 1 de la première partie.

c'est encore tourner le dos à l'abolition cogito-cartésienne de tout mouvement réel (ontologiquement indigne de considération) et de ce fait, du dynamisme du sujet lui-même réduit à une conscience dont le sol se réduit à l'actualité et l'immobilisme de la certitude du « je pense donc je suis » (Patocka, 2011).

Cet héritage pèse sur le phénomène de l'affectivité que revigore en quelque sorte la perspective du dynamisme et du mouvement. Dans cet esprit, c'est bien le mouvement qui fonde la compréhension et non l'inverse. L'entrée dans la vie et dans le monde est mouvement ; mouvement comme corporéité qui affecte le noyau du vivre et de l'existence elle-même. Cette pensée trouve appui dans la manière dont Patocka expose le premier mouvement de l'existence et son articulation avec tous les autres, avec l'existence elle-même :

> Sur le fondement de la corporéité, notre activité est toujours un mouvement *de … vers…,* elle a toujours un point de départ et un but. Sur ce fondement, notre existence est toujours chargée, quant à son activité, du poids du besoin, de la répétition, de la restitution et du prolongement de la corporéité propre. Le cercle de l'existence (exister en vue de soi-même, en vue du mode de son être) contient toujours d'une certaine façon le cercle de la vie qui accomplit les fonctions vitales afin de faire retour en elle-même – de telle sorte que la vie soit le but de ces modifications singulières. (Patocka, 1988, p. 105)

2.2 Corps et mouvement : pénétration active au sein du monde

Le sens premier du vivre passe par le corps et son mouvement sous la forme d'une *dynamique phénoménalisante* ou dit autrement, d'*une pénétration active au sein du monde* (*Ibid.*). On comprend mieux comment la puissance d'agir devient un attribut de la personne, un excès d'une puissance qui ne se réduit pas à son propre mouvement empirique tout en l'affectant toujours. Dans cette logique, le désir occupe une place décisive à la faveur d'une *dynamique affective altérante*. La vie ne se contraint pas à nos besoins. Elle est bien plus et autre chose. Elle est la manifestation fondamentale d'un désir :

> Vivre, et ce quel que soit le vivant concerné, c'est désirer. Seul le désir rend compte du dynamisme, de l'inquiétude ou de la quête incessante et tâtonnante qui s'attestent dès les formes les plus simples de la vie. C'est parce que tout vivant pressent pour ainsi dire le monde que son dynamisme propre est marqué par une forme d'insatiabilité. (*Ibid.*, p.127)

Dans la pensée de Barbaras, le mouvement par lequel moi et l'autre nous nous phénoménalisons n'est pas à proprement parler le nôtre car nous n'en sommes pas la source. Si tant est que nous sommes en mouvement, nous ne sommes pas les sujets de

notre propre mouvement, nous ne faisons que le prolonger, le phénoménaliser par nos présences, nous insérer en lui ; il ne naît pas de nous[260]. Il n'est autre que celui de la vie, de la Vie. Dans ce sens, je peux me considérer, pareil à vous et les autres, comme une manifestation du procès du monde et faisant partie d'une de ses affections et affectations au même titre que tous les phénomènes vivants de ce monde auquel vous et moi appartenons. Appliquer dans la relation à l'autre, cette insatiabilité s'impose à nous en tant que présence. C'est la dynamique du vivre et du monde en personne qui émerge dans son monde et qui nous affecte. Dans son dernier ouvrage, *La dynamique de la manifestation* - le titre est évocateur -, R. Barbaras réitère sa vision du vivre que j'interprète à ma façon comme posant une puissance affective au-delà de la métaphore ontique:

> C'est (…) parce que ce que nous vivons, c'est parce que nous avons reçu la vie en partage et nous inscrivons en elle, que nous sommes des êtres vivants. Ici, l'ordre ontologique est rigoureusement inverse de celui que la biologie contemporaine, marquée par le cartésianisme, met toujours en avant. (*Ibid.,* p. 152)

Dans ce retournement, le statut du corps se voit éjecté de la voie première dans laquelle il se trouvait sous une forme de désincarnation liée à l'incarnation (c'est un paradoxe) de la conscience comme seul élément et moment désignant son sens d'être. Dans la voie proposée par Barbaras, le corps est cette appartenance du sujet au monde et non l'incarnation d'une conscience passant accidentellement en lui et dont la justification se trouve ailleurs que dans son corps. Cette position philosophique ravive trois questions cruciales: *qu'est-ce qu'un corps? Qu'est-ce qu'avoir un corps? Puis, que signifie appartenir au monde?* Le corps devient une modalité d'être plutôt qu'une substance – un objet parmi les objets du monde. De là découle une autre interrogation : quelle est la modalité d'être qui nous inscrit dans le monde?

2.3 Transformation radicale du concept de corps et de mouvement

A la suite de Barbaras, pourrait-on poser la question, qu'est-ce qu'« être un corps »? Et donc, par conséquent, quels sont les liens à faire entre *avoir* et *être* un corps? Expérientiellement et théoriquement parlant, la psychopédagogie perceptive propose une réflexion sur cet aspect de la transformation du rapport au corps, avec

[260] Nous discuterons de ce postulat car reconnaître le jeu de la réciprocité - qui ne semble pas être présent dans le propos de cet auteur – met en perspective une autre position, plus proche de celle que Lavelle démontre dans son ouvrage « De l'âme humaine » (Lavelle L. , 1951, pp. 400, 427).

différents passages : « j'ai un corps », « je suis un corps » et enfin « je suis mon corps ». Pourrions-nous envisager un glissement par analogie qui mette en lien corps/être/émotion et affectivité? Peut-on penser le passage d'un processus dans lequel se jouent différentes postures, c'est-à-dire celles où « j'ai une émotion », puis, « je suis une émotion », à : « je suis mon émotion » pour finir par « je suis mon corps affecté » ? Certains éléments à mes questions trouvent des pistes de réponses dans la pensée barbarassienne. Une réponse 'vertigineuse' proposée par l'auteur bouscule ma pensée, celle d'une conception naïve du mouvement et s'avère être une rupture épistémologique :

> Le corps n'est pas une substance, ni un fragment de matière, ni un autre de la conscience qui viendrait l'habiter, mais un *certain mode d'être* qui n'est autre que celui de *ce mouvement phénoménalisant* qui s'est imposé à notre réflexion. Loin donc que le mouvement soit une propriété du corps, affirmation qui reviendrait à s'en tenir à un concept naïf du mouvement, le corps est une propriété du mouvement, c'est-à-dire ce qui est rendu possible par celui-ci ou encore déployé par lui. (*Ibid.,* p. 164) [Je souligne]

Poussant son résonnement plus loin, R. Barbaras propose un autre renversement :

> La signification du corps à partir du mouvement signifie alors que la vie n'est pas une propriété ou une modalité du corps (…) mais le corps est une propriété de la vie, plus précisément, ce qui est constitué, réalisé, ou plutôt déposé par elle. Ce n'est pas parce que nous avons un corps que nous sommes vivants mais bien plutôt parce que nous sommes vivants que nous avons un corps. (*Ibid.*)

Dans cette logique, le statut du désir se trouve bouleversé, il n'est plus une modalité du corps, ni retenu comme un affect dans le sens habituel. Nous sommes face à un corps désirant - *un corps de désir* - entendu comme une aspiration fondamentale de la vie : **exister comme corps et désirer veulent dire la même chose !** On rejoint la ligne de pensée de Merleau-Ponty pour qui,

> l'épaisseur du corps, loin de rivaliser avec celle du monde, est au contraire le seul moyen de que j'ai d'aller au cœur des choses, en me faisant monde et en les faisant chair. (Merleau-Ponty, Le visible et l'invisible, 1964, p. 178).

Dans cette version de l'affectivité, je devrais utiliser plus justement le terme « affectibilité », c'est-à-dire aptitude et disposition à être affecté, le corps, sujet du recentrement de son apparaître prend une place centrale au dépens de la conscience. Le corps et le monde sont les deux feuillets - les deux versants - d'une chair définie comme un mode d'appartenance de l'être. Une fois encore, Barbaras se réfère au phénoménologue du visible et de l'invisible et à ses propos attribuant à la chair une signification originale en lui conférant une capacité de se laisser altérer par deux phénomènes entrelacés : l'appartenance et la phénoménalisation.

> La pellicule du visible n'est que pour ma vision et pour mon corps. Mais la profondeur sous cette surface contient mon corps et contient ma vision. Mon corps comme chose visible est contenu dans le grand spectacle. Mais mon corps voyant sous-entend ce corps visible, et tous les visibles avec lui. Il y a insertion réciproque et entrelacs de l'un dans l'autre. (*Ibid.*, p. 182)

Le passage de la chair, c'est-à-dire de la chair du monde, et c'est ainsi que je le comprends chez Merleau-Ponty, à ma propre chair, semble être la possibilité même de mon appartenance au monde et de sa phénoménalisation. Selon Barbaras, confier à la chair la charge de l'éclosion de l'apparaitre, comme le propose Merleau-Ponty, c'est retomber dans le dilemme d'un substantialisme auquel il faut renoncer. A la faveur de la dynamique de la manifestation qui donne toute sa place au mouvement, Barbaras rebaptise la chair en *archi-mouvement* et le monde en *archi-mouvement du monde*. Le sujet contient le monde au sens où il le fait paraître tout en étant contenu par lui puisque le dynamisme du monde (*archi-mouvement du monde*) donne lieu au mouvement qui va le faire apparaître. Ce *double enveloppement dynamique* – formule la plus juste pour parler de l'entrelacs ou du chiasme – certifie en quelque sorte le mouvement subjectif comme partie du monde et *mode de motricité qui commande sa subjectivité*.

À ce stade de notre développement, nous atteignons un mode de mobilité fondamentale qui peut prendre des formes différentes, c'est-à-dire qu'il peut envelopper plusieurs modalités de mobilité. Par cette qualité, le monde est ce qui ne cesse de commencer ou de se produire, de donner lieu à lui-même et porte un procès d'advenir, un principe de naissance perpétuel. D'une parenté dynamique ontologique entre le sujet et le monde émerge une puissance d'être. Et par la simple capacité de se mouvoir naît un principe de surgissement de *quelque chose de la puissance du monde* [qui] *demeure dans celle qui commande notre mouvement* (*Ibid.,* p. 247). Dans cet entendement[261], je comprends que séjourne en nous la puissance de l'archi-mouvement privé de son infinité. De cette limitation naît l'écart et la distinction entre la chair du monde (le grand spectacle) et la chair de toute personne ; le sens ontique de notre désir prend forme dans *le désir d'être, d'advenir, de naître et de renaître à l'infini*. D'où l'insatiabilité d'un vivre qui hante le sujet. D'où l'accès à la compréhension de l'essence d'un désir, celui du corps avant tout et dont l'origine se relève à la faveur d'un écart :

[261] Dont la complexité apparente me laisse perplexe quant au rapport aux choses simples de la vie quotidienne…

> Autant dire que si le désir est bien désir de soi, visée de réconciliation, il ne possède d'effectivité que dans la mesure où la réconciliation est impossible, où le sujet du désir est définitivement séparé de son propre être. (*Ibid.*, p. 248)

Cette scission affecte l'être, le sujet jusque dans la chair qui en est la manifestation. La distinction entre le désirant et le désiré doit être faite. Dire que le sujet est désir, c'est consentir à ce que ce désir soit un mouvement, soit en mouvement dans une avancée vers le monde.

En désirant, *le sujet s'accomplit en même temps qu'il accomplit le monde,* puisqu'il y *a du monde en son être*. Ce jeu de réciprocité participe à l'essence de la dynamique de la manifestation. Il constitue la réalité d'une puissance, puissance de modification où se fait jour une mobilité liée à l'aspiration et à l'avancée d'une part, à la mobilité d'un *mouvement dont la genèse et la croissance excède toujours ses œuvres.* L'avènement du sujet est possible parce qu'il y a d'abord l'avènement d'un corps soumis à la souveraineté de la vie, dont l'essence de son paraître est le mouvement d'un vivant, le mouvement vivant. Loin que la vie ne soit réduite à ce qui découle de l'animation d'un corps - de la présence d'une âme dans un corps – *il y a en revanche une âme et un corps parce qu'ils sont des modalités de ce mode d'être singulier qu'est la vie elle-même*. Les dimensions possibles qui en découlent comme celle du corps, de la conscience et de l'affectivité ne sont rien d'autre que des manières pour le vivant de se rapporter à son milieu : elles ne sont pas des substances mais bien des modes d'existence. Corps et affectivité sont une propriété du mouvement au sens où leur modalité d'être ne peut être que celle du mouvement : « c'est dans le mouvement et seulement en lui que réside la vérité de la chair » (*Ibid.*, p.311). J'illustre graphiquement et dans une forme naïve les liens conceptuels nouveaux pour moi. A la faveur de mon expérience du Sensible, la proposition de Barbaras rebaptisant en quelques sortes le mouvement, le corps, la vie, le désir - et le cercle de la vie - fait sens. Elle explicite en partie certains de mes vécus un changement en tant que renversement de représentation qu'ils ont opéré. En rentrant dans la pratique de la pédagogie perceptive, c'est bien à travers la manifestation de la vie que la personne au contact de la dimension du Sensible, peut retrouver l'origine du monde, son ''intentionnalité'' comme mouvement de la vie et dans l'entendement barbarassien une dimension spirituelle incarnée.

Le cercle de la vie : renversement de la représentation du mouvement et du désir
Incidences sur le statut du corps
(à partir de R. Barbaras et J. Patocka)

Vu ainsi, la parenté du sujet avec le monde l'emporte toujours sur sa différence. L'efficience de la puissance telle que la définit Barbaras implique que le monde ne se retire pas derrière ses œuvres et ne se place pas devant elles ; il est toujours là, en présence dans une subjectivité que le sujet peut déterminer suivant l'orientation de son attention et de sa vigilance. Dans ce sens, l'individuation s'ancre dans un *das* plutôt qu'un *was*[262] (*Ibid.,* p. 316). Elle n'instaure pas une rupture avec le monde mais coïncide avec un état d'altération d'une continuité sous la forme du surgissement de frontières qui ne le dissocie pas de cette même continuité. L'individuation ne désintègre pas le sujet de sa vivante appartenance, elle en marque l'alliance physique, psychique et affective si bien qu'on peut juxtaposer différentiation et indifférenciation sans paraître incohérent. Mes propos sont synthétisés dans une version originale plus phénoménologique :

> Pour le dire en termes plus phénoménologiques, le propos de l'étant paraissant primairement est que ses horizons intérieurs glissent vers des horizons extérieurs, passent en eux, de sorte que leurs frontières demeurent mouvantes ou labiles,

[262] Ces termes allemand signifient : « *Was* » 'ce que' dans le sens d'un procès, *et « Das »* ' ce ' mais dans une affirmation matérielle qui renverrait à un « c'est cela ».

> comme si la parenté avec le monde l'emportait toujours sur la différence. (*Ibid.*, p. 317)

Si le mouvement est nous dans la mesure où il est en nous, nous le possédons à la mesure où il nous possède, et c'est bien cela qui nous caractérise et nous universalise comme des étants véritables dans le monde. Notre propre vie est la marque d'une inflexion singulière d'une vie qui nous précède, notre façon d'être affecté par elle et d'en altérer le cours et les manifestations. Vivre, c'est être possédé par la vie, mais c'est aussi être délaissé par elle, être dans l'épreuve d'une distance ontologique – *une chute hors de la vie* - que le vivre transitoire (en tant que finitude) cherche à combler.

En définitive, cette version de l'existence renvoie à un état et à un sentiment d'exil. « L'homme existe sur le mode de l'exil » (*Ibid.,* p. 348) car son rapport au monde est marqué par une séparation spatiale et ontologique. Ce monde se donne comme une reconquête qui s'accomplit sous la forme de ses apparitions subjectives, dont celles *des tonalités affectives ou des dispositions d'humeur* (coloration par les « états d'âme »). Ces deux dimensions de l'affectivité relèvent de la situation en totalité dans laquelle nous nous trouvons engagés, celle de la vie et non seulement celle d'un élément déterminé ou d'une dimension de cette situation.

À mes yeux, un point commun relie Billeter et Barbaras. Tous deux ont exposé la prégnance du corps, du mouvement et de l'action pour définir le vivre de la personne en nous entendant sur le fait que le *corps,* le *mouvement,* l'action et le *vivre* relèvent chez ces auteurs de sens et de significations particulières. À la fois plongée dans une réalité évidente et accessible du quotidien pour le premier, et désignant un univers plus hermétique et de façon 'abstraite' mais non moins passionnant pour le second, *l'affectivité y a été traitée dans une dynamique moins classique* faisant comprendre une dimension de ce phénomène dans ce qui relèverait davantage de l'ordre de l'essence ou d'un principe que de manifestations extérieures, symptomatiques, psychologiques ou psychosociologiques.

Je retiens des points de jonctions avec ma pratique et les vécus qui la fonde, comme l'assise épistémologique du paradigme du Sensible. Ce dernier est avant tout *un paradigme du mouvement scellé dans et par la subjectivité corporeisée et inversement, une subjectivité corporeisée scellée dans et par le mouvement*. L'ancrage à des informations sensorielles issues du corps et la voie praxique empruntée par la psychopédagogie perceptive peuvent incarner la philosophie de l'action proposée par Billeter et la dynamique de la manifestation présentée par Barbaras. Il est donc question

de la présence à soi et au monde dans une volition qui n'est pas égocentrée mais bien à l'écoute du mouvement du vivre dans son essence, c'est-à-dire dans la dynamique de sa manifestation avec laquelle le sujet peut coopérer. Plus encore, le mouvement est l'instance souveraine de l'accomplissement de soi et du monde. La pensée de D. Bois rejoint celle de J.F. Billeter à propos du musicien :

> La psychopédagogie de la perception s'applique essentiellement à la dynamique du développement personnel de l'apprenant adulte : c'est l'expérience du soi dans la présence totale à l'acte et la participation au jaillissement de l'instant : un retour à soi qui invite au dépassement de soi en s'appuyant sur la donnée perceptive corporeisée. (Bois D. , 2014)

2.4 Quelle place et quel statut pour l'affectivité ?

Mais quelle place prend l'affectivité et l'émotion dans ce contexte cinétique? Elle me semble évidente dans un perspective processuelle et non objectivante, plus sensible et originelle. J.F. Billeter et R. Barbaras ne pose-t-il pas le mouvement et le corps comme les éléments d'une axiologie de l'existence? Par-là, lorsque je m'émeus ou que je reconnais quelqu'un d'affecté, le principe du rapport au corps et au mouvement peut-il se révéler comme la clé d'accès ou d'enrichissement sur deux voies simultanées? N'avons-nous les outils d'une praxéologie affective avec des éléments dialogiques plus intimes que ceux de l'extériorité habituelle (des modifications physiologiques habituellement retenues pour définir ce qu'est l'émotion ou du langage qui la décrit) ? Les propositions de Billeter et de Barbaras invitent une posture plus sensible venant d'un ancrage dans ce corps, le mien, celui que j'ai et que je ressens au plus intime de ses manifestations d'être, ce « je-suis-mon-corps indissociable du corps-mouvement » peut-il être la base de toute affection, c'est-à-dire le lieu d'altération de ma présence au monde? Ne figure-t-elle pas une affectivité première, présente comme une chair, une chair en tant que matière sensible aux variations du vivre? Je rappelle la pensée de D. Bois à laquelle je me réfère dans mon propos :

> Il m'apparaît opportun d'attirer l'attention sur les différents rapports au corps. Dans ma thèse doctorale, j'ai répertorié toute une gamme de rapports au corps qui se déclinent selon le niveau perceptif de l'observateur qui va de « j'ai un corps », vers « je vis mon corps », puis « j'habite mon corps, pour aller vers « je suis mon corps ». [263]

[263] Voir dans le site personnel de D. Bois : Les leçons sur le Sensible – Leçon 1 : la nature Sensible de l'homme
Voir : http://danis-bois.fr/?p=1147#more-1147 Publié le 11 octobre 2011.

Avec le mouvement et le corps, un autre concept-clé est introduit : celui de la chair ; une chair offrant des potentialités d'alliance entre le sujet et le monde, amorçant l'horizon d'un pouvoir-vivre dans, pour et par le monde. Nous nous rapprochons du pouvoir se mouvoir comme condition du vivre. Maine de Biran en fait le principe d'une affectivité à travers le sentiment personnel de l'existence. Dans une affinité avec la pensée de J.J. Rousseau, l'auteur présente le sentiment comme une source inaltérable d'étonnement et le cœur de son œuvre.

3 DU SENTIMENT INTERIEUR DU « JE PEUX » AU SENTIMENT PERSONNEL DE L'EXISTENCE CHEZ DE BIRAN

Dès mon enfance, je me souviens très bien
que je m'étonnais de me sentir exister.
Maine de Biran

3.1 Le sentiment spécifique de l'effort comme composante affective de la sensibilité

Dans l'analyse de Bégout (1999)[264], l'affectivité se place en première ligne sur la scène des liens irréductibles entre sentiment[265] d'existence et connaissance de soi. Le sentiment d'existence est vu comme le moment révélateur de l'être et comme l'épreuve de soi par soi. L'affectivité quitte le statut de phénomène satellite de toute expérience de soi, mais devient la garantie certificative de soi et son pivot phénoménal. A la faveur du *sentir*, Maine de Biran ravive une composante affective de la sensibilité à travers le *sentiment spécifique de l'effort*. Le philosophe met en lumière et par contraste deux modes du sentir l'existence. Le premier est passif et constitue les *affections pures impersonnelles* (Biran de Maine, 1993, p. 274), c'est la vie affective en tant qu'activité sensitive hors de toute conscience. Le deuxième mode est actif parce qu'il concerne l'effort voulu à travers la force qui est la volonté dans un agir objectif : l'effort musculaire. Le premier, réputé inconscient, est dénué de toute personnalité par contraste au second se présentant comme la vie du moi qui seule se réfléchit dans l'expérience du

[264] Cette section s'inspire de l'analyse de Bruce Bégout. Voir Bégout (1999) *L'ambivalence du sentiment – Maine de Biran et la double manière de sentir l'existence* in Emotion et affectivité, Alter, N° 7, pp 31-65.
[265] Le terme « sentiment » utilisé dans le titre de cette section est la restitution exacte des propos de Bégout.

vouloir. Nous avons donc deux états bien distincts du sentir, un passif et un actif, chacun relevant d'une expérience singulière. Cette distinction, lorsqu'elle n'est pas faite conduit à certaines méprises. La première est de croire que le sentiment d'existence personnelle est identique à *l'affection sensitive* et qu'une personne purement sentante ou affective puisse connaître son existence. Dans cette optique la deuxième erreur serait de *généraliser le terme de sensation* à toutes les modalités du sentir.

Le sentiment musculaire actif : une expérience affective
(à partir de M. de Biran et M. Legout)

Reformulons que le premier sentir est un « je sens » dans des impressions passives entendues comme sensitives, c'est-à-dire qu'il peut être modifié par une impression n'impliquant pas une aperception. Par contraste, le deuxième « je sens » dans les impressions actives, celles qui sont motrices sous l'appellation biranienne *d'apperception de ce que je sens,* constitue l'activité motrice elle-même :

> Ici, il est bien évident que les deux « je sens » accolés l'un à l'autre n'ont pas la même signification, le dernier exprime la modification simple du plaisir ou de la douleur, tandis que l'autre désigne cet acte par lequel je me sépare en quelque sorte de ma modification, je reconnais mon moi comme existant hors d'elle (…). Sentir et avoir une sensation n'est pas la même chose que percevoir ou, comme le dit un de nos philosophes, sentir la sensation. (Montebello, *cité par* Bégout, 1999, p. 37)

La vision de Maine de Biran postule que l'existence ne peut se révéler comme une expérience véritable que par un sujet sentant et agissant se ressentant effectivement dans cette action.

> Sentir peut signifier être modifié par une impression selon l'acceptation idéologique, mais peut aussi être entendu par la suite à tout ce que nous pouvons éprouver, apercevoir ou connaître (…) ; il est devenu synonyme de cet autre mot conscience (…) pour désigner cette sorte de vue intérieure par laquelle l'individu aperçoit ce qui se passe en lui-même. (Maine de Biran, *cité par* Bégout, p. 35)

Par *aperception immédiate interne du moi*, il faut entendre la compétence propre à un sujet se sentant actif par le sentiment immédiat de l'agir qui l'occupe, sentiment à l'écart de tout sentimentalisme. Cette disposition du sentiment d'exister questionne autrement le statut philosophique de l'affectivité car ce postulat place l'effort volontaire et la sensation motrice dans la constellation des sensations affectives, et le corps dans son mode actif comme le lieu privilégier d'une véritable affectivité. La sensibilité 'impressionnelle' ne peut être prise en charge par le mot sentiment qui désigne l'affection d'un sujet sentant et conscient qu'il sent, d'où cette définition du sentir :

> Sentir indique la *réception d'une modification*, soit la capacité d'apercevoir cette modification et le sujet modifié et donc le sentiment que le moi en a. (*Ibid.*, p. 38) [Je souligne]

La distinction de deux natures de sentiments d'existence (impersonnels et personnels) permettant de privilégier l'existence d'un sentir agissant ne met-il pas en perspective une affectivité spécifique au « moi voulant », et dans ce mouvement, une affectivité primordiale comme racine des affections pures et du sentiment singulier qui habite l'effort (toute forme d'effort)? Par ailleurs, les affections pour autant qu'elles ne soient pas du moi, *ne sont-elles pas pour autant à moi?* Pour quels motifs un moi passif perdrait-il toute légitimité d'être? En amont de ces distinctions n'existe-il pas une homogénéité ontologique de l'activité et de la passivité comme fondement de leur distinction? On a ici l'ouverture d'un horizon d'intégration du sentiment impersonnel et personnel de l'existence dont le cheminement mène à un chiasme entre eux.

Je ne peux passer sous silence la reconnaissance de mon expérience à travers certains propos de Bégout. Il dit si bien ce sentiment, justement *un « sentiment » mixte* à la fois personnel et impersonnel présent au cœur de la psychopédagogie perceptive. A la faveur d'une gymnastique attentionnelle au sens propre du terme – on ne naît pas gymnaste, on le devient par l'effort et la persévérance –, le praticien ou l'étudiant en pédagogie perceptive découvrent ce jeu dialogique entre passivité et activité. Une

question me taraude depuis le début de ma recherche et bien avant, *l'émoi du Sensible prend-il son élan dans ce 'frottement' de l'agir avec une posture plus contemplative, de l'inaction avec un agir intime, d'un savoir-être autonome à la volonté trop ferme du savoir- faire?*

3.2. Le sentiment impersonnel de l'existence

Pour sortir de l'ambivalence entre deux *sentir* et l'affectivité qui les représente, Bégout propose un arrimage à un concept de sentiment d'existence déployé en deux qualités. La première est impersonnelle et répond au postulat d'un moi essentiellement inconscient du sentir affectif - un moi insensible – qui n'altère pas la conscience du sujet affecté car ces affections pures ou internes sont éloignées de toute relation ressentie. Dans ce contexte, elles ne portent aucune forme de connaissance. L'existence intérieure est impersonnelle liées aux modalités vagues et indéterminées de la vie organique :

> Les modes fugitifs de cette existence, tantôt heureuse, tantôt funeste, se succèdent, se poussent comme des ondes mobiles dans le torrent de la vie. Ainsi nous devenons, sans autre cause étrangère à de simples dispositions affectives sur lesquelles tout retour nous est interdit, alternativement tristes ou enjouées, agités ou calme, froids ou ardents, timides ou courageux, craintifs ou pleins d'espoir. (Maine de Biran, *cité par* Bégout, p. 42).

Ce sentiment impersonnel conduit des états affectifs, des *matières affectives* (*Ibid.*) hors d'atteinte du territoire perceptif du sujet sentant. Aucune altération d'un moi ou d'une personne n'est possible, mais que penser de ces sensations affectives froides? A l'instar de Testut de Tracy, être affecté exige de se « sentir sentant » et d'« apprendre notre existence comme vertu sentante ». La réponse à cette assertion par Maine de Biran lui-même étonne et reste ambiguë. Comment les affections pures possèdent une forme d'auto-attestation par des signes sympathiques si « sentir n'est point recevoir une impression et en avoir conscience, mais recevoir une impression et en être affecté » (Maine de Biran, *cité par Ibid.,* p.44)? Cet aspect de l'affectivité ouvre la voie à un tact passif propre à certaines sensibilités très aiguisées. Certaines personnes ont donc la capacité d'être à l'écoute des variations affectives et internes les plus ténues de leur propre corps. Les affections pures sont le sol[266] du sentiment immédiat et irréfléchi de

[266] « Sol », ce terme en guise de métaphore me plaît, je l'ai découvert dans les écrits de Natalie Depraz (2014); je pourrais utiliser un autre terme comme « socle » ou « fondement ». Ces deux termes ne me font

l'existence, un sentiment « absolu », « irrelatif ». Ce mode du sentir original requière une méthode d'observation pour le saisir, le tact affectif :

> Enfin comprendrons-nous que tout ce qui touche, pour ainsi dire, le moi sans être encore lui, ni à lui, tout ce qui, s'il n'est pas encore du ressort du sens interne, de notre individualité réflexive, peut devenir objet d'une sorte de tact intérieur immédiat qui se lie dans certains individus surtout aux affections les plus simples et aux impressions les plus fugitives (…). L'espèce de tact qui les saisit, n'est point la conscience, car il ne sait pas et ne s'éclaire pas lui-même. (Maine de Biran, cité par *Ibid.*)

- **Le tact passif**

Nous sommes devant une affectivité et une conscience pré-réfléchie. *Le tact passif* permet de prendre sur le vif ces impressions. Maine de Biran désigne des « dispositions affectives pures » comme un mode d'existence bien réel et elles sont un événement authentique de la sensibilité du monde. Dans ce contexte apparaît un sujet affecté par le tact d'*affections immédiates* comme vie affective qui le touche et le déborde à la fois. Mais comment ce saisit ce tact si particulier? Il faut voir une forme de conscience qui capte ces réalités qui n'est ni de l'intuition ni de la réflexion en tenant de l'une et de l'autre en même temps. Le tact se révèle comme un mode affectif singulier et semble par ailleurs être nécessaire à la psychologie du sujet :

> Enfin comprenons-nous dans la psychologie tout ce qui touche, pour ainsi dire, le moi sans être encore lui ni à lui, tout ce qui, s'il n'est pas encore du ressort du sens interne, de notre individualité réflexive, peut devenir l'objet d'une sorte de tact intérieur immédiat qui se lie dans certains individus surtout aux affections les plus simples et aux impressions les plus fugitives (…). (*Ibid.*, p.46)

Paradoxalement, avoir du tact désigne chez Maine de Biran *une coïncidence avec la vie affective tout en se démarquant d'elle* par la simple observation. Par cette manière, le tact se dérobe à l'affectivité pure et à l'aperception active car ce type d'affectivité se dénature ou échappe au sujet dès que ce dernier veut la saisir par un *sens plus réfléchi.* Nous sommes face à une « cénesthésie[267]» définie comme une forme de contagion immédiate de toutes ces dispositions affectives entre elles ; elle constitue un ton général de l'existence organique. La cœnesthésie est une toile affective de fond mais indépendante de l'humeur et de l'affectivité classiquement entendue. Cette distinction

---

pas le même effet, ne donnent pas la même assise, le même sentiment organique d'accordage avec ma pensée.

[267] Le terme « cénesthésie », d'origine médicale, s'écrit également « cœnesthésie » et signifie « l'impression globale résultant de l'ensemble des sensations internes sans que celles-ci ne proviennent de nos sens. » (Dictionnaire Larousse et Centre national de ressources textuelles et lexicales CRTL). Voir : http://www.cnrtl.fr/definition/c%C3%A9nesth%C3%A9sie

n'est pas sans conséquence sur la définition des émotions car il s'agit d'un véritable renversement de la causalité affective :

> Indépendamment de toute impression faite sur les sens externes et même de toute modification rapportée à quelque partie du corps, il y a encore en nous un sentiment fondamental qui est celui que nous avons de l'existence. (Maine de Biran, cité par *Ibid.*, p. 48).

Sans aucun agent externe pour le coloré, ce *ton fondamental* autonome de l'existence est un tempérament interne caché *et capable d'être altéré, affecté tout en affectant tout ce qu'il touche.* Cette affectivité réciproque fait émerger le moi et le non-moi tout en les laissant dans une indifférenciation. Il s'agit de prendre la mesure d'une « étendue d'influence » qui, une fois encore, est vécue par le sujet sentant comme révélant l'existence toute entière, sans pour autant que le moi et le non-moi se dissocient :

> D'une certaine manière, la totalité fondamentale de l'existence déploie une puissance de diffusion extrême, au sens où elle absorbe non seulement le moi, mais le monde alentour, où tout devient elle et elle devient tout. (*Ibid.*, p. 49)

➢ Le tact affectif

Dans le déploiement de la vision biranienne se dessine au moins deux modalités affectives. L'existence de la vie affectivo-organique et celle de la vie du moi représente une contradiction au sens d'une double affectivité, l'une vouée aux affections pures et la seconde au moi *compatissant à ces mouvements de la sensibilité intérieure*[268]. Doit-on comprendre un statut mixte de ces affections pures? La réponse de Maine de Biran fonde deux mondes : celui de l'affectivité et celui de la réflexivité. Une ambiguïté persiste sur une intimité interne inatteignable à la conscience tout en touchant le sujet. *Le tact affectif lève cette faiblesse en rendant compte d'une qualité de connaissance affective, se connaissant elle-même comme affectivité et se déroulant hors des modalités classique de la conscience*. Nous sommes en contact avec *un savoir affectif vrai et utile* [269] bien que dépourvue de toute aperception réflexive. C'est à ce point d'achoppement que Bégout propose d'interroger le rôle du sentiment dans la détermination du sentiment d'effort, sentiment qui devient un sentiment personnel de l'existence.

Je suis interpelé par la congruence entre la pensée du philosophe, ma propre expérience, des éléments paradigmatique du Sensible et l'ouverture à une vision de

[268] *Ibid.*, p. 50
[269] *Ibid.*, p.53

l'affectivité mettant en jeu la perception du sentir du corps sensible comme le point cardinal de celle-ci. L'apport de la pensée de Maine de Biran est présent dès les premières théorisations de la psychopédagogie perceptive. Dans un article consacré à l'émergence du paradigme du Sensible, Danis Bois et Didier Austry présentent[270] l'originalité de l'expérience du Sensible à l'appui de la pensée biranienne :

> On retrouve l'ampleur du terme sensation interne définie par Maine de Biran (1995) comme nature de sensation s'accompagnant d'un sentiment intérieur immédiat qui nous fait le percevoir. « Se percevoir percevant » est déjà le signe que le vécu corporéisé émergeant de la relation au Sensible est déjà conscientisé par le sujet ; mais c'est aussi la marque du rapport singulier que le sujet installe avec l'expérience éprouvée. (Bois & Austry, 2007 p. 9)

3.3 Le sentiment personnel de l'existence

> L'âme agit sur le corps et veut les mouvements dont elle dispose, non pas la connaissance qu'elle a de ce corps comme objet, ou des nerfs ou des muscles comme moyens ou instruments mécaniques, mais bien par le sentiment intérieur qu'elle a de ces organes mobiles, à qui elle est unie, de manière à influencer sur eux par le vouloir et l'effort. [271]

L'apperception convoque un sentiment interne et intime. Ce sentiment de l'effort constitue pour Maine de Biran *la première science que le sujet sentant et pensant a de son existence individuelle comme personne*[272]. B. Bégout considère que l'affectivité du sentiment de soi n'a rien de flou ou d'obscur, mais est bel et bien la phénoménologie-même de la subjectivité. Pour Michel Henry, cette voie introduit une détermination phénoménologique inédite du sentiment comme vérité immanente et ipséité vivante. Le sentiment de l'effort voulu est avant tout une existence en train de se vivre, une vérité phénoménologique au cœur d'une philosophie de l'expérience ; par son intériorité, son immédiateté et sa réflexivité, il constitue le fondement même de la conscience :

> Le sentiment est en cela, la manière essentielle dont la pensée se manifeste dans l'activité aperceptive.[273]

Être et paraître, essence et existence demeurent dans une équivalence née sous l'expérience d'un pouvoir d'action de l'homme en ce qu'il est *senti et non représenté*, née dans une affectivité effective. « Si une expérience de sens intime peut nous tromper,

---

[270] Dans le premier numéro de la revue « Réciprocités », revue en ligne et créer par le Centre d'Etude et de Recherche Appliquée en Psychopédagogie Perceptive. UFP Porto. Voir : www.cerap.fr
[271] *Ibid.* p. 53
[272] *Ibid.*, p. 55
[273] *Op. Cit., Ibid.*, p. 57

qu'est-ce qui sera vrai?[274] » se demande Maine de Biran. La sensation musculaire de la contraction, le sentiment d'être cause et le sentiment relatif de cause et d'effet, sont les trois déterminants de cette expérience. 1/ Le premier met en jeu contemporainement deux natures de résistance : celle des muscles et celle de la résistance des objets sur lesquels elle exerce son dynamisme. Elle est cause d'un véritable acte volontaire du sujet. Sans ces résistances, la personne ne saurait pas qu'elle agit. C'est le *sentiment musculaire actif*. 2/ Le deuxième déterminant est le sentiment d'être la cause de cette même action. La 'force-moi' qui agit fournit à son auteur un sentiment de provenance qui est à la source d'un sentiment personnel de l'existence :

> Par conséquent ce qui singularise le sentiment d'effort est le sentir de sa provenance, à savoir son appréhension affective comme effet d'une détermination qui précède le sentiment, même si elle ne peut s'attester en lui.[275]

3/ Dans le troisième aspect - moins considéré -, le sentiment relatif de cause et d'effet se présente quand « il y a simultanéité sentie de la volition et de la motion de la force et de la résistance. C'est ce que nous apprend la consultation de ''l'expérience intérieure''[276]. Grâce à cette expérience singulière à trois versants, le sujet peut discriminer sa passivité de son activité, ce qu'il subit et ce qu'il produit. Dans l'effort, la personne est actrice et observatrice de ses actes. Le moi détient en lui une capacité de *s'auto-affecter dans l'action et par elle*. Pourtant, selon Maine de Biran, cette auto-affection demande simultanément une hétéro-affectivité : *un sentiment vécu d'une résistance qui n'est pas encore soi*[277]. *L'aperception immédiate interne* ne peut se percevoir et se vivre sans une forme de réceptivité active.

3.4 Le chiasme des sentiments : une affectivité primaire?

Pour comprendre la pensée de Maine de Biran, au-delà de certaines ambiguïtés, B. Bégout propose l'option d'un chiasme entre activité et passivité, passivité déclinée en deux élément : *la passivité du sentir aperceptif* - fondement de la phénoménologie subjective – et *la passivité secondaire des états impressionnels passifs* sentis comme involontaires. En guise de conclusion, l'auteur opte pour une

[274] *Ibid.*, p. 56
[275] *Ibid.*, p.58
[276] *Op.cit.,* p.59
[277] *Op. cit., Ibid.*, p. 62

> manifestation mutuelle d'une activité propre de la passivité (le tact passif) et une passivité propre de l'activité (le sentiment de l'existence), (…) sans considérer la passivité et l'activité comme les effets du sentir primordial qui les engloberait.[278]

Dans l'analyse qui est faite ici, un élément important est dévoilé. L'activité et la passivité, la mobilité et la sensorialité ne peuvent exister séparément. Aucune coupure ontologique ne les divise jusqu'à dissocier leur mode d'existence. Bien que par un renversement des valeurs, la passivité de l'activité (le sentiment d'effort) et l'activité de la passivité (le tact passif) ne peuvent revendiquer une base affective commune (l'affectivité primordiale), elles ne peuvent être détachées l'une de l'autre. De ces positions nous vient le commentaire de Merleau-Ponty :

> La pulpe même du sensible, son indéfinissable, n'est pas autre chose que l'union en lui du « dedans » et du « dehors », le contact en épaisseur de soi avec soi.[279]

En définitive, une dimension se réfléchit sur l'autre et en boucle, dans un couplage entre passivité et activité au sein d'un espace affectif englobant ce jeu, sous la forme d'un sentiment primordial : du sentiment d'existence. Ce qui est illustré par le schéma ci-dessous.

Le chiasme des sentiments : une affectivité primaire
(à partir de M. de Biran et M. Bégout)

[278] *Ibid.*, p. 64
[279] *Ibid.*, p. 65

3.5 Première résonances : une affectivité charnelle

3.5.1 Le touchant-touché

Le chiasme biranien renvoie à l'expérience du Sensible et en particulier au thème abordé par Didier Austry, celui de l'inter réciprocité appliquée en premier lieu dans le cadre de l'accompagnement manuel. Les expressions affectives courantes « je suis touché (e) » et « je suis touchant » prennent une dimension concrète et charnelle dans l'approche manuelle de la pédagogie perceptive et dans cette direction, je vois dans les explications suivantes l'illustration d'un des questionnements qui animent ma recherche :

> Ce qui nous paraît remarquable dans les travaux de D. Bois, c'est de ne pas avoir arrêté sa catégorisation aux deux niveaux précédents [touché et touchant], mais d'avoir poussé au bout la dimension de réciprocité présente dans l'expérience du toucher manuel. Si le toucher technique est tourné vers le corps touché, si le toucher de relation pose son attention sur la posture et l'intention du thérapeute, le toucher du sensible à la fois réunit et dépasse ces deux premiers niveaux pour laisser émerger un lieu de rencontre, d'interréciprocité selon les termes de D. Bois (2006b, 2007) entre thérapeute touchant et touché, et patient touché et touchant. (Austry, 2007, p. 6)

3.5.2 La vie affective : une praxis sensorielle?

Sans surprise, la pédagogie perceptive s'associe à la pensée de Maine de Biran pour ne pas dire constitue sa mise en action dans une expérience corporelle et manuelle pour en faire une praxis professionnelle. La pratique sensorielle du Sensible proposée donne accès à des dimensions perceptuelles fines et déployées dans un cadre expérientiel spécifique. Le corps-senti et le corps sentant sont présents et convoqués, ils enrichissent l'exploration phénoménologique de ce « touché/touchant ». La dimension émotionnelle peut-elle inclure cet aspect de l'expérience vécue d'où semble naître une vie affective loin des acceptions traditionnelles? Dans la citation suivante, la volition sous le mode du sensible apparaît bien spécifique, elle est un chiasme subtil entre action et contemplation, principe à l'œuvre dans l'expérience émotionnelle :

> Ce lieu d'inter-réciprocité n'existe que dans un cadre d'expérience précis, avec un entraînement perceptif adéquat, et grâce une attitude pertinente. (…) L'expérience du sensible possède un dernier caractère de doublitude : les phénomènes qui se donnent au thérapeute dans cette expérience sont à la fois sous sa dépendance et en dehors de sa volonté. Ce que D. Bois exprime ainsi : « La dimension du sensible renvoie au mode dynamique d'apparaître des

> phénomènes internes du sujet qui les vit et qui les convoque. (Humpich & Bois, 2006, *cité par Ibid.*)

L'affectivité considérée comme une ambivalence à la faveur de l'interface du senti personnel/impersonnel et du tact passif/sentiment d'effort peut être dépassée. L'ambiguïté porte sa fécondité. A travers l'expérience du touchée, nous retrouvons une fois de plus la complexité ontologique de l'émotion et du champ de l'affectivité auquel elle appartient.

3.5.3 Tentative de synthèse

Dans la figure suivante, je présente à ma manière une synthèse des notions consacrées au sentir entrelacé à la sensibilité affective ; notions telles qu'elles me sont paru intelligibles dans ce chapitre. Dans l'analyse de Bégout, et avant lui, celle de Biran, je suis percuté par rapport novateur proposé entre le sentir et l'affectivité, ou l'affectibilité (Barbaras). Des frontières 'grossières' habituelles délimitant le territoire de l'affectivité, nous atteignons un haut niveau de subtilité et de complexité sur un plan. En recourant à l'expérience vécue, malgré la complexité rencontrée, je me sens reconnu à plusieurs égards dans ma manière de vivre et dans ma pratique professionnelle. Je me reconnais à la fois dans *ce sentiment personnel de l'effort*, dans ce *sentiment impersonnel* qui est moi, tout en débordant de mon identité propre, et dans *ce sentiment personnel d'auto-affection, qui se traduit par un tact affectif* que je comprends comme la possibilité ultime d'étreindre deux instances affectives sans pour autant les opposer. Le sujet n'est pas seulement affecté, mais auto-affecté dans la mesure où il se trouve dans une aperception affective. La pratique manuelle de la pédagogie perceptive prend toute sa valeur pour donner du sens à mon parcours théorique, et inversement, ces connaissances philosophiques mettent des mots et en sens ma pratique.

Sentiment impersonnel, sentiment personnel, et Sentiment personnel d'auto-affection
(À partir de M. de Biran et M. Bégout)

3.5.4 La connaissance de soi et la vérité aperceptive : place de l'affectivité charnelle

La compréhension et la représentation du rapport entre le sentir et la connaissance de soi s'enrichissent du chiasme entre la révélation de l'être dans le sentiment actif - né de l'agir volontaire-, et un sentir passif – composé de ces affectations pures - dans un éprouvé de soi par soi. Bien que le terme ne soit pas associé à l'œuvre de Maine de Biran, le mouvement de l'éprouvé de soi par soi introduit la notion d'auto-affection évoquée plus haut. On comprend dès lors l'intérêt de Michel Henry pour l'œuvre de Maine de Biran. L'accès au sentiment d'existence tel que je l'intègre dans ma pratique quotidienne est le prolongement praxique de ce qui est figuré dans le schéma suivant. Le tact d'affection immédiate place l'affectivité au cœur de la sensibilité et au-delà d'elle, lui donnant d'autres attributs que ceux habituels. Selon les auteurs cités ici, l'affectivité en question est 'extra-ordinaire' dans le sens où elle exige une sensibilité aiguisée dans des dispositions singulières.

La connaissance de soi: le sentiment comme vérité aperceptive
(à partir de M. de Biran et M. Bégout)

CHAPITRE 3 : L'AFFECTIVITE ET LES VALEURS CHEZ MAX SCHELER

L'intuitionnisme émotionnel de Scheler a renouvelé
l'idée de connaissance affective et
approfondi les problèmes de l'intentionnalité,
des valeurs et d'autrui.
Daniel Christoff

C'est pourquoi nous faisons dans la vie courante
une distinction entre l'imitation d'autrui et la compréhension d'autrui,
en opposant même l'une à l'autre.
Max Scheler

Assurément, cet auteur, inspiré par Frantz Brentano puis Husserl, mais aussi influencé par Max Weber a œuvré sans cesse en faveur des vertus individuelles et sociales du discernement affectif. On comprend mieux en quoi l'ensemble de l'œuvre de Max Scheler est dédiée principalement à l'étude de l'affectivité et à une réflexion pointue sur les valeurs. Dans cette vision, l'auteur nous permet de comprendre la saisie de ces valeurs par la mise en fonction d'une participation affective qu'il décline et plusieurs catégories. Max Scheler s'oppose à la morale formelle et propose une éthique « matériale[280]» en plaçant les valeurs au centre :

> Il nous a donné les clés permettant de fonder une éthique existentielle en ordonnant hiérarchiquement les valeurs, de l'utile vers le sacré, en passant par l'agréable, le vitalement précieux, et le spirituel. [281]

M. Scheler donne une place aux « valeurs d'états affectifs » agissant dans différents secteurs de l'existence. Sa position laisse entendre une ouverture à la foi sans quitter pour autant un ordre des valeurs issue d'une connaissance rigoureuse et communicable. Dans ce que Scheler nomme « royaume des valeurs » qui n'est pas autre que celui de Dieu, se juxtaposent des états-affections aussi variés que par exemple, la honte, l'estime, la pitié, la haine et l'amour. Dans l'exemple de l'amour il décèle une articulation opérante entre un agir et une émotion :

[280] Le terme « matérial » se réfère à la langue allemande et signifie « matériel » dans un sens substantif, le traducteur a gardé la version original pour garder le sens originel du mot, qui n'a pas tout à fait le même sens en français, puisqu'il peut renvoyer au qualificatif, par exemple une chose matérielle.
[281] Yann Girard (2012) *L'ordre des valeurs selon Max Scheler.* Département de philosophie, Université de Nantes. Séminaire sous la direction de Patrick Lang : Formalisme moral et éthique existentielle.

> L'acte dans lequel nous appréhendons originairement les valeurs du sacré est l'acte d'une sorte bien déterminée d'amour.(*Ibid.,* p. 13)

Ethique existentielle
(à partir de M. Scheler)

Sans opposer la phénoménologie et un théisme assumé chez cet auteur, bien au contraire, puisqu'il met ces deux dimensions en dialogue durant toute son œuvre, poursuivons la découverte d'un regard posé sur l'affect, concept s'associant de façon heureuse à ceux de « dimension émotionnelle » et de « champ de l'affectivité ». Je résonnerai à partir l'ouvrage-clé pour moi, « Nature et formes de la sympathie » (Scheler, 2003), ouvrage traduit en français près d'un siècle après avoir été écrit (1923) dans le contexte culturel, socio-politique et religieux particulier de l'après première guerre mondiale et une instabilité à ces niveaux qui conduira un moment-charnière dans l'histoire de l'humanité, celui relatif au nazisme. Pour Antonia Birnbaum[282], Max

[282] Birnbaum, A. (2003). "Peut-on penser la sympathie?", préface à Max Scheler, Nature et formes de la sympathie. Paris, éditions Payot, 2003.

Scheler introduit la sphère matérielle des affects dans la pensée phénoménologique et applique la méthode qui la fonde pour élucider la part de nous-même qui pâtit avec autrui (2003, p. 11) ; et ce, dans la joie comme dans la souffrance, dans la pitié comme dans la haine et dans l'amour.

1. LA COMPREHENSION AFFECTIVE A COMPRENDRE DANS DEUX DIRECTIONS

À travers la compréhension affective, un terme simple en apparence et qui révèle une grande complexité. Pour Scheler, la sympathie est l'aptitude à comprendre, re-vivre et ré-éprouver une émotion ; ces faits se distinguent de l'imitation ou la projection affective. L'analyse de la question de la sympathie permet de disséquer plusieurs modalités affectives que je présente ici : 1) le partage immédiat, direct de la souffrance de quelqu'un, 2) le fait de prendre part à la joie ou à la souffrance de quelqu'un – je relie ces deux éléments à *la participation affective*, 3) la simple *contagion affective*, 4) la véritable *fusion affective*. L*'illusion affective* et avec elle, *l'hallucination affec*tive sont des formes émotionnelles se manifestant à l'écart de toute sympathie, et peuvent se définir, par défaut, à partir d'elle. J'en parlerai plus loin. Cette classification est originale et opérationnelle. Car elle est bien utile sur le plan de la description phénoménologique des dynamiques relationnelles entre personnes et au sein des systèmes. Elle place la sphère émotionnelle au cœur des enjeux de communication. Les enjeux de la compréhension affective en tant qu'elle donne le sens et le ton des liens entre personnes dans le vivre les concernant peuvent s'observer dans la vie de tous les jours

> par une alternance rythmique de rétrécissement et d'élargissement psychique, de rentrée idiopathique en nous-mêmes et de sensibilité exquise pour la vie de nos semblables. (Scheler, 2003, p. 124)

Scheler dit à propos de la sympathie qu'elle est une disposition non assujettie à des événements provoqués par des excitations extérieurs :

> Notre âme s'ouvre pour les douleurs et les joies humaines et reste dans cet état pendant des semaines et des mois : on dirait une lumière qui vient éclairer une pièce obscure, ou un courant d'air frais qui pénètre par une fenêtre subitement ouverte. (*Ibid.*)

Scheler élargit et circonscrit à la fois la notion de sympathie. Son mouvement de pensée majore la valeur d'états-affectifs en tant que disposition et sensibilité autonome à

autrui et au monde, tout en les incluant totalement dans l’expérience vécue. Le génie de Scheler porte sur sa manière de rendre compte des subtilités et des nuances phénoménales du ’vivre affecté’ et du ‘vivre affectant’. Les propos du phénoménologue allemand s’accordent avec l’expérience vécue tout au long de ma trajectoire de personne, d’accompagnateur et de chercheur. Je présente ci-dessous les quatre distinctions proposées par Scheler, elles étayent ma thèse de la complexité relative à la dimension émotionnelle et au champ de l’affectivité en même temps qu’elles permettent une délimitation opérante dans tous les secteurs de ma vie. Plus proche des préoccupations de cette recherche, ces quatre catégories se présentent comme des pistes pour questionner la nature et la forme de la dimension phénoménale de l’affectivité du Sensible.

La compréhension affective et ses déclinaisons catégorielles (et non expérientielles liées à la sympathie schelèrienne) forme un espace quadripartite très utiles sur le terrain de la formation et de l’intervention. Chaque élément permet de décrypter des conduites affectives et les dynamiques intra et interpersonnelles. Depuis les distinctions et les prises de conscience que permet cette compréhension affective de la personne peuvent être envisagée de nouveaux rapports dialogiques dans nos manières d’être impliqué ou de résonner avec les événements, les personnes et le monde.

Quatre piliers de la compréhension affective au sein des dynamiques intra et interpersonnelles dans les systèmes humains
(à partir de Scheler)

1.1 Le partage immédiat de la souffrance de quelqu'un

L'auteur prend l'exemple de parents se tenant près de leur enfant mort et pris dans l'épreuve de la même souffrance et douleur en commun, sans pour autant que l'un et l'autre puissent accéder à une idée concrète. Ces parents subissent en commun « la même » situation dans sa qualité (douleur) comme dans sa valeur (souffrance), et manifestent une réaction émotionnelle uniforme. Douleur et souffrance se confondent de manière la plus intime. Selon Scheler,

> on ne peut éprouver en commun qu'une souffrance psychique, et non, par exemple, une douleur physique ou un sentiment sensoriel (…). Les catégories affectives sensuelles (sensations affectives de C. Stumpf) ne se prêtent pas à cette forme de de la sympathie, à moins de prendre une forme « concrète » chez la personne sympathisante. (*Ibid.*, p.61)

Ici, la sympathie ne fait qu'un avec la fonction dans laquelle elle se dévoile, celle de revivre ce que l'autre ressent sans écart et dans un temps commun.

1.2 Le fait de prendre part à la joie ou à la souffrance de quelqu'un

> Toute sympathie implique l'*intention* de ressentir la joie ou la souffrance qu'accompagnent les faits psychiques d'autrui. (*Ibid.*, p. 62).

La sympathie relève d'un *sentiment* et non d'un jugement ; mais la sympathie peut être en lien avec une pensée en tant que fonction affective. Par contraste à la situation plus haut (3.1.1), au point de vue phénoménologique, ce que j'éprouve en lien avec l'éprouvé de l'autre, ma sympathie et la joie de mon voisin forment des valeurs affectives n'étant plus issues d'un seul fait, mais de deux faits différents.

1.3 La contagion affective : la sympathie proprement dite?

Dans un autre cas de figure, la sympathie naît par *contagion*. Elle apparaît à la fois dans l'expérience interne tout en donnant lieu à des manifestations phénoménologiques comme une réaction au sentiment d'autrui, avec sa valeur et sa qualité tel que nous pouvons le vivre dans un mode en différé. En prenant l'exemple de la cruauté ou de la brutalité, Scheler démontre que l'« insensibilité » est une insuffisance humaine qu'il ne faut pas confondre avec l'insuffisance de l'aptitude à la participation affective. » (*Ibid.*, p.63). Dans la contagion, un autre univers se présente dans lequel la personne est emportée comme par le courant contagieux de l'environnement qui l'enveloppe. C'est le cas de ces événements partagés lors de la naissance d'un enfant par exemple, ou lorsque l'on foule un espace dans lesquels les personnes sont toutes joyeuses. Bien que j'ai pu être triste l'instant d'avant, le climat émotionnel émergeant du contexte thymique et humain peut facilement « entraîner » une joie imprévisible faisant table rase de mes sentiments précédents. On a tous à l'esprit des exemples personnels de cette contagion affective dans des tendances diverses comme la joie, la tristesse, la honte ou l'émerveillement, etc.). Dans ce cas précis, il n'y aucune *intention* affective, ni *participation* aux expériences internes de ces personnes qui modifient mon état affectif et ma disposition au monde. Scheler précise que la contagion peut être présente dans notre rapport à la nature ou au « milieu ». Là encore, l'expérience nous montre comment certaines réunions peuvent nous 'plomber' d'emblée dans la lourdeur et l'ennui ou la tension, alors que d'autres nous propulsent dans l'enthousiasme et la légèreté :

> Il n'y avait rien qui fût de nature à révéler ses origines (…) Ce qui caractérise ce processus (de la contagion), c'est la tendance à revenir sans cesse à son point de départ, ce qui a pour effet une exagération des sentiments qui s'amplifient à la manière d'une avalanche. Le sentiment né par contagion agit à son tour d'une façon contagieuse, par l'expression et à la faveur de l'imitation, sur d'autres personnes (…). (*Ibid.*, p. 65)

Par contamination successive, on comprend mieux le phénomène des excitations collectives, et à une autre échelle encore, la formation de ce qu'on nomme « l'opinion publique ». Pour M. Scheler, la contagion affective joue un rôle fondamental dans l'apparition historique des morales entières, dans la formation de mouvement psychopathiques de groupe à l'origine des coutumes, des rituels et finalement de la construction culturelle. La contagion affective a ceci de spécifique qu'elle est un processus produisant les buts et les fins situés au-delà des intentions de chacun des individus qui composent la masse (*Ibid.*, p. 66). Cette contagion est souvent involontaire et inconsciente car elle met la personne ou le groupe - « la masse » - dans certaines situations sans que les acteurs s'en rendent vraiment compte. Elle peut être réinvestie et mise au service de la volonté. Dans beaucoup de situations de la vie quotidienne, ce mécanisme est mis en action, on va à une soirée entre amis pour se détendre, à un concert pour se laisser porter par l'émoi du public, à une méditation dont on sait l'effet soignant d'une contagion affective de calme et de sérénité.

M. Scheler dénonce la confusion faite par de nombreux philosophes et figures d'autorité liées à la recherche sur les émotions (Nietzsche, Schopenhauer, Spencer ou même Darwin) entre la sympathie et la contagion affective, entre la compassion et la contagion affective. Pour l'auteur, l'héritage de ses pensées erronées faussent à la base les définitions-mêmes de la pitié, de la compassion et de l'amour.

1.4 La fusion affective : le cas extrême de la contagion affective

Pour Scheler, ce cas de figure est jugé limite dans la mesure où il est constitutif d'une véritable fusion affective d'un moi avec le moi d'une autre personne. La fusion affective signe une identification complète entre mon *moi* et un *moi* étranger. Dans cette optique, au point de vue phénoménologique, la théorie de Lipps à l'origine de l'empathie est discutable. En effet, dans l'exemple de Lipps, l'acrobate auquel le spectateur s'identifie de sorte que son *moi*, celui de ses expériences intérieures, serait pleinement pris et absorbé par le *moi* de l'acrobate. Or, pour d'autres penseurs comme E.

Stein et Scheler, le spectateur ne fait pas « un » avec l'acrobate, il est seulement 'attaché' à lui. (*Ibid.*, p.70).

Dans des circonstances différentes, celle de la psychopathologie et des types polaires idiopathiques et hétéropathiques, la fusion est complète et loin d'être une phase extatique puisqu'elle peut durer toute une vie. Dans la forme idiopathique, le *moi* étranger est absorbé par mon propre *moi* dans des proportions telles qu'elle se trouve dépouillée de toute individualité avec comme conséquence, des manières d'être et des comportements dénués de toute autonomie. Dans l'autre forme, celle hétéropathique, c'est tout l'inverse puisque c'est mon *moi*, au sens formel, qui est sous dépendance totale d'un autre *moi*, et complétement fasciné, hypnotisé par lui au sens matériel et individuel, et ce, dans des proportions telles que ce *moi* étranger prend la place de mon *moi* formel et inscrit toutes ses conduites fondamentales à celles de ce dernier. La fusion par une contagion active accomplie de la sorte a une conséquence radicale : je vis en « lui » et « plus » en moi (*Ibid.*, p.71). Pour Scheler, ces processus extrêmes se présentent dans des proportions plus affaiblies dans des communautés primitives en tant que « culte de l'ancêtre » avec l'attachement émotionnel entre les générations qui le caractérise. En regardant de plus près dans notre vie contemporaine, ces mécanismes et manifestations d'attachement émotionnel intense, avec une perte de d'indentification momentanée ou plus durable, se trouvent activés dans les enjeux de pouvoir, de transmission, et certaines cultures spirituelles. Ce processus n'est pas sans rappeler les expériences comme celles du transfert et du contre-transfert, de certaines conduites névrotiques ou psychotiques, de l'hypnose, du sadisme et du masochisme. Toutes ces formes d'interaction ou de réaction manifestent une nature de participation affective avec des tendances à la fusion affective. Ces manifestations du champ de l'affectivité sont plus palpables dans des cas extrêmes, mais existent bien dans des figures subtiles et discrètes au sein de relations dans tous les secteurs de la vie humaine, sociale et culturelle (famille, couple, structures et institutions d'enseignement, univers artistiques, etc.). Toutes ces formes, si elles deviennent délétères dans beaucoup de cas, sont aussi des modalités intelligentes d'acquisition de savoir-faire et de savoir-être.

On remarquera au passage l'intérêt porté dans certaines pratiques spirituelles pour la dissolution du *moi* formel afin d'atteindre un état de fusion affective avec une autre dimension, celle d'un *moi* ontologique, ce que Scheler nomme *fusion cosmique*.

Le langage courant nous informe sur le phénomène de la fusion affective. Ne dit-on pas : « une mère fusionnée à son enfant », « un couple fusionnel », « une relation

fusionnelle entre le disciple et son maître, entre le sportif et son entraîneur », « une ambiance fusionnelle entre les musiciens et le public ». Il suffit de regarder dans toutes les formes d’amour, celle où l’on considère l’absorption du moi de la personne aimée à la faveur d’une fusion affective, ainsi, l’amour maternel dicte des formes de fusion affective instinctive des plus valorisées culturellement. Ses soubassements biophysiologiques et sa fonction dans la survie de l’enfant comme celle dans la construction de l’espace de sécurité nécessaire à ses explorations du monde sont établis ; on connait de la même façon les troubles du comportement et les enjeux de croissance inhérents à une incapacité de dé-fusionner de part et d’autre. Là encore l’expression « couper le cordon » parle d’elle-même. Pour Scheler,

> une différence profonde et essentielle les [cas typiques de fusion affective] sépare aussi bien de toute reproduction affective et objective, fondée sur la compréhension de sentiments et d’actes d’autres personnes, que de tout ce qu’on peut ranger raisonnablement sous la rubrique « sympathie ». La reproduction affective et la sympathie sont totalement incompatibles avec la fusion affective et avec l’identification véritable. (*Ibid.*, p.94)

L’arbre de la compréhension affective
(à partir de M. Scheler)

2. LES FUSIONS AFFECTIVES VERITABLES : LE « CENTRE VITAL » OU LA « CONSCIENCE VITALE »

J'ai annoncé au début de cette section la pensée théiste de Scheler. On trouve ce trait dans des propos sur la localisation d'une région particulière où un climat psychique singulier règne :

> Le point précis, le seul où se produisent les fusions affectives (…) se trouve à mi-chemin entre la conscience du corps qui dans une unité spécifique et sui generis, comprend toutes les sensations fournies par les organes et par les sensations fournies par les sensations affectives localisées, et le côté spirituel et noétique de la personnalité, considérée comme le centre de toute l'activité intentionnelle supérieure. (*Ibid.*, p. 94)

Pour l'auteur, le centre spirituel de la personnalité (individuel par son essence-même) et la conscience du corps appartiennent à chaque homme en propre et n'appartiennent qu'à lui. Si la conscience du corps fait l'objet d'un consensus, il en est tout autrement pour le centre spirituel de la personnalité. Les caractéristiques de cette catégorie se trouvent dans leur production involontaire, c'est-à-dire que les *fusions affectives véritables* ne se donnent jamais sous l'autorité de la volonté, elles obéissent à une *causalité vitale spécifique.* Cette dernière diffère de toute motivation rationnelle et finaliste, de toute cause mécanique. Cette catégorie de fusion demande un évidement de la sphère noétique de l'esprit et de la raison, elle exige de la sphère somatique des sensations et des sentiments sensoriels les mêmes dispositions. L'homme atteint cette fréquence affective lorsque « les « fonctions » et les « actes » inhérents à ces sphères sont réduits au silence, se trouvent éliminés du circuit (*Ibid.*, p.98). Dans l'entendement de M. Scheler, une seule voie permet cette rencontre, celle où l'homme doit s'élever au-dessus de son corps et de tout ce qui relève d'important ou ne pas tenir compte de son individualité, en contemplant *d'un œil impassible le flux de sa vie instinctive* (*Ibid.*).
Je vois une dynamique duelle organisation/désorganisation dans la pensée schelèrienne de la construction et la forme du groupe, du couple, etc., en gros, de tout ce qui relève d'un principe de relation. Cette manière de voir les choses n'est pas sans lien au contexte social de son époque concernant 'les masses' et la foule[283]. Ainsi affirme-t-il :

[283] Scheler livre sa pensée et une lecture systémique affective des conditions de l'homme et du peuple en guerre, en particulier celle de 14-18. « L'état de guerre, abstraction faite de la manière dont elle peut éclater du fait de savoir quels en sont les vrais coupables, transforme toutes les collectivités « vitales », c'est-à-dire tous les groupes et tous les hommes qui, dans leur processus vital invisible, se sentent former une « unité », en puissantes réalités formant « bloc ». Il *héroïse* l'individu, mais paralyse en même temps tout ce qui constitue l'individualité spirituelle. Il fait oublier à chacun tous les soucis et toutes les préoccupations en rapport avec les états de son *moi* corporel. Mais en même temps, il relègue à l'arrière-

> L'homme ne peut rentrer, se fondre dans la foule qu'en s'élevant au-dessus de son état corporel et, en même temps, pour autant qu'il est dépossédé en tant qu'être spirituel. La véritable passion amoureuse (l'« amour-passion » de Stendhal) ne présente-t-elle pas quelque chose d'analogue, par opposition, d'une part, avec l'amour sensuel idiopathique et, d'autre part, avec l'affirmation spirituelle d'un autre individu ayant sa structure psychique propre? (*Ibid.*, p.99)

2.1 L'illusion ou l'hallucination affective : propos sur la tradition et l'appropriation de l'expérience d'autrui

Le cas de la construction de tradition et génériquement de celle de la culture (familiale, groupale, sociale, sociétale) est révélateur de processus affectifs relevant à la fois de la nécessité d'une forme de participation affective et de l'illusion affective. Ces deux figures réunies peuvent générer ce que M. Scheler nomme avec éclat *l'illusion* et, dans des proportions plus grandes, *l'hallucination affective* présente dans la pensée collective à différents niveaux de réalité. L'auteur aborde une thématique qui m'interpelle puisque je la vois à l'œuvre dans mon quotidien comme elle est présente dans celui des personnes que j'accompagne, des étudiants de cultures bien différentes à qui j'enseigne, dans des problématiques familiales et organisationnelles auxquelles je fais face dans mes interventions, sans oublier la propre sphère où se jouent mes liens de sang, de coeur et de raison. M. Scheler propose une compréhension de la tradition sous les lunettes de l'affectivité et montre en quoi l'identification affective aux expériences d'autrui court-circuite la communication véritable, c'est-à-dire, l'expérience qui donne la place au jugement, à la pensée, à la mise à l'épreuve affective de ce qui est proposé :

> La tradition n'est autre chose qu'un transfert d'expériences internes - idées, mobiles d'action - et c'est en cela qu'elle se distingue de la « communication », de l'« enseignement », ainsi que de l'imitation consciente. (…) La contrainte qu'exerce sur nous la tradition tient précisément à ce que nous considérons les réactions auxquelles elles nous poussent, provoquées uniquement par nature de tel ou tel objet donnée. Et c'est pourquoi le contenu d'une tradition est considéré, non comme se rapportant au passé (c'est le cas du souvenir), mais comme étant « actuel ». Grâce à la tradition, nous vivons dans le passé, sans toutefois posséder des souvenirs qui nous ramènent à ce passé et, par conséquent, sans savoir que c'est dans le passé que nous vivons. C'est ainsi que peut se transmettre traditionnellement dans une famille une certaine attitude, une certaine sympathie ou antipathie ou méfiance à l'égard de telle ou telle valeur (quel que soit l'objet ou l'homme représentant ces valeurs), ou une certaine manière, adoptée par un aïeul quelconque, de se comporter à l'égard des femmes et des enfants, sans que

---

plan et dépossède de tous ses droits la personnalité spirituelle. » (*Ibid.*, pp 100, 110). Mais n'avons pas ici des traits similaires à ce que l'accompagnateur rencontre dans les contextes de la vie, ceux relatifs à l'hyper production, à l'hyper consommation, etc., bref, à ce conflit saillant du début du troisième millénaire qui conduit à l'épuisement affectif et professionnel, aux dépressions de plus en plus nombreuses, aux crises identitaires et à leur conséquences meurtrières?

> tel ou tel descendant éloigné se doute le moins du monde qu'il s'agit d'une expérience interne qui ne lui appartient pas et qui n'est pas fondée dans la nature des choses. (…) Il existe donc une contagion affective interindividuelle qui s'effectue à travers le temps, contagion à laquelle manquent totalement aussi bien la reproduction de l'expérience interne d'autrui (ce qui suffirait à annihiler la force de la tradition) que la conscience qu'il s'agit que d'un sentiment « communiqué » (*Ibid.*, pp.102, 103)

Les figures suivantes illustrent les rapports dialogiques entre le sens et l'affection à la source de la croyance, puis la portée de ce processus au niveau pluriel, en particulier, dans l'exemple pris par l'auteur : celui de la tradition. Dans les deux cas, la participation affective est au cœur d'un phénomène structurel de la personne, du groupe, de chaque culture, de chaque société.

Constitution de la croyance
(à partir de M. Scheler)

Compréhension affective de la tradition : Participation et illusion affective
(à partir de M. Scheler)

L'analyse schelèrienne est lumineuse. Elle permet une vision systémique des enjeux identitaires à la base de toute construction personnelle et communautaire. Ce balisage de la participation affective générique de la construction de nos cosmogonies et de nos cosmologies offre de réelles voies de compréhension et d'élucidation d'alliances, de conflits ou d'incompréhensions interpersonnelles. C'est le cas dans les syllogismes[284] et dogmatismes auxquels font face certains employés aux prises avec leurs hiérarchies, certains enfants face à leurs parents, certains acteurs dans la vie de couple, chaque personne dans sa communauté d'appartenance, chez certains citoyens en difficulté avec

[284] Le syllogisme peut être défini comme un « raisonnement purement formel, étranger au réel ». Emprunté au latin d'époque impériale : *syllogismus* au sens du grec - σ υ λ λ ο γ ι σ μ ο ́ ς - signifie « raisonnement » d'où le sens de « conclusion déduite de prémisses ». Le syllogisme se définit par opposition au raisonnement par induction, - ε ᾽ π α γ ω γ ή - est dérivé du mot grec : σ υ λ λ ο γ ι ́ ζ ε σ θ α ι qui signifie « assembler, rassembler », d'où le verbe : syllogiser. Voir : http://www.cnrtl.fr/definition/syllogisme

leur sociabilité, etc… quel est le secteur de nos vies qui soit à l'abri de ces réalités affectives : *l'illusion ou l'hallucination affective*?

Ces deux processus « synonymes » dénoncent l'interdiction, l'impossibilité ou le déni de toute supposition de fait – « est-ce cela qui m'arrive? », ou encore, « et s'il m'arrivait cela? » - à la faveur de la certitude et de l'assertion que les choses sont telles qu'elles sont, définies par les personnes ou les instances qui la sécrètent - « il m'arrive cela ! » Ou encore : « c'est cela qui vous arrive ! » -. Ce phénomène montre la puissance de l'expérience singulière, son dialogue possible ou niée dans l'inter-expérience dont nous parle a parlé R. Laing (1971) et que j'ai abordé dans la pertinence d'ordre sociale et professionnelle. La pensée de M. Scheler pointe avec insistance la portée collective d'une affectivité 'dépersonnalisante' dans laquelle le sujet affectif est affecté par une entité dans laquelle il perd ses contours affectifs identitaires.

2.2 Fonction affective et états affectifs : un écart à comprendre

En s'appuyant sur l'expérience de la pitié, M. Scheler pose l'hypothèse que nous voulons soulager la douleur d'autrui pour alléger notre souffrance. Phénoménologiquement, il se passe un processus qui n'est pas le partage en communion d'un *état affectif*, mais la mise en évidence de sa *fonction affective* (d'une fausse ou vraie sollicitude) envers la personne douloureuse dont l'objet premier n'est pas l'autre mais bien nous qui sommes en quête d'allégement de l'embarras ou de l'insupportable état que nous projetons à partir de l'expérience d'autrui. Dans ce cas, la présence de la sympathie n'est pas un état affectif, elle est une fonction affective pour nous sortir d'une situation qui nous est pénible. En s'appuyant sur la distinction entre la pitié, la joie et de la sympathie, M. Scheler établit l'existence de l'écart entre la fonction affective et les états affectifs pour appuyer sa définition de la sympathie véritable :

> Or dans la sympathie, la participation affective véritable n'est qu'une fonction, ne comportant pas d'état affectif chez la personne éprouvant de la sympathie (…). Que nous soyons capables de ressentir les états affectifs des autres et y compatir vraiment et que nous soyons à même de jouir de leur joie, sans pour cela devenir joyeux nous-mêmes, cela peut-paraître « étrange » ; mais c'est en cela que consiste le phénomène de la véritable sympathie.(*Ibid.*, p. 109)

Fonction affective et état affectif :
La participation affective dans la Sympathie

(à partir de M. Scheler)

Scheler procède à une dissection des processus affectifs en deux éléments fondateurs, celui de la *fonction* et celui de l'*état* ; deux réalités à l'œuvre qui ne sont pas si évidente à distinguer pour le sujet affecté. Je vois ici des pistes praxéologiques sur les conduites affectives en relation. Expérientiellement, cette distinction entre « fonction affective » et « état affectif » aiguise mon attention sur les liens possibles et féconds à faire entre ce qui relève du sentiment corporel tel qu'il a été abordé chez Maine de Biran et la pratique de la psychopédagogie perceptive relève-elle l'*état affectif* d'une part, et revêt-elle le sens d'une *fonction affective* d'autre part ? L'expérience de la dimension émotionnelle en psychopédagogie perceptive telle qu'analysée jusque-là peut-elle bénéficier de cette attention distinctive?

3. LES SENSATIONS AFFECTIVES ET LES SENTIMENTS SPIRITUELS

En distinguant quatre catégories affectives qui sont le *sentiment spirituel*, *le sentiment psychique*, *le sentiment vital* et *la sensation affective*, Max Scheler balise un paradigme de la sympathie donnant forme à une personne ne pouvant se réduire à un « moi » conçu comme un objet de perception interne ou d'observation psychologique – cette « idole de la connaissance de soi » -, ainsi,

> pour en comprendre l'essence [de la personne], il faut réfléchir sur ces actes intentionnels par lesquels nous saisissons essences, valeurs et personnes : La personne n'en est ni la collection ni la résultante, mais *le sujet* ; elle n'existe que dans ses actes et change avec eux. Son essence est individuelle, aussi les valeurs de personnes sont-elles les plus élevées. Les valeurs types de personnes – Le Saint, le génie, le héros, le chef, l'artiste – forment sans doute une hiérarchie, mais pour chaque personne Dieu a créé une valeur propre qui apparaît à la lucidité de l'amour. [285] (Christoff, 2015) [Je souligne]

Scheler permet de faire des ponts nouveaux entre cognition, affectivité et agir, affectivité et spiritualité, spiritualité et socialité, en plaçant le processus de la sympathie comme une clé de voute reliant toutes ces dimensions. Dans cette théorie, le comprendre se donne en « sympathisant » sans avoir accès à des *sentiments sensuels* qui dépendent de l'organisation de nos organes des sens. De même, l'homme comprend le *sentiment vital* de ceux qu'il croise et dont les jouissances sensibles lui sont incompréhensibles. Pour l'auteur, les sentiments spirituels, plus subtilement activés que les sentiments psychiques sont de loin les plus accessibles à notre sympathie sans même que notre expérience personnelle ne soit recrutée pour les vivre.

> Les hommes de toutes les époques, de toutes les races ont été et sont encore capables de comprendre la tristesse que Jésus a éprouvée (…). Le fait de comprendre, de revivre, de partager aussi bien les états affectifs des autres que leur échelle de valeur (sympathie plus sentiment des valeurs) est vraiment capable d'élargir notre vie, de l'élever au-dessus du cadre étroit de nos expériences réelles, de rattacher et de subordonner chacune de celles-ci à tout l'ensemble de notre vie, qui sera d'autant plus riche et d'autant plus pleine que nous aurons fait preuve d'une compréhension et d'une sympathie plus large pour les états et les valeurs aussi bien du monde qui nous entoure que pour ceux qui nous sont révélés par l'histoire. (*Ibid.*, pp.121, 122)

Dans ces lignes, une fois encore, se dessine en filigrane une pensée dont la portée est de l'ordre, à la fois personnelle, 'socio-relationnelle' et spirituelle dans le sens qu'elle prend soin du grandir de l'autre, de possibles relationnels à laisser advenir, d''enfer-mements' dont il est possible de s'extirper. Nous ne sommes pas si éloigner d'un concept et d'une praxis affective liée à la pensée de Blaise Pascal :

> Nous connaissons la vérité non seulement par la raison mais par le cœur. C'est de cette dernière sorte que nous connaissons les premiers principes (…) C'est sur ces connaissances du cœur et de l'instinct qu'il faut que la raison s'appuie et qu'elle y fonde tout son discours. [286]

[285] Daniel Christoff, « Scheler Max - (1874-1928) », *Encyclopædia Universalis* [en ligne], consulté le 5 février 2015. URL : http://www.universalis.fr/encyclopedie/max-scheler/

[286] Pascal (1623-1662). Voir : http://cours-de-philosophie.fr/ressources/citations-expliquees/pascal-blaise-le-coeur-et-la-raison/

Balisage du paradigme de la sympathie : catégories affectives
(à partir de M. Scheler)

4. L'AMOUR : LE MOUVEMENT VERS UNE VALEUR SUPERIEURE

L'amour est un mouvement du non-être vers l'être.
Platon

Il revient à la nature de la participation affective sur la valeur de faire naître la présence de l'amour ou de la haine.
L'amour ne cherche pas une valeur supérieure, mais aspire à l'élévation d'une valeur.
Max Scheler

Une des contributions reconnues de l'œuvre de Scheler est celle d'avoir mené une réflexion profonde sur l'amour et d'en avoir proposé des entendements à partir de la compréhension affective développée précédemment. D'emblée, la conception cinétique de l'amour comme résultante d'une connaissance émotionnelle de la valeur de soi dans le cas de l'amour, comme mouvement de valeur de soi, de l'autre et de l'homme dans son humanité, est plus que séduisante. L'amour n'est pas une contemplation figée et donnée une fois pour toute. Il s'agit d'autre chose. Pour que cette nature d'amour existe, elle a besoin d'un mouvement intentionnel vers des valeurs de plus en plus élevées qui émergent et s'ajoutent à celles qui existent déjà :

> C'est ainsi que dans l'amour pour une personne donnée empiriquement nous nous formons une image idéale de sa valeur ; image idéale qui, cependant, est en même temps vraie et réelle, bien que son existence ne fasse pas encore partie de notre perception. (*Ibid.*, p. 296)

Le rôle créateur de l'amour réside dans l'ouverture à l'évolutivité positive de la valeur sans pour autant qu'elle est une supériorité sur les autres. Elles ne le sont qu'en rapport à nos perceptions, à nos préférences, à notre vouloir, à nos actes déterminés par cette participation affective. Par la modification de ces sphères, l'amour est « créateur » d'une « existence » qui est nouvelle » (*Ibid.*).

Par contraste, la haine procède de la même façon, mais dans une pente descendante au sein des mêmes éléments et en ce sens, on comprend bien qu'elle est destructrice. C'est donc sur la valeur des objets et non sur l'objet lui-même qu'il faut comprendre l'amour ou la haine. Pour le dire autrement, il revient à la *nature de la participation affective* sur la valeur de faire naître la présence de l'amour ou de la haine. On retrouve à nouveau la dialectique entre la fonction et les états affectifs. Ce processus relèvent de phénomènes fondamentaux qui sont et seront abordés à plusieurs moments dans cette thèse : je veux parler de l'*intention* et de l'*attention*. L'amour ne recherche pas une valeur supérieure, mais aspire à l'élévation d'une valeur. La nuance est de taille. Elle nous « ouvre les yeux sur des valeurs supérieures à celles qui sont offertes à notre intérêt, lequel est d'ailleurs lui-même plus qu'une « attention exagérée », puisqu'il est à proprement parler, la cause de cette exagération de l'attention. » (*Ibid.*, p. 202, 203). Dans cet entendement, la participation affective n'est pas de l'ordre de la projection affective de celui qui aime à l'objet aimé (quel qu'il soit) ou d'une fascination qui relève de l'hallucination affective. Celui qui accède à ces valeurs n'est pas plus victime d'une illusion affective le saisissant. Il existe des *valeurs individuelles et autonomes* de l'objet (art, nature, personne, groupe) que seul l'amour est capable de révéler. Pour M. Scheler, que d'illusions règnent dans ce domaine !

> Il faut tenir compte pour savoir s'en abstraire, de toutes ces illusions, lorsque l'on veut se faire une idée de l'essence et de la nature de l'amour. (*Ibid.*, p. 203)

Participation affective et valeur et ethique existentielle
(à partir de Scheler)

4.1 L'amour moral : l'amour de personne à personne

La personne, c'est la substance à laquelle se rattachent tous les actes qu'accomplit un être humain ; inaccessible à la connaissance théorique, elle nous est dévoilée que par l'intuition individuelle.

Toutes les fois qu'un homme, au lieu de se haïr, s'aime, son amour doit être partagé : c'est là une des formes que peut revêtir l'amour d'autrui »
Max Scheler

Nous savons le souci social dans la réflexion sur l'affectivité faîte par l'auteur. Face à une pensée rationalisme de l'amour qui cherche à le justifier par les faits, les particularités, les actes, les manières d'être et de se comporter, M. Scheler installe une praxis où

> la personne ne nous est donnée que dans l'acte d'amour et sa valeur, en tant que valeur d'individu, [la personne] ne se révèle à nous qu'au cours de cet acte. (*Ibid.*, p.316)

La personne ne peut être comparée à autre chose qu'à elle-même, elle n'est ni un objet, et encore moins une chose :

> Les seuls objets qui se donnent à moi lorsque je me trouve devant un autre homme sont 1/ son corps, 2/ son unité corporelle, 3/ son moi et l'âme (vitale) qui s'y rattache. Ma propre connaissance de moi-même ne comporte rien au-delà de ces trois éléments. La personne ne se révèle à moi que pour autant que je « participe » à ses actes, soit théoriquement en les « comprenant » et en les « reproduisant », soit moralement en m'y conformant. (*Ibid.*, p.317)

Cette citation relative à la définition d'une personne synthétise le vécu qui est le mien lorsque je suis dans mes fonctions d'accompagnateur comme dans ma vie quotidienne. La donnée du Sensible, on le verra, donne une plus-value à l'expérience, c'est-à-dire littéralement, elle hausse la valeur de moment vécu et des éléments qui les constituent. Plus encore et sur un certain plan, et dans mon trajet personnel, l'expérience du Sensible porte en elle un processus donnant à toute chose qu'elle touche ou qui la touche de la valeur. Sans romantisme exacerbé, dans ce champ d'affectivité résonnant dans un ton positif, je me sens aimer et aimant, en sympathie avec la vie et celle de l'autre ou du groupe. Bien qu'il manque une nature de présence du mouvement à la théorie affective de Max Scheler, la subjectivité reste d'actualité tout au long de son analyse et mise sans cesse en circulation entre le *micro*, le *méso* et le *macro*. On l'a bien vu avec les déclinaisons des catégories de participation affective.

4.2 Vers une phénoménologie de l'amour : de l'amour individuel vivant à l'amour de « l'humanité »

Une valeur est ce qu'elle est, uniquement en vertu de
sa nature phénoménale interne.
Max Scheler

Dans mon expérience au contact de la pensée de M. Scheler, j'éprouve le sentiment d'être rejoint par un entêtement à ne pas sombrer dans la « spéculation à la baisse » en ce qui concerne l'humain, à croire en ses capacités affectives, les possibilités d'ordre morale et la portée sociale qui découlent d'une telle position ; tout cela m'émeut. Contrairement à la théorie naturaliste, 'hantée' par la connaissance qui est un terme de performance[287] et qui semble 'agacer' notre auteur, le monde « véritable » est plus riche que le monde donné, il ne répond pas aux spéculations et aux schématisations en vue de fins pratiques, ne se laisse pas provoquer par une expérience quelconque, ni même par

[287] Voir : Edmond ORTIGUES, « EMPIRISME », *Encyclopædia Universalis* [en ligne], consulté le 6 février 2015. URL : http://www.universalis.fr/encyclopedie/empirisme/

l'éducation[288]. En prenant la figure de l'amour sacré, Max Scheler 'enfonce le clou' : l'existence rend compte d'un principe du vivant lié aux forces en œuvre dans la vie et travaillant en premier lieu à l'élévation et à la conservation de l'espèce (et non de l'individu, et encore moins de l'individu psychique) :

> Tout ce à quoi nous aspirons, (base phénoménologique de la notion de force vitale) provoque de notre part des actes impliquant une certaine valeur (et une conscience de valeur, lorsqu'il s'agit d'aspiration), sans qu'il s'agisse toutefois d'une « idée », d'une »représentation », même au sens le plus formel (celui de Leibniz, par exemple), ainsi que le croyait la philosophie intellectualiste qui prétendait pouvoir ramener la « valeur » à l'« être » et à la « perfection ». (…) Toutes les impulsions involontaires, non émanant du *moi*, mais phénoménologiquement réductibles au *moi*, sont « aveugles », au sens *intellectuel* du mot, mais non en ce qui concerne leur orientation déterminée par une valeur. Cette orientation peut exister, même à une phase où la conscience-même de l'aspiration fait défaut et où cette aspiration dont la conscience annonce précisément les premiers germes peut encore être réprimée. (*Ibid.*, p. 349)

Dans un autre registre, M. Scheler questionne la nature des rapports entre l'« homme », « l'individualité isolée » et ce qu'il appelle « l'individualité collective ». En abordant ces dimensions plurielles et en les rattachant à la thématique de l'affectivité, de l'amour en particulier, nous arrivons à une vision de l'homme en tant qu'individu collectif qui représente tout le genre humain ; à travers toute son évolution historique, un être immense, vivant, luttant, souffrant, opposé à tout l'ensemble de l'univers. Comme tel, il peut être un objet plus digne d'amour que tel ou tel des peuples dont il se compose ; et M. Scheler de poser cette question cruciale : pour qui cet « individu », avec ses valeurs, existe-t-il? (*Ibid.,* p. 354, 355). En cheminant plus loin dans cette logique, l'auteur nous dirige vers la notion de Dieu étant la seule entité apte à l'amour de « l'humanité en tant qu'individu dans la totalité de sa valeur ». Dans une perspective tenant à la nature même de l'homme et à l'essence de la vie en général, impliquant toujours un système d'instinct plus ou moins positif, M. Scheler considère qu'il n'y a qu'une seule manière d'aimer l'humanité,

> celle qui consiste à l'aimer par l'intermédiaire de Dieu, à communiquer avec Dieu dans cet amour, autrement dit, le véritable amour repose sur l'amare in Deo. (*Ibid.*, p.356)

Pour autant que le porteur de l'amour soit un être vivant, l'amour individuel vivant peut, dans ces conditions, être porteur de l'amour de l'humanité. Phénoménologiquement parlant, le fait que ce que l'on aime contient toujours des valeurs supplémentaires

[288] Cette pensée résonne en deux temps et deux tons. Premièrement, elle évoque la dimension extra quotidienne du Sensible, puis par contraste, celle de la psychopédagogie perceptive en tant qu'une éducation, ce que Scheler pense inaccessible.

à celles que nous percevons au moment donné est caractéristique de cette nature d'amour. Quand nous nous surprenons à dire : « Oui, c'est bien cela que j'aime ! Que j'ai toujours cherché ! » (je note que ce sentiment est courant dans la rencontre de l'expérience du Sensible comme celle d'autres formes d'expression fondamentale de la vie), c'est qu'en nous, l'amour révèle une valeur particulière à une expérience qui devient la nôtre parmi le nombre infini d'expériences possibles. Parmi ces expériences se trouve celle de l'amour sexuel.

4.3 L'amour sexuel, la fonction la plus centrale de l'amour vital[289]

Sans amour tu n'es qu'une possibilité, un geste vide.
Avec l'amour, tu deviens pour la première fois important.
Osho

En discutant l'ontogénie des sentiments sympathiques et de l'amour proposée par Freud, et notamment, en réfutant la thèse que toutes les qualités si diverses de l'amour se réduisent une seule et unique qualité appelée « libido », M. Scheler propose une réflexion sur l'instinct sexuel et la nature de participation affective qui le détermine. La pensée de Lipps définit, dans une formule que je trouve séduisante, l'amour sexuel comme « *un instinct sexuel ayant reçu une âme* »[290] (je souligne), c'est-à-dire, comme un mouvement de sympathie purement psychique (intuition des mobiles d'un moi étranger, en fonction de ses expressions corporelles) combiné à un instinct sexuel intrinsèquement dénué de toute possibilité de choix. Or, pour Scheler, l'amour sexuel est une variété amoureuse bien particulière. Il est déjà « un amour », capable d'orienter ses préférences comme participation affective et non pas une simple pulsion générique et aveugle. L'explication tient au fait que l'amour sexuel est la fonction la plus centrale de l'amour vital, et capable de faire un choix parmi les phénomènes qui s'offrent à lui. Une observation du langage courant qui relie naturellement l'amour sexuel à l'amour tout court comme si il représentait l'amour par excellence. L'instinct sexuel et l'amour sexuel représentent, comme Freud l'avait déjà relevé, la matière dont toutes les autres variétés d'amour vital tirent leur force et leur vivacité :

> Même l'amour de la « vie » comme telle, cet amour qui rend notre âme accessible à la participation affective et sympathique aux multiples manifestations de la vie,

[289] *Ibid.*, p. 378
[290] *Ibid.*, p.377

> même l'amour naïf de la nature, ont besoin pour s'épanouir et se développer, d'un certain degré de vivacité de cet instinct le plus central.[291]

5. PREMIERES RESONANCES : LA LEVEE DE CONFUSIONS SUR L'EXPERIENCE AFFECTIVE

5.1 Approche multifactorielle de l'affectivité

Au terme de cette section, je fais un premier constat. De nombreuses évocations spontanées de moments personnels et professionnels ont émergées lors de l'écriture de ces lignes sur le thème de la sympathie et de la participation affective. J'en ai donné certaines en cours de route. Ce qui est remarquable, c'est que Max Scheler nous propose une approche multidirectionnelle et multifactorielle de l'affectivité dans une sensibilité et une précision rarement rencontrée. Pour Bruno Frère (Frère, 2007), l'ambition de l'œuvre schelèrienne est de mettre un terme au discrédit sur l'affectivité en discutant et en montrant la confusion à l'origine de la distinction hiérarchique entre la sensibilité et la rationalité dans la démarche rationaliste de Kant. En effet, ce dernier « part d'un présupposé où « matérial »[292] et sensoriel se confondent à l'origine du sentiment, lequel s'en trouve relégué au second rang de l'analyse philosophique » (*Ibid.*, p. 2).

On comprend mieux l'intérêt des formulations « compréhension » et « participation » affective, puisque le propos de leur auteur pointe *les actes intentionnels de la perception affective qui nous ouvrent au monde authentique des valeurs morales* (*Ibid.*). Contre la toute puissante « raison raisonnante », la pensée de M. Scheler introduit la place de la raison des sentiments et des émotions en tant que phénomène tissant en creux l'expérience morale. Ces phénomènes induisent des conduites morales à partir de nouvelles représentations.

> Le coup de force opéré par M. Scheler est tout sauf négligeable ; l'a priori ne doit plus être conçu « comme condition subjective de l'objectivité mais comme structure privilégiée de l'objet. (Scheler, *cité par Ibid.*, p. 12)

L'objet se saisit affectivement et en toute passivité. M. Scheler propose la notion d'

[291] *Ibid.*, pp. 378, 379

[292] Le terme « matérial » signifie « matériel » et vient de l'allemand. Pour B. Frère, son usage renvoie à une valeur matériale perçue affectivement et son support perçu par la sensibilité qui peut être matériel. Tout matériel est *matérial,* mais tout *matérial* n'est pas matériel, car une valeur peut exister indépendamment d'un support.

> « a priori » comme un « état sauvage », « non point tel qu'il apparaît lorsqu'il est élaboré par une réflexion qui l'explicite et l'exploite, mais tel qu'il apparaît immédiatement au cœur de la perception. (Dufrenne cité par *Ibid.* p.13)

Les pensées présentées ici résonnent avec mon expérience du Sensible d'où peut émerger un sens non élaboré par la réflexion car il se donne depuis un sentiment corporel et une dimension émotionnelle que je vis comme étant spécifique. Je détaillerai ce processus dans la partie consacrée à la psychopédagogie perceptive.

5.2 La distinction entre état et fonction affective

Les catégories comme celle de la participation affective ou de la compréhension affective se sont révélées comme des nouvelles lunettes pour explorer la dimension qui m'intéresse. Comment puis-je revisiter la dimension émotionnelle en psychopédagogie perceptive à l'appui de cette découverte? Les propositions schelèriennes mettent en lien à la fois la sensibilité de la chair abordée avec Maine de Biran et le souci husserlien (*Sorge* en allemand) comme une attention pointant la vie elle-même. Les degrés de participation affective se montrent comme des poignées conceptuelles permettant de ranger les vécus et les tonalités affectives rencontrées en psychopédagogie perceptive ; elles ouvrent l'horizon et me font réfléchir à un emplacement possible à créer pour l'expérience affective propre à ma pratique.

J'ai aimé le lien permanent implicite et explicite de la dimension singulière-plurielle de la participation affective proposée par l'auteur. Ce regard donne d'emblée une portée sociale à la question de la dimension émotionnelle et au champ de l'affectivité *via* un intérêt spécifique sur différentes natures de participation affective. Comment intégrer cette amplitude pour définir la dimension émotionnelle qui m'intéresse ? La place de la notion de valeur représente-t-elle une piste ?

5.3 Oser un pas dans les sentiers du vivre intime, sensuel et sexuel

5.3.1 Isomorphisme

Ma posture de « chercheur-ému » oriente une implication à travers un engagement intime. Cet engagement en se socialisant se pérennise dans un écrit comme celui d'une thèse de doctorat, il n'est donc pas clos sur lui-même. Adopter

une conduite qui impose à celui qui cherche de ne rien laisser sur le bord de la route de ce qui fait sens et le touche, de restituer les découvertes liées à son exploration dont il croit qu’elles servent l’avancée dans son projet n’est pas banale. Elle relève par moment de la foi liée à une confiance dépassant ses propres appréhensions, voir quelques moments d’angoisse.

La lecture de M. Scheler me mène sur des sentiers peu empruntés dans la recherche en général, dans celles existantes au sein du CERAP, et en tous les cas, dans ma propre démarche de chercheur. Aller dans cette direction était presque dérangeant pour moi et pourtant... Sur ce plan, au cours de l’écriture de cette section, j’ai reconnu des états de timidité et de pudeur ; toutes deux ont été à franchir pour aborder les termes et les thèmes quelque peu ’tabou’ de l’amour, de l’instinct sexuel et de l’amour sexuel, comme celui de de Dieu (la notion? j’hésite encore !). Quels sens portent la co-présence de ces quatre termes !? J’ai vécu en temps réel ce que j’apprenais de Max Scheler à propos de la tradition ou de la culture (incluant celle construite par mon parcours personnel et professionnel), c'est-à-dire, la présence de dispositions ou de retenues plus ou moins inconscientes liées à une illusion affective. Je veux parler de thèmes que je projette malvenus dans une recherche, ou encore dévoilant une sensibilité et un parcours dont le processus d’assumance est miné d’inaccomplis.

5.3.2 Les espaces intimes du chercheur

L’émoi est là comme la participation et l’auto-compréhension affective du chercheur à l’œuvre. En m’adossant aux propos de Michel Onfray pour qui,

> l’érotique est un art de l’amour en tant qu’il concerne le corps concret, corps de chair et de désir, d’émotions, de plaisirs, de frissons, de caresses. 293

J’ai réalisé que certains mots-clés de ma recherche se présentaient dans cette phrase. Mon étude sur l’ému à travers l’intérêt porté sur la dimension émotionnelle et le champ de l’affectivité peut-elle se passer d’un détour dans ces espaces intimes dont la prise en compte ouvre sur l’aperception affective de l’universel? En ne niant pas ce retour affectif sur mon expérience au cœur de ma recherche, je réponds à l’affirmation de Michel Henry présentée ici :

[293] Préface de Michel Onfray (Misrahi, 2014, p. 8).

> Le moi ne saurait se révéler à lui-même que dans un acte d'auto-réceptivité radicalement intérieur et comme tel immédiat, qui n'est possible en réalité, que dans le procès d'une *aperception affective* [c'est moi qui souligne] et son immédiateté (…). Il s'accomplit par principe et conformément à sa nature affectionnelle comme une « épreuve » dans un acte d'affection et d'auto-affection.[294]

Chemin faisant, je me suis laissé rejoindre par les propositions humanisantes dans la pensée de Max Scheler plutôt que de m'enliser dans les réticences d'un *surmoi* culturel trop étroit. Une lecture de ma pratique dans la perspective schelèrienne, c'est-à-dire dans laquelle l'amour peut-être une fonction affective ou/et état affectif est plus qu'intéressante. Personnellement, je fais partie de ceux pour qui l'approche corporelle et charnelle proposée par la pédagogie perceptive a eu l'effet d'une révolution dans ma perception et dans mes vécus de la vie intime, *la mienne et celle d'autrui*. La pédagogie perceptive s'est révélée être une dimension praxique respectant l'équilibre du touché-touchant, éveillant le jeu de la réciprocité, installant une volition répartie entre la vie elle-même et mon propre agir volontaire. Ce processus mobilisé dans l'activité du praticien se donne comme pratique amoureuse au sein de la vie intime. Chemin faisant, un trajet s'est dessiné, en forme de conversions au sens ou l'entend Robert Misrahi (2009) ; conversions successives en trois étapes non linéaires - conversion à soi, à l'autre et au grand Autre. A chacune de ces conversions se sont vues concernées, voire convoquées, deux activités et dimensions anthropologiques essentielles au vivre. J'ai pu observer qu'elles ont été paradoxalement à la fois reliées et séparées. Je veux parler d'une pratique et d'un rapport au sacré, d'une pratique et d'un rapport à la sensualité charnelle, à la sexualité ; tout comme je m'interroge sur la place que le praticien en psychopédagogie perceptive donne au sacré, à la sensualité à la sexualité lorsque ces thématiques se présentent dans l'accompagnement. Ne fondent-ils pas des espaces de manifestation et d'expression de nos émotions et nos sentiments les plus fondamentaux? Puis-je échapper à un questionnement sur ces aspects du vivre ?

Que savons-nous de l'apport affectif ou des confrontations affectives soulevées par une discipline dont le socle est le rapport à la perception, à la sensation, à une qualité d'écoute de soi et de l'autre, au silence dans les corps et les chairs incarnés? Que devient le vivre en soi et avec l'autre (les autres) dès lors que ce

[294] Gabrielle Dufour -Kowalska IN Jdey, A. & Kühn, R. (2012). Studies in contemporary phenomenology – Vol 4. Michel Henry et l'affect de l'art - Recherches sur l'esthétique de la phénoménologie matérielle. Ed. Brill, p 28.

rapport est investi dans ces deux secteurs de l'existence? Cette interrogation suffirait à l'argumentation d'un projet de thèse. Je ne renoncerai pas à effleurer une thématique sur ce qui pourrait constituer une très belle recherche. Les écrits de Max Scheler m'ont 'emporté' jusque-là ! Je trouve des appuis inattendus à la problématique de cette étude à travers des accordages à explorer entre le toucher, le sentir, la sensualité, la sexualité et le sentiment spirituel, qui le sont tout autant.

5.4 Une herméneutique morale en lien avec l'affectivité et l'altérité?

L'apport de la notion de *nature de participation affective* peut introduire et alimenter la réflexion sur une herméneutique morale en lien avec la dimension sociale de la personne reliée à l'expérience du Sensible. L'homme Sensible (Bois, 2006), figurant la personne présente à elle-même et à sa corporéité vivante, si elle est une personne affecté d'une manière particulière à préciser encore, n'est-elle pas pour autant immergée dans le monde? Si c'est bien le cas, qu'advient-il de cet état de réception et d'intégration dans le vivre moral sous l'angle de la participation affective comme valeur sur les dynamiques relationnelles comme sur les toutes les choses?

5.4.1 Une pratique incarnée et charnelle de la morale ?

Quand je prends l'exemple de ma pratique de la méditation, je vois s'opérer un changement dans ma posture réflexive et dans ma conduite relationnelle liée à une modification de la valeur accordée à toute chose. Cette valeur naît d'une modulation de la nature de participation affective dans mon contact avec une personne, celui-ci peut être concret (dans une interaction réelle) ou représentationnel (l'idée que j'ai de ce qui s'est passé ou pourrait se produire). Avant de méditer, je peux être dans une certaine disposition dans le lien avec telle ou telle personne sous la forme d'une contrariété, d'une tristesse ou d'une colère, voire simplement d'une incompréhension de la situation qui porte une ambiance affective spécifique ; je peux constater dans le processus de ma méditation, comment le rapport au corps et à l'animation qui séjourne installe une base perceptive et donc opère une réorientation de l'attention sans volition volontaire, une régulation de la participation affective altère la valence émotionnelle, change de tonus, emportant avec elle une modification de la nature de

ma participation affective. Chemin faisant, le tout aboutit à un changement de la valeur initiale attribuée à la situation présente avant ma pratique introspective corporelle. Ce phénomène dévoile une gradation de la clarté émotionnelle en jeu tout en me différenciant d'elle sans la nier pour autant. Je deviens alors sujet-affecté – attentif, plus conscient de ce qui m'affecte. Cette méta-position qui n'est pas une distanciation, mais une reliance, une absorption et une 're-co-naissance' de mes états, de mes pensées, altère dans son flux altérer ma conduite affective et comportementale. Une nouvelle valeur morale s'installe et reconfigure le lien dans des formes inattendues qui par contraste semblaient improbables auparavant. Je présente ici, non seulement une expérience relatée, mais j'illustre une pratique morale fondée sur une praxis à la fois attentionnel[295] et émotionnelle. Cette praxis n'est pas réflexive dans un premier temps, elle est d'ordre charnel et de nature affective puisqu'une nouvelle émotion a pris sa place, émergente et non réfléchie. Tout au long de ce processus, une dynamique sous la forme d'un emboîtement entre émotion/perception/ attention/participation affective sous forme de va-et-vient spontanés opère un déplacement perceptif, cognitif et affectif à la source d'une posture dans laquelle la morale se trouve concernée ; plus encore elle peut s'y crée. La méditation s'est révélée comme étant l'espace d'une transformation intra-personnelle et subjective, dont la portée n'est pas égocentrée puisqu'elle rejaillie dans le lien et au-delà, dans le social.

5.4.2 Un espace de création d'une moralité ?

La méditation du Sensible, comme d'autres pratiques d'introspection (Ricard, 2012 ; Midal ; 2014), figure une praxis et l'espace de création d'une moralité. La spécificité de la méditation en pédagogie perceptive est qu'elle est ancrée dans le corps, les corps, sentis d'une certaine manière, c'est-à-dire dans les chairs, dans les êtres. La pratique en question que je m'applique à moi-même s'introduit dans ma relation de couple, dans mes actes d'accompagnement, de formation et d'enseignement ainsi que dans mes interventions en organisation. En sous-main de dialogues verbaux et d'analyses systémiques, elle questionne, reformule ou 're-fonde' des valeurs morales (et citoyennes) de ma personne en propre, des personnes et des groupes. Dans un espace atmosphérique de grande qualité empathique, une finesse

[295] On verra plus loin comment l'attention est tissée à l'émotion avec Natalie Depraz.

relationnelle prend place, et avec elle, une affectivité plus opérante. Sur le sol d'une écoute et d'une attention-vigilance ancrée dans le rapport au corps Sensible dont les protagonistes restent souvent surpris, cet ensemble expérientiel augmente la puissance d'agir individuelle, dyadique et groupale.

5.4.3 Un impact sur la dynamique des liens et le rapport à l'attachement

La pensée schelèrienne provoque un renouvellement des pratiques et des liens, modifie des aspects de la théorie-même que je me faisais de l'altérité et l'empathie. Comme le précise Boris Cyrulnick dans une conférence :

> On nous fait croire que les théories ont une valeur en soi, or je pense que les théories que l'on a sont avant tout une valeur pour soi en fonction de notre histoire.[296]

Sur le terrain de la pratique, le monde intime découvert à l'occasion de la pratique de la psychopédagogie perceptive s'inscrit dans l'histoire de chacun des participants, dans son vivre, et à ce titre, cette expérience participe à la construction de la morale individuelle ou groupale. Une fois n'est pas coutume, la pensée d'autres auteurs rôde dans mon esprit et s'avance vers ma conscience pour éclairer mon intuition comme celle de Jan Patocka,

> par l'aspect de son être que constitue le mouvement affectif, l'homme est immergé dans le monde, non pas comme milieu pragmatique et pratique, mais comme espace omni-englobant de chaleur et de froid, plus précisément de chaleur et de froid vital. (…) L'homme est par tout son être, tributaire de l'autre homme dans sa fonction de protecteur, créateur de sécurité et de chaleur vitale, donateur d'unité, d'adhérence et d'attachement, du rapprochement mutuel instinctif et de la fusion qui est une compensation nécessaire de l'individuation et de la dispersion en centres de vie singuliers. (Patocka, 1995, pp. 108, 109)

Cette réalité de la participation affective, celle de l'attachement à l'autre humain et à la communauté, si elle est évidente dans les premiers moments de la vie, ne semble pas être conscientisée comme étant fondamentale par la suite. Pourtant, ce phénomène se poursuit tout au long de l'existence sous des formes les plus variées (Wiart, 2011 ; Guedéney, 2012 ; Cyrulnik, 2004 ; Miljkovitch, 2001). L'expérience sur le terrain du soin, de la formation, de l'éducation et de l'accompagnement crie cette réalité et ce besoin inhérent à la croissance et à l'accomplissement humain, qui

[296] Voir un magnifique reportage audio d'une discussion entre Boris Cyrulnik et Michel Onfray lors de leur conférence du 26/04/2011: http://lionel.mesnard.free.fr/le%20site/boris-cyrulnik.html

on le sait, l'andragogie[297] nous l'a appris, ne s'arrête pas à vingt ans, ni à cinquante ans, pas davantage après.

La pensée de Max Scheler rebondit avec vitalité sur ma question de recherche, elle éclaire certaines zones aveugles, attire mon attention sur l'importance d'une catégorisation inédite au sein de la dimension émotionnelle et du champ de l'affectivité ; elle m'oblige à faire deux mouvements en dissociation. Retenir le flot des directions qui s'offrent à mon esprit pour ne pas perdre mon axe, laisser le mouvement me sortir d'avenues toutes faites dans lesquelles mon sujet reste enfermé dans ce qui est convenu d'appeler le confort rassurant de la certitude de ce qui est à traiter. Comme je l'ai dit lors de ma pertinence personnelle, le sujet d'une thèse est un matériel vivant et actif, pour ne pas dire la thèse en tant que processus. Elle œuvre à son rythme et j'avance, dans un touché-touchant, à l'écoute de l'évolutivité de ma participation affective, de ma pensée, de mon corps, de ma subjectivité, au fil de ma lecture et de mon écriture. Une vigilance sur le sujet de ma recherche s'aiguise chemin faisant. Le chercheur se transforme corps et âme. Une auteure plus contemporaine émerge à la fin de cette section. C'est à Natalie Depraz que je dois ma rencontre des travaux de Scheler, qui la première a prononcé ce nom inconnu jusqu'alors.

La présence de l'œuvre de la philosophe et phénoménologue française dans cette recherche est importante à plusieurs titres qui vont se dévoilés au fur et à mesure. Sa rencontre et ses multiples collaborations, dont celles avec Francisco Varela, Michel Henry, Alain Berthoz ou Pierre Vermersch donnent la mesure du spectre théorico-pratique de la pensée de l'auteure. Comme pour les autres contributions théoriques dans cette thèse, je ne ferais qu'effleurer le travail d'une vie à l'appui de certaines résonnances et notamment celle issues du dernier et très récent ouvrage, « Attention et vigilance – A la croisée de la phénoménologie et des sciences cognitives ». Par ailleurs, il m'est impossible de taire ma rencontre avec Natalie

---

[297] Andragogie vient du Grec anir (ανήρ) au nominatif qui devient andros (άνδρας) au génitif, qui signifie « homme » dans le sens d'homme mûr et de l'être humain adulte ; et de agogos (αγωγός) qui signifie « guide ». L'andragogie concerne la formation des adultes, elle témoigne un essor depuis les années 1980 grâce au développement de la formation continue avec les notions de « formation permanente » et de « reconversion », à la fois sous l'impulsion sociale à travers la possibilité d'évoluer dans l'entreprise, patronale à travers la flexibilité et pour échapper au chômage. Voir : http://fr.wikipedia.org/wiki/Andragogie . Andragogie est donc à associer à une éducation tout au long de la vie qui « recouvre les activités d'apprentissage entreprises à tout moment de la vie, dans le but d'améliorer les connaissances, les qualifications et les compétences, dans une perspective personnelle, civique, sociale et/ou liée à l'emploi » **Source spécifiée non valide.**.

Depraz pour cette même étude. Il est si rare de pouvoir être en présence de ‘chair et d’os’ avec les penseurs qui nous inspirent. Pouvoir mettre un visage, entendre une voix, se souvenir d’une présence en fond de ce qui se lit, puis s’écrit, est pour moi une expérience d’une vivance à souligner. Je suis rempli de gratitude, ému de commencer cette section, ému et impressionné.

CHAPITRE 4 : L'APPROCHE PHENOMENOLOGIQUE DU CŒUR ET AU CŒUR DE L'ATTENTION CHEZ NATALIE DEPRAZ

*La **Stimmung** est l'unité des sentiments qui*
confère à chaque vécu apparaissant une couleur,
une couleur unifiante, une lueur de joie,
une coloration sombre de tristesse.
Husserl

Il serait trop facile de penser que cette vibration mobile de tous les instants
se donne comme un pur flux chaotique et dispersé,
dépourvu de toute forme de centration.
Natalie Depraz

Le cœur a son ordre, l'esprit a le sien.
Pascal

1. UNE PHENOMENOLOGIE DU CŒUR

Pour Natalie Depraz, la facticité, le sentir et la passivité offrent une mise en sens de « la spécificité du phénomène de l'émotion [qui] semble résider dans ce type singulier de mouvoir » (Depraz N. , Délimitation de l'émotion - Approche d'une phénoménologie du coeur IN Emotion et affectivité - pp 121-148, 1999). La facticité, c'est-à-dire, ce qui advient à la personne, donne le point d'*impulsion* ; le sentir quant à lui, relève d'une articulation *entre le physiologique et le psychologique*, la passivité, c'est-à-dire, ce qui est subi, projeté hors d'elle, met en situation de *réception* ; Avec ces trois éléments, on peut comprendre et présenter la dynamique et la complexité déjà évoquée dans la partie consacrée au vocabulaire des émotions. C'est ce qu'illustre le schéma suivant :

Trois éléments de mise en sens de la spécificité du phénomène de l'émotion
(à partir de N. Depraz)

En s’appuyant sur d’autres étymologies (anglaise et allemande) avec les termes de « *mood* » associé au terme allemand, « *Stimmung »,* qui renvoie à *humeur* ou à *disposition,* la dimension émotionnelle se comprend en tant qu’un état interne inhérent au contexte de présence au monde. Nous nous approchons du point central de cette section avec l’appui de la racine étymologique du terme allemand « *Gemüt »* dont la racine *« Mut »* – le courage - qui donne « *Gemütlich », « Gemütlichkeit », « gemütlich »* (cordialité, cordial, chaleureux) en lien avec le *cor* – de *cordis* en latin – apporte la notion de *cœur* à titre de foyer des émotions. (*Ibid.*, p 123). L’étymologie grecque avec « *thumos »,* d’où nous viennent le terme « thymie » et l’expression « les états thymiques » ouvrent une zone spécifique et intermédiaire de l’âme régulant les désirs, assistant l’esprit et la raison, N. Depraz, ouvre et appuie la présence du cœur comme un fait primordial dans l’établissement ou le ’ré-tablissement’ d’une évidence. Car elle est masquée par un implicite puissant, beaucoup de chercheurs et penseurs semblent oublier

son intérêt, je veux parler de l'approche *phénoménologique du cœur* pour comprendre la dimension émotionnelle et le champ de l'affectivité.

Face à une opposition trop massive du cognitif à l'affectif, en écho avec le penseur abordé à la section précédente et la position kantienne, l'auteure insiste sur une dimension tripartite éthique/morale/esthétique comme ligne axiologique de la place du cœur dans le vivre humain et social. Nous suivons la ligne de notre auteur précédent, M. Scheler :

> L'idée selon laquelle les émotions sont *a priori* reliées à une position hiérarchisée de valeurs trouve en M. Scheler un représentant éminent. Pour ce dernier, les valeurs se donnent à travers les différentes polarisations émotionnelles, dont le paradigme est le couple amour/haine (…). (…) Toutes les polarités d'émotions (joie/tristesse ; agrément/désagrément ; plaisir/peine) impliquent en elles ce double processus contrasté de valorisation ou de dévalorisation. C'est ce qui conduit Scheler à considérer qu'une éthique ou, du moins, *une axiologie se laisse entrevoir à travers toute manifestation émotive*. (*Ibid.*, p. 125) [Je souligne]

Approche phénoménologique du cœur – Axiologie affective pour comprendre le vivre humain et social
(À partir de N. Depraz)

2. MAIS COMMENT ACCEDER A L'EMOTION DANS SA SINGULARITE PHENOMENALE?

Natalie Depraz problématise trois voix d'accès pour aboutir à ce projet.

1) *La démarche classificatoire* avec une prétention de « détenir la clé critériologique de l'ordonnancement et de la hiérarchie des passions » (*Ibid.*, p.127) se révèle bancale pour trois raisons. Comment établir le critère de l'ordre des passions? Si l'admiration, en lien avec l'étonnement et la surprise, est première chez Descartes, elle ne permet pas d'agencer le couple amour/haine vecteur du bien et du mal. La donnée de l'intensité, permettant la distinction entre les émotions fortes – les passions (Descartes)- et les autres – les affections (Spinoza) -, est une piste qui s'essouffle elle aussi car elle laisse dans leur ombre des tonalités émotionnelles plus discrètes et plus 'insensibles'. La structuration en polarité, joie/tristesse, amour/haine, colère/ placidité ou douceur, etc., cloisonne de façon excessive des réalités plus complexes et n'ouvrent pas l'accès au dynamisme graduel de leur émergence, à leur immanence fulgurante, et trahissent une spéculation douteuse sur la stabilité de ces passions, affections, émotions.

2) *L'approche scientifique de type psycho-physiologique lato sensu* ne fait pas davantage l'affaire dans notre projet car elle jette l'objet dans 'la gueule' d'un positivisme expérimental (centré sur l'activité musculaire, neurovégétative, neuro-vasculaire, etc.) dont on sait la faiblesse pour accéder à une subjectivité constitutive de l'émotion :

> Les données neuro-physiologiques servent de support de validation de l'accès à l'émotion. En un quasi renversement de la thèse cartésienne, le corps paraît à la limite, être la cause dont l'émotion est l'effet psychique. On substitue ainsi à un mécanisme causal spiritualiste (l'âme est le principe causal par la volonté libre des mouvements du corps, sur lequel il possède tout l'empire – thèse critiquée très tôt par Spinoza) un mécanisme causal inverse, de type matérialiste. Ce que l'on nomme aujourd'hui dans les sciences cognitives, un réductionnisme primaire, dont Changeux fournit l'illustration caricaturale ; ce que Husserl, très tôt, critiqua sous le nom de naturalisme scientifique, avec l'argument puissant selon lequel on n'explique pas le supérieur par l'inférieur. (*Ibid.*, p. 129)

3) La focalisation sur l'expression corporelle comme tentative de compréhension du phénomène par l'expressivité gestuelle et notamment celle du visage, langagière ou comportementale n'échappe pas à la critique. Le rapport de surface inhérent à une emphase sur des critères externes ne peut rendre compte de la vivance interne du phénomène qui nous intéresse.

3. L'ACCES A L'EMOTION PAR L'EXPERIENCE SUBJECTIVE DE CELUI QUI EST EMU

En ligne directe avec la pensée de William James, *l'accès à l'émotion par l'expérience subjective de celui qui est ému* est une voie très séduisante. Elle pose la validation interne comme auto-validation que toute autre considération et manifestation, ou autre analyse ne pourrait que modestement confirmer. Pourtant, le primat du vécu de la première personne

> subit les foudres de la critique philosophique sous le terme de subjectivisme, de la critique scientifique sous l'épithète condamnable d'introspection, synonyme de romantisme et d'irrationalisme. (*Ibid.*, p. 131)

Contre les détracteurs de l'approche subjective par l'expérience au « Je », Natalie Depraz présente la phénoménologie en tant que 'pharmacopée' prenant soin d'une posture épistémologique et d'une attitude philosophique dont la portée résonne dans un ton positif avec mes expériences personnelles et professionnelles :

> On développera des outils de catégorisation qui confèrent au vécu intuitif interne un statut d'objectivité et, par conséquent, d'universalité. Mettant à profit la force de l'intuitivité subjective à l'œuvre dans le vécu interne d'un sujet, on s'assure de l'objectivité du phénomène à décrire par sa catégorisation, et l'on met par là même à distance des critères d'accès dont l'objectivation reste externe (données neuro-physiologiques ou expressions diverses). C'est précisément ce que tente de faire la phénoménologie, en particulier, ici, pour accéder à l'émotion comme phénomène singulier. (*Ibid.*)

Problématisation des voies d'accès à l'émotion dans sa singularité phénoménologique
(À partir de N. Depraz)

Les conditions d'une aventure plurielle, dans la mesure où la compréhension de l'émotion exige un « Je » ouvert sur un « nous », semblent être assurées pour aborder avec rigueur les expériences phénoménologiques de l'émotion. Natalie Depraz propose des distinctions entre des notions et les termes leur étant destinés comme ceux de sentiment et émotion, émotion et affection. Ce mouvement va poser le socle d'une proposition originale qui m'a interpelé et que N. Depraz décline avec élégance, *la singularité « cardiale » de la mobilité émotionnelle : l'hypothèse d'une double analogie* (*Ibid.*, p. 142).

Je ne reprendrai pas les enjeux d'une dialectique lexicale abordée dans un autre chapitre, cependant l'approche de l'auteure apporte sur ce point un éclairage pratique et nouveau pour moi.

3.1 L'intentionnalité : Gefühl, Stimmung et Trieb

En distinguant deux formes d'intentionnalité, la première objectivante - comme acte - et la seconde non-objectivante -immanente et sentie d'où émotion/sensation 'pure' – l'auteure nous renvoie à son étude approfondie de la pensée de Husserl qui, sur ce point précis, lui permet de dénoncer une ambiguïté. *Gefühl*, dont on a vu précédemment le sens de *sentiment* renvoie au ressenti comme intentionnalité perceptive objectivante (*Ibid.,* p. 132) mais aussi et plus tard chez Husserl, la mise en circulation de la notion de *Stimmung* ouvre sur une dimension autre et contraire, celle du monde ressenti comme intentionnalité non-objectivante ;

> Des sensations de plaisir ou de douleur peuvent perdurer quoique les actes fondés sur eux passent à l'arrière-plan et s'évanouissent. Lorsque les faits qui provoquent le plaisir s'évanouissent en passant à l'arrière-plan, ne sont plus aperçus comme colorés émotionnellement et cessent même tout à fait d'être des objets intentionnels, l'excitation peut fort bien perdurer un moment ; elle peut elle-même être ressentie comme source d'agrément. (Husserl, cité par *Ibid.*, pp. 133, 134)

La notion de *Stimmung* renvoie en quelque sorte le territoire du sentiment à quelque chose de plus vaste pour devenir *l'aspect atmosphérique d'une émotion* et la couleur même des événements et des situations (*Ibid.*), apportant une touche dynamique de diffusion et d'imprégnation sur et dans un horizon de monde. Nous entrons dans des nuances phénoménales dont seule l'expérience vécue et explicitée peut rendre compte.
Quant au terme Trieb – apparaissant dans les années 30, et apportant la notion de pulsion -, il est repris par l'auteure à propos de ce qu'Husserl nomme intentionnalité pulsionnelle, d'intentionnalité obscure, latente ou passive, pour introduire la mise au premier plan de l'enracinement corporel-charnel, de type kinesthésique du vécu émotionnel. A ce niveau, une autre distinction est faite :

> Il convient d'emblée de distinguer entre kinesthèse[298] statique et kinesthèse génétique. La première répond à une sensation locale et localisante (…) et se

[298] Sensation de mouvement, *kine= mouvement et esthesis= sensation* en référence à l'étymologie grecque. A ce propos J.L. Petit écrit : « Que puis-je faire pour mettre sous les yeux l'identité du problème de la constitution du corps propre et de la recherche des corrélats neurobiologiques du schéma corporel? Rappeler que la solution des paradoxes de l'expérience corporelle propre a reposé sur la différenciation et le fusionnement partiel des deux types de kinesthèses : les kinesthèses tactiles objectivantes, qui présentent le corps propre comme chose spatiale, et les kinesthèses pratiques, grâce auxquelles les organes en mouvement sont éprouvés en tant qu'organes du je. Et rapprocher le principe de cette solution des récents témoignages de l'existence d'influences modulatrices de *la motricité volontaire* et *du comportement intentionnel* sur la plasticité des cartes somatotopiques corticales ».
Petit, J.L.(2003). La spatialité originaire du corps propre : phénoménologie et neurosciences In La spatialité du corps propre – I Publié le 15 septembre 2008 par Jean-Luc Petit. Revue de Synthèse, tome124, 2003, p. 139-171.
Voir : http://jean-luc.petit.over-blog.com/article-22982547.html

situe sur un plan constitutif homologue à l'analyse intentionnelle du sentiment ; la seconde s'affranchit de la localisation tendanciellement objectivante de la sensation pour se déployer sur le mode d'une forme de mobilité sensorielle ouverte ; c'est-à-dire que l'intention kinesthésique finalisée par l'objet visé, volontaire, se libère du « in » pour se faire tension interne, à savoir, dans les termes husserliens, « désir » (Begierde), ou encore « tendance, aspiration » (Streben). (*Ibid.*, pp. 135, 136)

Les nuances phénoménales de l'émotion
(à partir de N. Depraz)

Les considérations présentées ci-dessus questionnent et ouvrent différentes voies sur le mode du sentir propre à l'émotion. Elles concernent sa constitution sous la forme d'une mobilité immanente qui ne se restreint pas à la localisation organique et qui est plus diffuse. Dans ce mode de sentir, je comprends que l'émotion délimite un territoire sensoriel plus large que le corps lui-même. C'est la thèse adoptée par Sartre et Merleau-Ponty pour qui *le mode intentionnel* de l'émotion génère une conduite dans le monde, une manière de l'habiter, de s'y tenir, voire de le rendre magique (Sartre).

Parmi les propos de l'auteure qui m'intéresse dans cette section, j'ai relève l'expression : *« la sensation comme excitation ou irritation émotive »* (*Ibid.*, p. 136) [je souligne]. Je note qu'elle résonne comme une clé compréhensive de l'expérience qui fait l'objet de cette thèse. Il y a dans cette expression une atmosphère consonante avec mon rapport à l'expérience que je veux étudier. Le mot *irritation* attire mon attention

car elle rend compte du phénomène d'exaspération et de mise en travail d'une sensibilité, comme sa définition médicale l'indique. La peau irritée déclenche une rougeur, mettant en relief un processus de mobilisation de l'organisme. *Quelque chose de la vie se manifeste et sort de l'indifférence de la conscience affective*. Vue sous cet angle, la dimension émotionnelle que j'étudie s'affine. Pourrait-on l'envisager dans le sens particulier, celui proche de l'irritation émotive dans son acception positive, comme une sensation-d'être, à la fois *état irritatif* et *fonction irritative* de l'âme ou du cœur? La personne de l'homme ému figure-t-elle cette dynamique et sa manifestation?

Après avoir signalé que l'émotion relève bien d'un mode de mobilité (j'ajoute, dans plusieurs plans de réalité : anatomiques, psychiques, symboliques, etc.), mais que le corps et sa motricité kinesthésique ne sont pas identifiable à une mobilité émotionnelle, la question que pose N. Depraz est cruciale :

> Toute émotion trouve-elle sa source dans l'impulsion d'un désir, et si oui, cette compréhension permet-elle pour autant de décrire la singularité phénoménale d'émergence de l'émotion? (*Ibid.*, p. 137)

Les notions de motivation, de tendance, d'aspiration, d'élan, de passage ou de transition, de changement ou d'impulsion émergent d'emblée. Le conatus spinoziste et au désir d'être relatif à une puissance d'agir pointe à l'horizon également ; une distinction entre émotion et affection est-elle la bonne prescription pour affiner l'expérience que je veux décrire et comprendre?

3.2 Distinction entre émotion et affection

Pour N. Depraz, l'expérience émotionnelle a sa temporalité propre. Elle n'est pas seulement constitutive du kinesthésique comme l'a pensé Merleau-Ponty, ni opposition entre temps et espace, pas plus qu'elle ne peut être réduite à une « précipitation », « mémoire courte » ou « l'attaque d'apoplexie ». Elle n'est pas plus le phénomène d'une « instantanéité » en contraste avec la passion « prenant son temps » pour atteindre son but comme l'a affirmé Kant. En mettant sur le côté les manifestations les plus « criantes » et « bruyantes » et sans les rejeter, nous nous ouvrons une avenue dans laquelle peut venir à nous « un régime émotionnel dans sa fluctuation incessante et la plus insensible » (*Ibid.*, p. 138) jusqu'alors généralement in-interrogé ;

> on s'aperçoit qu'émerge alors une temporalité beaucoup plus labile et fragile. Les tonalités émotionnelles qui ne cessent de nous habiter et de nous traverser à chaque instant demandent sans doute un effort d'attention spécifique, voire

> inhabituel, pour être perçues, voire aperçues (peut-être une sorte de réduction, de dé-centrement par rapport à notre attitude naturelle absorbée dans le monde et peu attentive à elle-même), car elles sont extrêmement fluctuantes. Leur mode de donation, distinct, requiert alors une analyse spécifique. (*Ibid.*, p. 139)

La sortie du cadre cartésien de la description des passions, de celui de la catharsis chez Kant permet de s'intéresser à ce qui ne dépasse pas un seuil d'intensité ; l'accent se donne sur les « petites » tonalités émotionnelles insensibles - *tonalités affectives et tonalités émotionnelle*s. Leur structure présente et offre une caractéristique différente, sous la forme d'une *in-intentionnalité* car elles arrivent à nous sans que nous soyons à leur origine. Elles n'épuisent pas notre vie émotionnelle. Expérientiellement parlant, bien au contraire, elles semblent être l'aune invisible et inaccessible tant que les outils appropriés ne les rendent familières. Sans ces éléments,

> à la différence de l'affect/affection qui s'impose à moi, se révèle à moi brutalement et suscite une *soudaine prise de la conscience,* la naissance d'une émotion, sa vie en moi peut fort bien rester *pré-consciente* : l'émotion est là, mais je ne l'ai pas remarquée, elle imprime mes paroles et mes gestes, voire le ton de ma voix, mais est là comme une basse continue de mes activités, et passe la plus souvent inaperçue : je vis une émotion avant même de l'apercevoir comme telle. (…) Au contraire de l'affection qui se donne *toute entière dans l'instant*, notre régime émotionnel est fluctuant, changeant, fait d'*infinitésimales variations* et, par la même, chaque émotion est extrêmement fugace, très difficile, de ce fait, à capter pour elle-même. (*Ibid.*, p.141)

Comment ne pas me sentir rejoint par ces lignes, tant par la convergence que par la mise en contraste avec des possibilités inhérentes à ma pratique Sensible ? Oui, les petites tonalités insensibles sont un flux incessant hors d'atteinte du 'bruit émotionnel' des grands émois visibles que l'on pratique couramment. L'expérience vécue d'une attention portée par la disposition spécifique de la psychopédagogie perceptive ralentit le temps, l'étire en quelque sorte ; ce phénomène me donne l'occasion de capter ce qui généralement est passé sous silence de l'attention et la disposition naturaliste.

Différents régimes dans l'expérience émotionnelle –
Le *bas régime* des tonalités affectives et émotionnelles
(À partir de N. Depraz)

L'expérience esthétique dans l'art offre des vécus – ceux présents à l'écoute d'une œuvre musicale par exemple – permet à l'auteure d'illustrer la fécondité d'un émotionnel comme mobilité fluctuante et sans cesse renouvelée de nos sentiments, mais dans une vision qui au lieu d'être anarchique et désordonnée se présente au contraire bien structurée. Nous abordons la singularité « cardiale » de la mobilité émotionnelle.

3.4 Le cœur : entre corps égoïsé et chair pulsionnelle

À propos de la dimension émotionnelle, la philosophe nous met en garde :

> Il serait trop facile de penser que cette vibration mobile de tous les instants se donne comme un pur flux chaotique et dispersé, dépourvu de toute forme de centration. (*Ibid.*, p.142)

3.4.1 Inventer un vocabulaire

Est-ce parce que les mots pour décrire le phénomène sortent du lexique affectif? Merleau-Ponty, à ce sujet, invente un vocabulaire en introduisant les termes de « chair », « vibration », d'« entrelacs » ou d'« empiètement », etc.[299] De la même façon que le *moi* husserlien est conçu en tant que mode statique et centre des vécus psychiques, et que le *Leib*[300] est le foyer des kinesthèses, Natalie Depraz pose comme hypothèse de travail une axiologie du *cœur* dont la structure dynamique de centration forme le foyer central, mobile, fluant et refluant d'où émergeant des vécus émotionnels (*Ibid.*, p. 143). Ainsi dans cet entendement magistral se retrouvent côte-à-côte et dans une parité nouvelle trois centres fonctionnels : psychique, kinesthésique moteur/pulsionnel et émotionnel avec leurs types de vécus respectifs. Une double analogie est présentée à partir de cet assemblage structurel sous les formulations suivantes : 1/ Le moi est aux vécus psychiques ce que le corps est aux kinesthèses motrices, 2/ la chair est aux kinesthèses pulsionnelles ce que le cœur est aux mouvements émotionnels vécus. La première place le rapport structurel homologue du moi aux vécus psychiques et du corps au kinesthèses motrices ; la seconde réside dans l'articulation délicate et fine entre le mouvement corporel et charnel, et le mouvement émotionnel, ces deux mouvements étant entendus sur un plan commun génétique. Dans une analogie entre le cœur et les vécus émotionnels, grâce à une articulation fine entre le mouvement corporel/charnel et le mouvement émotionnel - et dans la spécificité de ce dernier – l'auteure opère une conversion réductive du corps à la chair associé à une conversion réductive des kinesthèses motrices aux kinesthèses pulsionnelles (*Ibid.*, p. 144).

> A cet égard, le *Leib* joue un rôle d'inter-face entre le moi et le cœur, c'est-à-dire, entre staticité et genèse, du fait de sa double face constitutive, corporelle motrice et charnelle pulsionnelle. Aussi passe-t-on d'une analogie à l'autre d'un centre statique (l'*ego*/le corps) à une centration génétique (la chair/le cœur). (*Ibid.*)

---

[299] Voir Merleau-Ponty, M. (1964). Le visible et l'invisible, Gallimard, Paris. Un autre terme me frappe dans cet ouvrage, celui de la « foi perceptive », terme sur lequel je reviendrai plus loin…Il me semble que cet auteur incarne dans les termes qu'il choisit une praxis qu'il présente « Il faudrait que la pensée entre dans la forêt de références qu'elle fait lever, qu'elle interroge dans un mouvement qui anime et révèle cela en quoi il entre. » (1964, p.61).

[300] Husserl est un philosophe qui écrit dans la langue allemande. Dans cette langue il y a deux mots différents pour signifier le corps : *Körper* qui se réfère au corps anatomo-physiologique et *Leib*, qui signifie le corps vivant, lieu des sensations et des émotions. La langue française ne dispose que d'un seul mot pour signifier ces différents corps ; c'est pourquoi, en Français, on utilise le mot *corps* (Körper) pour désigner le corps anatomo-physiologique et le mot *corps-propre* (Leib) (propre, proprio, de propriétaire, celui qui m'appartient) pour désigner le corps sensible. Ce terme permet à Husserl d'englober l'espace corporel subjectif dans la perception de l'espace global.
Voir : http://www.chups.jussieu.fr/polysPSM/psychomot/fondamentaux/POLY.Chp.4.2.html

3.4.2 L’émotionnel cardial

Dans une figure homologique, les mouvements émotionnels prennent leur statut phénoménal ’au cœur de’ - pourrait-on dire sans jeu de mots - la motricité corporelle, de la pulsionnalité charnelle ; d’où une position du CŒUR entre corps égoïsé et chair pulsionnelle dans l’ordre de l’immanentisation de l’ego[301]. L’émotionnel cardial figure le passage du corps moteur à la chair pulsionnelle ou inversement, dans le processus médian de génération de la pulsionnalité charnelle figure le passage à la motricité organique. Cet entrelacement est en soi une dynamique phénoménalisante du cœur, ce cœur qui ne peut en aucun cas être réduit à cette pompe qui active la circulation sanguine sous peine d’effacer la discontinuité phénoménologique entre un cœur organique et ce cœur qui nous ramène à notre humanité ; chacun de nous peut attester que

> la joie et la tristesse ne sont pas dans le cœur comme le sang est dans le cœur ; les sensations tactiles ne sont pas dans la peau comme des morceaux de tissu organique. (Husserl, *cité par Ibid.,* p. 146)

[301] N. Depraz note en bas de page de son article une mention intéressante, en résonance à la pensée platonicienne, dans laquelle se place un trait du cœur thymique dont le statut biface fait naître l’amour comme relié au désir pulsionnel ou l’amour comme courage, quand il se ressource à l’esprit incarné. (*Ibid.,* p. 145).

La singularité cardiale de la mobilité émotionnelle
(À partir de N. Depraz)

A l'appui de l'observation quotidienne, il est ajusté de dire que la pulsation du cœur, ses rythmes suivent des variations de flux et de reflux souvent incontrôlables et dans une élasticité étonnante. La démonstration de sa compétence ontologique à se déformer, se 'dé-centrer', à se 'dé-localiser' sans pour autant jamais se déstructurer permet une analogie : la

> mobilité du vécu émotionnel tout à la fois [qui] épouse et retentit sur ce jeu de dé-centrement et de re-centration dont est fait le cœur, selon une inter-action co-générative. (*Ibid.*)

Le cœur prend le statut de foyer générateur des vécus émotionnels et que la langue allemande désigne par le terme *Gemüt* (vécu cardial), qu'elle dissocie très bien des manifestations et réalités organiques en proposant l'autre terme de *Herz* (l'organe) pour désigner le cœur qui bat et joue sa fonction vitale. En se référant à l'apparition mobile du rythme cardiaque lui-même, une description de la naissance de l'émotion semble très cohérente :

> Le vécu émotionnel s'engendre depuis l'hétérogénéité thymique du rythme fluctuant du cœur tout en lui demeurant irréductible à titre de vécu (…). La mobilité phénoménale propre à l'émotion tient dans sa non intentionnalité passive, comme telle non localisable, à la différence des vécus kinesthésiques moteurs

> (…). Illocalisation et mobilité incessante (…) viennent ainsi alimenter une dernière hypothèse analogique : les vécus émotionnelles sont au *Gemüt* ce que sont les cellules lymphatiques sont au *Herz*. (*Ibid.*)

3.5 La psychopédagogie perceptive : une phénoménologie pratique du cœur ?

Au regard de mes lectures philosophiques phénoménologiques, le fait que le « cœur » soit prononcé comme tel constitue en soi un événement. Aussi étonnant que cela puisse paraître, son usage et plus encore, un déploiement aussi pointu à son égard, relève de la rareté. Cette attention symptomatique d'un pragmatisme pour ne pas dire d'une praxis du cœur fait du bien en soi ; et je dois l'avouer, ancre mes questionnements théoriques dans une réalité humaine et sociale en lui donnant plus d'épaisseur. « La phénoménologie du cœur », l'expression est éloquente et parle à tout le monde, en tous les cas, elle me parle ! L'expression comporte un élément 'auto-explicitatif' de la dimension émotionnelle et du champ de l'affectivité que j'étudie, puisque littéralement il s'agit de l'observation et de la description du mode d'apparition du cœur. En partant de ce point, la pédagogie perceptive peut-elle être associée à une phénoménologie (pratique) du cœur? Si oui, en quoi et comment? Certains éléments de la pensée deprazienne convergent dans cette direction. Par des analogies successives mettant en jeu le psychique, le kinesthésique (le moteur fonctionnel du coeur) et l'émotionnel (moteur thymique du coeur), la proposition d'un socle articulé *corps/cœur/chair* constitutif du rapport dialogique entre les kinesthèses motrices et les kinesthèses pulsionnelles se présente comme une voie de description de l'approche somatique du cœur et par ce chemin, ouvre une correspondance avec l'expérience vécue du Sensible qui est la mienne.

3.5.1 Des kinesthèses propres à l'expérience du Sensible ?

Le terme de kinesthèses, on l'a vu, renvoie aux sensations de mouvement, au schéma corporel et à la subjectivité corporelle ; elles participent à la fondation du corps propre, celui de l'expérience, celui qui donne la souveraineté à un corps-sujet (Petit, 2003). Les kinesthèses[302] participent donc au sentiment de notre existence vécue et non

[302] Dans sa thèse, Hélène Bourhis se réfère aux travaux du professeur Roll, pour qui les kinesthèses sont indissociables de la corporéité, et ce, notamment à travers la proprioception : « Comme l'exprime J.-P. Roll, la proprioception participe à la connaissance de soi et au sentiment de corporalité : « L'indispensable contribution de l'action, et par-là de la kinesthèse qui la signe, à la représentation du

seulement pensée et réfléchie. A ce titre et expérientiellement parlant, le *mouvement interne*[303] tel qu'il se décrit dans l'expérience du Sensible s'apparente à des kinesthèses à la fois subjectives et émotionnelles puisqu'il est porteur de sensation de déplacements, de changement d'orientations, d'amplitude et de lenteur (Bois, 2007 ; Berger, 2010) mais aussi et c'est cela qui m'intéresse, d'émotions (joie, amour, enthousiasme), de sentiments (confiance, sécurité, paix) qui sont à la source d'un sentiment d'existence porteur d'un désir de vivre (Bois, 2007, p. 223). Une autre voie en faveur d'un lien vivant entre l'approche deprazienne et la pensée boisienne se trouve dans la notion de chair. Chez la phénoménologue, la chair se présente comme l'espace d'une articulation délicate, fine, pour ne pas dire un chiasme entre le corps, le mouvement et l'émoi (chair pulsionnelle). Bien que l'initiateur de la psychopédagogie perceptive ne parle pas ici d'affectivité au sens de manifestation émotionnelle, il fait référence à

> une force vive qu'il [l'étudiant] découvre dans sa chair, le tient en éveil et le travaille de l'intérieur (…). (*Ibid.*, p. 309)

Un autre exemple montre le type d'engagement charnel du Sensible :

> Je l'ai vécu expérientiellement et j'ai senti dans ma chair l'effet de cette justesse quand ma pensée est accordée à la parole et à la pensée de l'autre.304

Une distinction est à faire cependant, c'est que l'émotionnel cardial dont on ne décèle pas qu'il soit ailleurs que dans la région du cœur chez Natalie Depraz s'étend à tous les matériaux du corps dans l'expérience de la psychopédagogie perceptive, dont le cœur et la région du thorax :

> Par une pression à la fois douce et ferme, son toucher va concerner *le 'cœur du corps'*, là où le matériau des différents organes – muscles, os, viscères et liquides (Courraud-Bourhis, 2005) – est animé d'une mouvance invisible mais bien perceptible lorsqu'on y a été formé, que nous nommons « mouvement interne. (*Ibid.*, p. 105) [Je souligne]

Le corps, sous le regard et à la faveur d'une perception Sensible, métaphoriquement et 'kinesthésiquement' parlant, est un grand cœur, c'est-à-dire cet espace cardial à

---

sujet lui-même comme à la constitution du monde perçu par le sujet, ne fait aujourd'hui plus de doute. Il est en effet démontré que les sensibilités kinesthésiques, celles de l'appareil locomoteur lui-même, sont déterminantes à la fois pour l'élaboration de la connaissance de soi, la maturation fonctionnelle des autres sensibilités, leur exercice et leur mise à jour. » (2003, p. 50), puis elle précise le lien avec la corporalité : « La corporalité entrevue par J.-P. Roll (1994) est un sens issu de nos chairs et notamment du muscle qui permet de se ressentir, offrant un sentiment à la fois d'incarnation, d'appartenance à son corps et d'habiter dans nos chairs. » (Bourhis, 2012, p. 50).

[303] J'ai parlé du mouvement interne dans me pertinence personnelle. Il sera décrit précisément dans le chapitre 3. C'est une activité mouvante subjective, une force invisible de régulation interne au corps et présente dans tous les tissus du corps.

[304] Large, P. (2007). Corps sensible et transformation en somato-psychopédagogie. Mémoire de Mestrado en Psychopédagogie perceptive non publié, Université Moderne de Lisbonne.

part entière dans lequel la personne se sent émue, bouleversée, animée par une mouvance invisible et émouvante. En cela, ne sommes-nous pas en contact avec une nature de phénoménologie pratique du cœur en tant que corps vivant – *leib – vie et chair émouvante?* L'attrait d'une phénoménologie du cœur à relier à la psychopédagogie perceptive ne s'essouffle pas malgré les distinctions repérées. Elles représentent des pistes à explorer, des détails à valider, et l'occasion de questionner la dimension humanisante de la pratique du Sensible dans le sens qu'elle met du cœur au cœur de sa pratique, factuellement et métaphoriquement. Il y a donc matière à trouver dans l'expérience du Sensible des éléments de vécus se rapportant à une approche Sensible du cœur.

3.5.2 Théorie et pratique : une expérience vécue en continuité

Dans mon expérience une fois encore, la théorie et la pratique se constituent en continuité. Sous l''at-tention' manuelle du praticien du Sensible à travers ses mains touchant mon thorax, je fais l'expérience que ma région anatomique du coeur, animée de vie sous la forme d'un mouvement lent, touchant, se donne et se dirige vers ses mains et au-delà d'elles. Sans volonté forcée, mais dans une intentionnalité originelle propre à la vie, ma matière entre en résonance avec ses bras, son thorax en entier, un pas réel se franchit. Je vis concrètement l'analogie entre la dimension vitale du « *Herz* » – *cœur organique* - et la fonction vitale des vécus émotionnels du « *Gemüt* » - *cœur ému et ' émouvable'*, celle du vivre charnel de mon humanité dans une tonalité consonante et en communion avec celle de mon praticien. Nous sommes tous les deux à la fois sujets et objets, actifs et passifs au sein d'une axiologie cardiale vivante puisqu'elle s'énonce depuis l'intimité silencieuse de ma matière péricardique, cardiaque et thoracique ; elle s'annonce dans la mise en mouvement de mes tissus, s'actualise dans le geste de mon praticien et par le climat émouvant habitant ce moment éminemment affectif que le sentir-intime de nos chairs atteste. Un lien d'une autre nature apparaît. Il est émouvant et sans fusion affective mais né d'une participation et d'une compréhension affective d'une grande finesse. Il m'aligne en tant que sujet ému dans une cohérence cœur/corps/tête comme on l'a vu dans le témoignage plus haut.

Poursuivons et voyons à travers d'autres investigations comment Natalie Depraz nous amène sur des sentiers peu empruntés dans une route qui me semblait pourtant connue. Découvrons des liens entre le corps, l'émotion et le vivre à travers une réflexion

sur une dimension cruciale de notre époque (et de toutes les époques), celle de l'**attention**. Ce sujet pratique et anthropologique fort sur lequel l'humanité a été confrontée depuis ces débuts, ouvre une porte compréhensive et à la fois nous sort de la conception grossière dont souffre parfois la dimension émotionnelle et du champ de l'affectivité.

4. AFFECTS ET ATTENTION : ELOGE DE LA DELICATESSE HUMAINE

L'attention est un vécu corporel tangible et relationnel,
Non un acte mental interne et invisible.
N. Depraz

En sortant d'une réduction terrifiante de l'attention à la concentration, dont on voit les dégâts en éducation, on s'éloigne de l'avenue du sens commun. L'auteur nous fait pénétrer dans un univers plus humanisant, aux touches artistiques et divines telles que Simone Weil nous y invite avec éclat :

> L'attention, à son plus haut degré, est la même chose que la prière. Elle suppose la foi et l'amour. (Weil, 1988, p. 134)

En s'adossant à l'expérience impliquée à la première personne, la philosophe introduit la réduction psychologique nommée « réduction du regard » et le lâcher-prise rebaptisé « *réception affective du Je à la situation du monde* » (Depraz N. , 2014) (je souligne). Dans un trait caractéristique de cette auteure, découvert chemin faisant de mes lectures, celle de la délicatesse, du précieux et du discret, la dimension de l'attention est abordée sous l'angle de la vigilance, c'est-à-dire comme capacité à soutenir l'attention. L'étymologie latine du terme « vigilance » me touche à plusieurs titres. *Vigilare* signifie « veiller », notion cruciale renvoyant au prendre soin, à la patience, à l'attente en présence et en bienveillance de l'autre ; elle renvoie à une inscription dans une durée vécue dans laquelle la participation affective est de l'ordre d'une passivité aimante, soutenante, responsable et parfois même, imposante. Les expressions courantes sont inspirantes à ce sujet, ne dit-on pas « veiller sur un projet », « veiller sur soi », « veiller sur un malade », « mon cœur veille », « la veille de Noël » ou « les lois veillent sur l'ordre social », etc.? La portée transversale et horizontale de ce mot, verbe, substantif est imposante et remarquable quand on y pense sérieusement. Son ancrage théologique et religieux – la sainteté desdits « vigilants » - nous projette dans sa

dimension verticale[305]. L'étymologie grecque renforce et complète celle latine. En grec, "επαγρυπνηση" (épagripnissi) vient du verbe "αγρυπνώ" (agripno), rester éveillé, sans dormir et métaphoriquement rester en état d'éveil perceptif, mental. αγρυπνώ vient de : αγρεύω -'agréno' qui veut dire chasser ; et de : τον ύπνο – 'ton ipno' - le sommeil. La vigilance, c'est l'acte de rester éveillé en chassant le sommeil.

Aborder la notion de veille, c'est poursuivre une route menant à une attitude d'éveil, au sentiment ou à l'émotion d'amour. Expérientiellement parlant pour moi, veiller c'est épouser un état d'âme, rencontrer un état d'être puis en cheminant dedans, le voir s'augmenter et en jouir dans la sobriété et la discrétion. C'est encore, toucher à une forme d'accomplissement intra ou interpersonnel. En écrivant ces lignes, je comprends mes moments émus dans ma lecture de la philosophe qui y consacre un ouvrage entier (qui m'a à de nombreux moments fasciné, émerveillé et enchanté). Dans les lignes qui suivent, on accède à l'ampleur de son projet, mais aussi, à l'intérêt du lien fécond à faire entre la dimension émotionnelle et le champ de l'affectivité et l'attention et la vigilance, tant sur les plans phénoménologiques, psychologiques théoriques que praxiques :

> De façon à situer une telle expérience, je voudrais me référer à ce que j'ai identifié comme étant ses quatre lieux prégnants d'inscription. Ils contribuent deux à deux à dessiner les contours de la carte de la vigilance selon une dynamique expérientielle axée par les deux pôles « antivalents » de la religion et de la science : 1/ le contexte initial de la veille dans la Bible (grigorisis en grec, lev, en hébreu), lié à l'attente du Messie, veille réitérée avec la parousie, la nouvelle venue, et rejouée au quotidien dans la veillée des morts, ou encore, exemplairement dans la « veille »/ « veillée » de Noël ; plus largement, l'expérience de la vigilance dans l'Ancien Testament dans le Livre de Daniel (4,10, 14, 20) notamment, en lien avec la sobriété et la sainteté desdits « Vigilants » ; 2/ dans le cadre scientifique contemporain rattaché au travail des sciences cognitives (psychologique et neuroscientifique), la vigilance est approchée comme un éveil sensoriel minimal basé sur l'activation d'une structure nerveuse diffuse, la réticulée, découverte notamment par Moruzzi et Magoun en 1949. Se trouve ainsi décrite une zone de la conscience immédiate (awarness) située à fleur de sensation et en continuité avec l'ouverture initiale du monde au sujet, ce qui place ce dernier en position de passivité, c'est-à-dire d'alerte aspécifique et involontaire à l'égard de champ perceptif. A partir de là, la vigilance est entendue comme une « attention soutenue », ce qui définit une des trois composantes de l'attention, aux côtés de la sélection, dont l'empan est

[305] Je précise que dans mon langage, les expressions « verticale » et « horizontale » reflètent autre chose que les simples orientations spatiales. La dimension verticale évoque l'axe spirituel, c'est-à-dire la dimension subjective, l'êtreté, alors que la dimension horizontale figure la vie quotidienne et sa matérialité. Cette distinction n'est pas péjorative ou sur-valorisante d'une ou de l'autre des dimensions en question. Elle permet au contraire de les associer, de les placer comme des « agir » dans l'existence humaine et son accomplissement. Expérientiellement, ces deux notions sont des poignées conceptuelles et méthodologiques d'une praxéologie existentielle intra et interpersonnelle. Je les utilise régulièrement dans mes accompagnements.

> spatial, et du contrôle, dont la fonction est liée à la volonté et à l'exécution. (*Ibid.*, p.48, 49)

Cartographie de la notion de vigilance
(À partir de N. Depraz)

Avec la vigilance, en lien avec l'attention comme présence augmentée, - on se rappelle la tradition mystique (Philon, Augustin) –, se présente à nous un paradigme graduel de l'attention dans lequel la conscience, comme fruit de perceptions, est articulée autour d'un *plus* (de conscience) de certaines d'entre elles (ces perceptions) par rapport à d'autres. Ce *plus* met du relief à l'expérience, l'*augmente* au point que seules, certaines perceptions semblent nous atteindre, agissant sur nos sens, les autres leur devenant 'orphelines'. Dans cette pensée condillacienne, attention et perception s'accordent dans un même continuum et substratum :

> Ainsi être attentif, c'est avoir plus conscience des perceptions qu'elle fait naître, que de celles que d'autres produisent, en agissant comme elles sur nos sens ; et l'attention a été d'autant plus grande, qu'on se souvient moins de ces dernières. (Condillac, cité par *Ibid.*, p. 51)

En ouvrant le débat au-delà du tissage unique de l'attention avec la conscience, l'auteur présente l'attention comme l'acte posé par une personne dans lequel agit sa propre attention immanente à l'attention, comme augmentation légère d'être sans surenchère réflexive ni spéculative. La conscience devient une simple *propriété-*

gradient processuelle de la vigilance (*Ibid., p. 56*). Dans cet entendement, je vois un premier pont d'ordre structurel à faire entre émotion et vigilance. L'émotion se constitue phénoménalement comme un processus au cours duquel une gradation de l'intensité *via* une certaine vigilance à des stimuli met en forme le rapport affectif de la personne, à elle-même, à l'événement ou au monde – nous dirions avec M. Scheler que l'attention est le 'carburant' ou l'énergie de la participation affective. La conscience affective se présente comme une autre « forme de propriété-gradient processuelle de la vigilance affective ou émotionnelle » déterminant ou résonant à un degré de satisfaction ou d'insatisfaction, de tension ou de relâchement, d'unité ou de rupture avec le flux du vivre. A cet égard, certains aspect de la dimension émotionnelle peuvent se constituer comme la finesse expérientielle singulière au sein d'une nature de vigilance physiologique, existentielle, spirituelle – attente, réceptivité, alerte ou veille – qui marque la variabilité du rapport qualitatif au vivre. De façon troublante attention, émotion et affection peuvent se relier en référence aux données neurophysiologiques et phénoménologiques. A la fois différentes et semblables, elles contribuent en quelque sorte à la construction de certaines nervures de l'expérience du vivre puisque toutes trois s'enracinent dans des attitudes corporelles précises : visuelles, kinesthésiques, tactiles, verbales, etc. et comme l'ont montré les phénoménologues, l'attention et l'émotion sont les produits de *gestes* articulés entre eux comme la suspension, la conversion directionnelle, l'accueil ou lâcher-prise. La modulation de l'activité est un trait commun à ces trois entités (attention, émotion, affection), notamment celle perceptive à laquelle s'ajoute celle de la mémoire. Pour cette raison, la compréhension de la dynamique attentionnelle ne peut écarter le thème de sa genèse affective qui conduit à décrire les processus d'attention plutôt que de simples états (*Ibid.,* p. 63). On retrouvera plus tard la conséquence de ce fait dans la thématique de l'empathie qui une fois de plus relie attention, vigilance, émotion et affection. On peut noter une emphase portée sur le travail de l'attention en lien avec le champ pratique de l'affectivité à travers son « training » dans différents courants de l'accompagnement, l'auto-accompagnement et du soin – y compris celui des troubles émotionnels[306].

[306] La méditation de la pleine conscience en plein essor propose une lecture des enjeux attentionnels et intentionnelle dans l'atteinte d'une sérénité personnelle ayant des répercussions relationnelles et sociales (Midal, F. 2014 ; Riccard, M. 2013). A ce propos, la *méditation de la pleine présence* proposée par D. Bois (2014) va dans ce sens, c'est-à-dire, celui d'allier une forme attentionnelle spécifique au corps Sensible permettant entre autres de contacter un climat interne de confiance et de sécurité affective.

5. L'EVEIL AFFECTIF ET LA VIGILANCE : UN GESTE A DECOUVRIR

En regardant dans tous ses interstices, parler d'un *geste* pour rendre compte de la richesse du phénomène de l'attention-vigilance n'est pas usurpé. L'état d'attention concentrée est une capacité à la base de l'activité humaine. W. James disait au sujet de l'attention qu'elle était « focalisation et concentration de la conscience sont dans son essence »[307]. Mais cet état ne va pas de soi, comme le soulignent de nombreux chercheurs[308]. Pour Natalie Depraz, son accès se manifeste sous l'autorité d'au moins trois options :

> 1/ le contexte ambiant, favorable, induit une attitude spontanément focalisée ; 2/ le sujet met en œuvre sa volonté, fournit des efforts, s'exerce pour devenir plus attentif ; 3/ un déclic imprévisible oriente le sujet vers l'attention à ce qu'il fait, déclic qui est de l'ordre d'un saut dans le vide. [309]

Une visée sensualiste voit dans l'attention une sensibilité au milieu et accorde à la sensation un pouvoir d'attraction générant un « choc des sens »,

> une sensation est attention, soit parce qu'elle est seule, soit parce qu'elle est plus vive que toutes les autres.[310]

Vue différemment par la *Gestalt*, l'attention est créée par la structure de l'environnement perceptif. En fin de compte, dans ces lignes de pensées,

> l'attention est une affection des sens, et l'esprit n'est en définitive justifiable que d'un fonctionnement mécaniste.[311]

L'attention a dans ce cas un statut particulier puisqu'elle affecte le sens de la perception avec toutes ses modulations propres qu'elle vient lui apporter. Husserl parlera de « rythmique attentionnelle » pour décrire ce processus de différenciation au sein du champ du vécu que permet la mobilisation de l'attention[312]. Pour N. Depraz, l'attention est un vécu de mobilisation kinesthésique et rythmique du sujet, ce vécu déclenche des phénomènes qui l'affectent en creux. Dans ce sens Stumpf parlera de l'attention comme sentiment, et dans son sillon, Husserl optera pour un vocabulaire de l'« affection » et mentionnera la réceptivité comme point central du processus

---

[307] *Ibid.*, p 84.
[308] De F. Varela à P. Vermersch en passant par A. Berthoz, tous ont milité pour une approche constructiviste de l'attention. Les données en neurophysiologie montrent que l'attention soutenue n'est pas innée, elle demande une activité soutenue.
[309] *Ibid.*, p. 84.
[310] *Ibid.*, p. 86.
[311] *Ibid.*
[312] *Ibid.,* p. 167.

attentionnel[313]. On le constate encore ici, attention et émotion/affection sont reliées, la conscience modulée par l'attention devient la conscience affectée, changée et dynamisée par elle, ainsi s'opère un glissement de l'attention à la vigilance ; l'attention-vigilance nait d'un éveil affectif et se dévoile comme une dynamique, un geste dont la consistance dépasse le simple état, l'auteure nous livre une description de l'attention dans un style poétique donnant de l'âme à la pensée :

> L'attention en ressort bouleversée, quitte son manteau de « concentration » et attrape sa robe de vigilance, composée de trois couleurs principales :1/ (…) l'attention en ouverture d'orientation accompagne, légère adjuvante en demi-teintes, la perception ; 2/ (…) l'attention toute brillante de ses variations qualitatives et de ses accents modificateurs fait « muter » la conscience intentionnelle hors d'elle-même ; 3/ (…), l'attention engendrée par sa dynamique affective vire au rouge de la pulsion éthique. Voilà les trois traits du nouveau visage de l'attention-vigilance qui *déplacent* la conscience : de sa propriété standard, l'intentionnalité, relation formelle et statique à l'objet, on se rend à sa fonction qualitative et dynamique : la gradualité légère de l'ouverture orientée, l'accent mutationnel, l'énergie affective de l'*ethos*. (*Ibid.*, p. 169)

En revenant sur deux traits de l'attention-vigilance, une dynamique d'un premier ordre (non sans évocation spinozienne du conatus), celle de l'augmentation de d'être, puis une autre dynamique en tant que processus d'ouverture, l'auteure met l'accent sur la modalité émotionnelle à l'œuvre dans le phénomène de l'attention. En rappelant que pour le père de la phénoménologie, un « moi » ne peut être attentif à quelque chose qu'à la condition qu'il soit déjà conscient pour lui. Je note un mode relationnel singulier entre la conscience du sujet et une affection que je comprends comme une base, un arrière-plan, qui en fait *la microgenèse affective de l'attention*[314]. L'affection joue un rôle majeur sous un mode graduel que l'auteure exprime sous une forme en cascade :

> Un quelque chose de « conscient » > une affection > une conversion attentionnelle > un intérêt > un être-présent du moi auprès du quelque chose et, enfin, un regard porté par le sujet égoïque sur l'objet constitué comme unité de sens.[315]

On voit ici comment la modalité affective joue un rôle préparatoire à la conversion attentionnelle. L'attention se donne dans une tonalité inhérente à la variété des touches sur le clavier de l'affectivité *alias un processus de gradualité affective où se trouve exercée une stimulation : ce qui est nommé affection*[316]. À ce niveau de présence s'ajoute un autre niveau d'affectivité relatif à la puissance sensorielle et sédimentée de

[313] *Ibid.*, p. 169
[314] *Ibid.*, p. 208.
[315] *Ibid.*, p. 209.
[316] *Ibid.*, p. 210.

nos habitus (la *hylé*) qui n'altère pas le moi et n'est pas non plus donné passivement. Ce substratum affectif sous forme de schèmes affectifs est en quelque sorte le socle de la mise en mouvement affectivo-attentionnelle.

> Des forces d'affection différentes [y] entrent en compétition pour accéder à l'éveil, puis pour attirer la tendance du Je vers la saisie.317

- Le devenir-conscient comme processus est dès son origine marqué par une donnée affective

Je note l'attribution du terme *affection* au versant subjectif de l'expérience dans la pensée husserlienne ; l'affection présente trois propriétés fondamentales (schéma suivant) : 1/l'attrait renvoie à la phase d'amorçage subjectif, 2/la propagation répond à la dynamique de déploiement dans l'espace sensible, sous la forme lexicale plus dynamique d'« éveil », et enfin 3/ la formation, se rapporte à la structure dynamique de l'ensemble de la synthèse passive, ou plus clairement appelée, « auto-organisation ». A propos de l'attrait (*Reiz*), le philosophe allemand distingue un passage entre la tendance faible à l'affection et la force affective :

> Des datas sensibles (…) envoient en quelque sorte des rayons de force affective vers le pôle-moi, mais dans leur faiblesse ne l'atteignent pas et ne deviennent pas effectivement pour lui une excitation qui éveille. [318]

Dans cette citation, on peut comprendre la co-existence de plusieurs plans affectifs, de plusieurs affections, tantôt majeures, tantôt mineures, en fonction de leurs saillances respectives. Il existe entre propriétés objectives du champ (contraste) et dynamique subjective (affection) des liens mais aussi des distinctions sous la forme de « préférences » subjectives.

La propagation (*Wekung*) est une dynamique de « forces affectives » dans laquelle une affection se donne 'sans que nous y fassions attention' et qui nous est accessible après coup. A l'inverse, des « forces contraires » affaiblissent et freinent l'affection en barrant la route de sa saisie perceptive. Dans ce contexte naissent certains aspects de la dynamique de l'inconscient « affectif » nommée « pré conscient » ou « pré attention ». Dans ce cadre précis, on parlera d'« éveil rétroactif », un éveil après coup et par affinité ; se présentent à cette occasion la co-présence et la co-existence des éveils affectifs dont certaines singularités deviennent vivantes, alors qu'elles étaient mis en 'sourdine' auparavant.

[317] *Ibid.*, p. 211.
[318] *Ibid.*, p. 216.

Enfin, le processus d'auto-organisation de l'éveil affectif (*Gestaltung*) fait place aux stimulations initiales existantes qui s'augmentent les unes au contact des autres et forment une 'communauté' de relations multiples de « résonances ». On voit à l'œuvre dans ces phénomènes ce qu'Husserl a nommé le « relativisme de l'affection » en affirmant que ce qui est imperceptible peut devenir perceptible et inversement, ce qui est imperceptible peut à son tour devenir perceptible.

Le relativisme de l'affection chez Husserl –
Les préférences subjectives et la vitalité affective
(À partir de N. Depraz)

Autrement dit, la force des affections est tributaire de la modification des conditions. Deux expressions antagonistes retiennent mon attention dans un passage du livre de N. Depraz (2014), la « vitalité affective » et « degré zéro de l'affection » :

> Cela conduit Husserl, de façon cohérente, à affirmer l'abstraction (la « substruction ») d'un « pur néant affectif », qui, dit-il, « résiste à la compréhension », par contraste avec « la gradualité inhérente à l'être de l'affection ». Le deuxième trait corrélatif, souligne la présence toujours existante d'une *« vitalité affective »* : « sans elle, il n'y aurait absolument pas d'objet. » Absence d'un degré zéro de l'affection, primat conditionnel du vécu affectif, voilà qui entérine la prise de distance avec la psychologie de la forme, qui repose sur la corrélation symétrique du sujet et de l'objet. [319] [Je souligne]

[319] *Ibid.*, p. 222.

À travers ces trois étapes nous est offerte une description minutieuse du passage d’une affection à une conversion attentionnelle et en fait trois « propriétés » de l’affection elle-même.

Sur un autre versant de mon analyse, l’auteure ouvre le chemin d’une investigation non accomplie à ma connaissance. Le degré zéro de l’affectivité plongerait la personne dans un néant affectif, quelle belle hypothèse ! L’alexithymie pointe à l’horizon, instantanément, comme l’autisme et toutes les distorsions affectives que le monde de la pathologie nous dévoile. Je vis cette perspective comme une gifle à toute les pratiques dans tous les champs qui prétendent immobiliser l’émotionnel pour atteindre la sérénité, la paix ou l’amour. L’expression, « vitalité affective », permet d’installer un nuancier par une gradation au sein du mouvement des pulsions, des états, des humeurs, des sentiments ou des émotions. Cette formulation emporte avec elle l’effacement possible d’une rupture, d’un cloisonnement et finalement d’une scission au sein de la vie affective-elle-même.

La vitalité affective se comprend comme une dynamique constituée du dialogue des résonnances et l’éveil affectif avec la présence attentionnelle activée par la vitalité affective. Ce processus scelle ensemble attention, perception et émotion.

La vitalité affective et sa dynamique
(à partir de N. Depraz)

5.1 Une alliance féconde

Relier l'éveil affectif à la vigilance comme le fait Natalie Depraz suscite un engouement chez moi. La manière dont ces deux notions sont abordées et discutées l'une par rapport à l'autre rejoignent à la fois ma pratique et les fondements du paradigme du Sensible dans la mesure où la psychopédagogie perceptive mobilise en creux le processus attentionnel et ce à toutes les étapes de l'apprentissage d'une pratique. Là encore, la catégorisation shelérienne montre sa puissance évocatrice et épistémologique. La participation affective inhérente à l'attention est à la fois de l'ordre de l'état et de la fonction. En exerçant mon attention, je me laisse affecter par des phénomènes inaccessibles sans elle, et contemporainement, la manifestation de ces derniers 'irrite' ma sensibilité affective. On a donc une activité circulaire attention/perception/affection en constante évolutivité. Ce principe peut satisfaire une description phénoménologique génétique de l'expérience du Sensible. Une fois encore, les qualités sensibles attentionnelles propre à l'activité 'cognitivo-affectivo-charnelle' du sujet Sensible donnent de l'amplitude à la perspective deprazienne.

5.2 Des allures affectives ?

La notion de vitalité affective résonne en miroir avec celle du régime de l'activité opère une réduction possible au sein de la dimension émotionnelle et le champ de l'affectivité. La délimitation franche entre des émotions dites négative et d'autre dite positives, les affects dérangeants et 'pathologiques' et d'autres lissés et dits 'sains' s'estompe au profit d'une lecture dynamique en régimes. On peut présager une modulation et un remodelage de la vision portée sur les conduites émotionnelles et comportementales. Je vois une analogie avec le renversement initié par Canguilhem au sujet du normal et du pathologique[320] :

> La santé et la maladie ne sont pas deux modes différents essentiellement, comme ont pu le croire les anciens médecins et comme le croient encore quelques

[320] Je note au passage, en direct au moment de l'écrire, le pré-mouvement de l'émergence de son nom : « Canguilhem », et avec lui, je retrouve la présence et l'atmosphère liée à ma découverte de cet auteur et de sa pensée sur les *allures dans la vie.* Je vis ce moment d'attention-révélation, et cette merveilleuse et mystérieuse mémoire sertie en elle, je vis son processus et son affectivité au moment même d'écrire cette phrase. L'attention est organique, sensible, sensation, affection, émoi délicat et silencieux : elle est musicale sur la portée de ma conscience et de ma chair. Ce moment n'est pas une pure eks-tase, il est une pure « en-ktase » (le mot n'existe pas, je l'invente pour l'occasion), « *stasis » la place et « en » dans, je veux dire* quelque chose d'intérieur, d'interne, qui me centre, me concentre tout en me dilatant dans mon écriture.

> praticiens. Il ne faut pas faire des principes distincts, des entités qui se disputent l'organisme vivant et qui en font le théâtre de leurs luttes. Ce sont là des vieilleries médicales. Dans la réalité, il n'y a entre ces deux manières d'être que des différences de degré : l'exagération, la disproportion, la désharmonie des phénomènes normaux constituent l'état maladif. Il n'y a pas un cas où la maladie aurait fait apparaître des conditions nouvelles, un changement complet de scène, des produits nouveaux ou spéciaux. (Canguilhem, 1996, pp. 36, 37)

Le philosophe médecin dénonce des *a priori* et ouvre une voie qui peut s'appliquer, par analogie, à l'univers de l'attention/émotion et promouvoir une lecture de ces phénomènes par gradation, comme des allures variées de la vie émotionnelle :

> Voilà pourquoi la pathologie a jusqu'à présent si peu retenu ce caractère qu'à la maladie d'être vraiment pour le malade une autre allure de la vie. (*Ibid.*, p. 51)

5.3 De la cécité attentionnelle à la cécité affective

Sur le terrain de ma pratique, l'existence d'une cécité attentionnelle est courante. La sortie partielle de celle-ci se fait souvent par contraste, et donne l'accès à un champ de conscience inattendu et éclairant. Avec véracité, la perception est au rendez-vous et incontournable, je pourrais dire l''in-perception'. Ce phénomène mobilise l'attention de nombreux chercheurs en neurosciences, en psychologie cognitive ; il fait aussi l'objet d'un intérêt constitutif de la phénoménologie du monde de la vie-même avec l'adage, « voir les choses telles qu'elles sont »? ; par conséquent, le travail de l'attention est à considérer comme générique d'une certaine praxis phénoménologique dont le paradigme du Sensible y trouve une filiation certaine. Par évocation analogisante de la classification par catégorisation de M. Scheler, le thème de la cécité attentionnelle peut être relié à celui de l'affectivité. Les expériences faites[321] marquent les frontières de ce que les neurosciences ont appelé perception automatique ou subliminale, c'est-à-dire, qu'elles montrent la présence de perceptions opérantes à notre insu. L'alliance implicite entre attention et conscience, entre « pré-attention » et « pré-conscience » est pour le coup entérinée.

L'exemple insigne de la « foi perceptive » chère à Merleau-Ponty comme une confiance 'aveugle' dans la prédonnée du monde et que l'on peut commenter comme

[321] N. Depraz évoque des expériences au cours desquelles apparaît nettement des préférences attentionnelles, dont certaines semblent liées à l'engagement affectif à l'événement mobilisateur (en l'occurrence, un match de Basket-Ball) (*Ibid.*, p. 226). Ce phénomène est courant dans la vie quotidienne : certaines choses nous échappent au bénéfice d'autres qui attirent notre attention. Cela pose la question de la centration et met en circulation le thème de l'intention et de l'intentionnalité.

étant la participation affective d'une nature très proche de la fusion affective, qui prend place par l'évidence des processus d'encodage perceptif dans des détails et dans une finesse qui n'est pas repérée par le sujet. Il y a une autonomie de la perception au regard d'une participation graduelle de l'attention dans laquelle la contribution affective délimite le territoire.

Ce phénomène donne-t-il le flanc à une interprétation de la dimension émotionnelle comme un *élément source* de la perception, mais aussi et paradoxalement de l'in-perception? Le devenir-attentif ou le devenir-inattentif, présentés comme un accroissement et un décroissement ne sont-t-il pas à relier avec un devenir-affecté et un devenir 'in-affecté', un accroissement de la présence affective ou au contraire son décroissement? Sans trouver de réponse franche à ces questions, certaines tendances offrent indirectement des pistes. Par exemple, pour Stumpf, l'essence de l'attention se loge dans l'intérêt. Intérêt que le psychologue et philosophe allemand, dont on sait la passion pour les perceptions auditives, associe carrément au sentiment : « l'attention est identique à un intérêt et l'intérêt est un sentiment[322] ». En lien avec sa passion pour la musique, Stumpf va développer une vision de l'attention en tant que sentiment d'un genre particulier : *un sentiment cognitif* causé par des impressions sensibles. Je comprends ces impressions comme étant autant subjectives que liées à la résonance au contact de la réalité empirique, ce qu'Husserl propose plus radicalement en affirmant le versant subjectif comme un facteur crucial d'intensification de l'attention ; à la base d'une autre analyse, ce postulat donne forme au processus *d'auto-organisation de l'éveil affectif*.

N. Depraz, en prenant l'exemple du souffle, montre la dynamique circulaire et évolutive entre attention et sensation selon un processus d'ouverture à la présence :

> L'attention portée sur une sensation sonore, tactile, proprioceptive et explicitée par un exercice augmente son intensité pour moi, lui donne du relief et contribue à sa mesure possible jusqu'à retentir circulairement sur la croissance attentionnelle elle-même : le processus d'ouverture, trait n°2 de l'attention-vigilance, est vecteur de croissance générative. [323]

L'intérêt est aussi la pierre de touche de la vision jamesienne du devenir-attentif, mais à partir d'un pôle opposé et négatif, celui de *la distraction*. Cette position permet de mettre en place un principe d'ouverture réceptive, génératrice d'une attention sélective. Dans une opposition entre sélectivité et distraction, James propose une

[322] *Ibid.*, p.237.
[323] *Ibid.*, p. 242.

définition de l'attention dont le ton permet de mieux saisir le point de départ négatif de l'éveil de l'attention, éveil par contraste à l'automatisme ou à l'inhibition d'activité :

> Chacun sait ce qu'est l'attention. C'est la prise de possession par l'esprit, en une forme claire et vive, d'un item, parmi plusieurs objets ou pensées possibles. La focalisation, la concentration de la conscience implique de laisser de côté certaines choses de façon à se concentrer sur d'autres efficacement, et cela s'oppose à cet état confus, dispersé que les Français nomment « distraction » et les Allemands Zerstreutheit. [324]

En prenant appui sur cette définition, N. Depraz note combien l'inattention permet en définitive un type d'ouverture dans la mesure où elle rend une réceptivité disponible et un accueil initial radical de n'importe quelle concentration focalisée. Considérer l'inattention comme toile de fond sur laquelle l'attention peut prendre appui m'évoque une analogie possible avec l'émotion et l'arrière-plan émotionnel présenté par A. Damasio (2003). En effet, cet état affectif perçue comme une 'substance émotionnelle' floue et acausale, peut se comprendre comme l'espace 'in-émotionnel' sur lequel des allures affectives peuvent apparaître par relief.

C'est concrètement un processus similaire se passe dans la pratique en psychopédagogie perceptive à la nuance près que la personne relève un fond affectif de sérénité (porté par les tonalités du Sensible) et sur lequel se vit une intensité émotionnelle :

> Je vis à la fois ma colère mais sur un autre plan, dans moi, je suis en contact avec un fond stable. (Humpich, 2007, p. 103)

L'attention dans le regard de William James permet une définition exemplaire de l'expérience en lien avec la « capacité de résistance à la dispersion », elle prépare la venue de l'éveil de l'attention ; éveil survenant à la fin de cet état de dispersion, par un stimulus extérieur ou interne poussant le sujet à se polariser sur un objet :

> Mon expérience, c'est ce à quoi j'accorde mon attention. Seuls ces items que je remarque forment mon esprit (sans intérêt sélectif, l'expérience est un pur chaos). L'intérêt seul donne l'accent et l'emphase, la lumière et l'ombre, l'arrière et le premier plan (la perspective intelligible). Cela varie selon chaque créature, mais sans lui, la conscience de chaque créature ne serait qu'un magma gris, chaotique, indéterminé, impossible à concevoir. (Depraz, 2014, p. 244)

Je comprends mieux comment l'attention se synthétise dans un double accroissement, sensible et conscient - qui pour Stumpf, n'est qu'une seule et même chose -, pour former un sujet attentif. La sortie de la cécité attentionnelle et de la cécité affective, à la clé de la conscience des choses et des évènements, semble tissée dans une

[324] *Ibid.*, p. 243.

trame commune : l'intérêt comme sentiment est de tout premier ordre dans ce qui fait l'expérience, cela qui est repris chez Titchener à travers la clarification sensorielle et des composants affectifs dont elle dépend.

5.4 La clarté sensorielle : du plaisir au déplaisir

Il est remarquable pour celui qui s'intéresse de près au processus de l'émotion de constater les points de convergences avec le traitement philosophique, et scientifique en général, du processus de l'attention. En effet, les deux lois de l'attention, la première étant la *clarté de l'attention* et la seconde, celle de *ses degrés*, pourraient assez facilement se glisser dans le moule du traitement de l'émotion. L'extrait assez consistant que je restitue maintenant donne la mesure de ma pensée :

> Le processus attentionnel, c'est l'*augmentation* de la clarté sensorielle. Titchener nomme huit conditions d'une telle augmentation, qui sont autant d'étapes du processus : 1) *intensité* du *stimulus*-origine qui déclenche l'attention ; 2) *forme et qualité* du *stimulus* : une douleur peu intense mais ressentie comme insistance peut retenir mon attention ; 3) *répétition* : éveil graduel de mon attention par *sommation* des *stimuli* ; 4) *mouvement* du *stimulus*, qui peut faciliter notre attention ; 5) *nouveauté, rareté, étrangeté* du *stimulus*, qui frappe l'attention, ce *stimulus*, isolé, n'étant pas encore inscrit dans les chaînes associatives de l'esprit ; 6) *connexions associatives* : une sensation est d'autant plus remarquable que le sujet se prépare à l'accueillir par l'existence, dans son esprit, de *connexions associatives* où les sensations ont déjà été intégrées par l'habitude ; 7) *accommodation des organes des sens* : condition principale. Sans accommodation sensorielle, l'attention ne suit pas ; 8) *absence* ou *disparition* d'un *stimulus*, facteur d'attrait de l'attention. Certaines conditions (1, 4, 5, 8) décrivent des propriétés de la sensation (déclencheur sensoriel, mouvement, nouveauté, absence) qui motive l'éveil de l'attention, à savoir le moment initial du processus ; d'autres (2, 3, 6, 7) nomment les actes ou enchaînements qui identifient des phases ultérieures, moins ponctuelles, plus continues, qui soutiennent le déploiement du processus attentionnel : insistance, répétition, habitude, accommodation.[325]

Je vois dans cet extrait l'emphase portée sur l'intensité sensorielle dans ces deux polarités, forte et faible. L'éveil attentionnel porte à la fois sur la présence de stimulations et sur leur absence, l'attention pouvant émerger quand la sensation disparaît. L'observation quotidienne de notre rapport aux sensations, comme par exemple, celles reliée à la douleur et au bruit, est explicite à cet égard. En reprenant ces deux cas, la deuxième loi, celle des « degrés » se comprend aisément. Depuis une zone obscure où rien ne se distingue, en passant par un moment en demi-teinte (aperception ou conscience attentive), on arrive à une zone de clarté maximale. C'est par cette

[325] *Ibid.*, p. 249.

gradation, dont l'affection n'est pas en cause chez Titchener, si ce n'est que dans son extériorité, alors qu'elle est évidente chez Stumpf qui identifie sensation et affection, l'attention-vigilance prend forme à partir d'un éveil attentionnel.

6. L'EVEIL ATTENTIONNEL : UNE AFFECTION TENDUE VERS LE FUTUR

Les études sur la base desquelles le sens de l'attention a pris forme s'attachent essentiellement à la perception visuelle et auditive. C'est encore sur cette assise descriptive que les notions séduisantes et esthétiques comme, « vitalité affective », de « rétention affective » ou « opération affective » voient le jour. En parlant du phénomène de la surprise comme d'une imprévision et d'une spontanéité générative, Natalie Depraz introduit

> la mise en évidence d'une temporalité nodalement affective et axée sur l'attente protentionnelle, à savoir toute entière réceptivité au nouveau à venir et accueil de l'imprévu. (…) Aussi, la vitalité du processus rétentionnel – et sa caractérisation en termes de « rétention affective », expression inaudible en 1904-1905 – est emblématique de l'inscription de l'affectivité dans le temps. [326]

Plus loin, l'auteure poursuit ses résonances avec l'œuvre de Husserl, et aborde la compétence dynamisante de l'affection qui 'ré-veille' l'attention et accroît plutôt qu'elle n'amollit la rétention. L'« éveil rétroactif vis-à-vis de l'affectivité qui est sans cesse tendue vers l'avant » et qui détient « une tendance unitaire vers le futur » donne lieu à des « co-éveils » s'alimentant et se vitalisant les uns les autres :

> L'implication affective de l'éveil dans la dynamique temporelle confère un poids inédit au futur et circularise le processus attentionnel en multipliant les réactivations réversibilisantes du temps attentionnel. L'éveil est ainsi nommé « opération affective », qui, face à l'irréversibilité de l'appauvrissement/assombrissement du processus rétentionnel, lui restitue sa force ou, du moins, le « stoppe ». Ou encore, l'éveil permet que « l'implicite redevien(ne) explicite ». Exemple : le nouveau coup de marteau produit un éveil rétro-actif sur le premier et conduit, à rebours de l'estompage attendu, à le « ranimer » : à son « dé-assombrissement » (*Entnebelung*). (*Ibid.*, p. 269)

La formulation de l'« éveil associatif » à propos de l'éveil attentionnel renvoie à deux traits dont le premier m'intéresse beaucoup puisqu'il s'agit de la participation de nature quasi ontologique de l'« éveil affectif » au côté de celui de sa « teneur associative ». Les deux traits composant un mouvement sous la forme d'une dynamique

[326] *Ibid.*, p. 268.

vers le futur[327]. Ce que j'ai précisé en note de bas de page me pousse à rendre compte d'autres éléments d'analyse. La vigilance dont nous parlons se confirme être le fruit d'un réveil d'une part, mais dans une même valence, d'un incessant mouvement de rappels. On peut se poser la question d'un premier mouvement, c'est-à-dire, de l'éveil proprement dit. Existe-t-il? Husserl propose trois niveaux ou degrés d'éveil : l'éveil affectif, le rayonnement rétro-actif, l'éveil à distance rétrogradant d'un passé lointain englouti[328]. Les lignes qui suivent m'interpellent une fois de plus dans le sens où elles servent à la fois une connaissance nouvelle à partir d'un angle de réflexion inédit pour moi sur un processus ontologique du vivre, celui de l'attention et de l'attention-vigilance. Elles donnent la mesure de la participation cruciale de la dimension émotionnelle (affection). Les propos ci-dessous inscrivent *mes vécus* au contact de la dimension Sensible dans une perspective d'accordage puis d'un tissage serré entre attention/affection/perception/éveil de la conscience/mise en sens comme fondations de ma présence (en moi, à l'autre et aux autres, au monde) :

> L'éveil n'est jamais un premier éveil – toujours, au fond, un *réveil.* C'est un processus transi par une récurrence nourrie d'affects : va-et-vient incessant – « devenirs perceptible et imperceptible de l'affection » s'opposant à tout « néant affectif » : « Quelque chose qui n'affecte absolument pas résiste à la compréhension. » L'éveil-réveil s'alimente à la propagation de l'affection, « phénomène de modification de l'affection présente », par quoi le « rayonnement d'une affection éveillante » joue sur les processus graduels oscillants : « une affection faible se fortifie », « une affection forte peut s'affaiblir ». Ce « relief affectif », expression récurrente au § 35, n'est pas lié à une statique spatiale, mais se trouve orienté par un processus du devenir-attentif : « relief de perceptibiblité » (*Bemerksamkeit*) et « attention » (*Aufmerksamkeit)* font ainsi directement écho aux analyses sur la perceptibilité (*Merklichkeit*) de 1904-1905. (*Ibid.*, p.270)

Le temps vécu révèle des mystères que la phénoménologie s'est engagée à réduire. A l'analyse, je décèle un isomorphisme entre le projet de la phénoménologie

[327]Derrière la complexité dans l'ensemble de cette section 4.7, je trouve avec précision certains aspects de la dimension expérientielle de ma pratique du Sensible. En effet, il m'arrive que, sous les mains du praticien en pédagogie perceptive ou lors d'une méditation sous le mode du Sensible, quelque chose d'intime en moi se sente rejoint. De ce point de rencontre, mon être tend vers l'avant et au-delà de moi, mais ce point nodal de l'expérience, naît d'une nature d'éveil affectif émergeante dans ma matière et faisant l'objet de manière contemporaine d'une attention immanente, soignante et bienveillante. J'observe que le temps vécu contient et fonde à la fois un 'sentiment temporel' incarné dans ma chair, celui d'un temps propulsé vers mon futur. Une association est à faire avec le concept de l'advenir proposé par Danis Bois (2009). Voir : Bois, D. (2009) « L'advenir, à la croisée des temporalités - Analyse biographique du processus d'émergence du concept de l'advenir ». Revue Réciprocités N° 3, pp 1-10. Disponible sur le site :
http://cerap.pointdappui.fr/images/Reciprocites/advenir_danis_bois.pdf

[328] *Ibid.*, p. 270

et l'intention organique qui prévaut au phénomène de l'attention-vigilance. Toutes deux fondent une ouverture sur l'expérience de l'inattendu de la surprise, et dans ce contexte, l'émotion et le champ de l'affectivité ne sont-ils qu'une option? C'est la question que pose la philosophe, la chercheure, mais aussi l'enseignante universitaire. Je projette que ces trois espaces d'habitation d'une sensibilité singulière alimentent la richesse d'une vision à la fois théorique, philosophique et praxique (dans une portée didactique et pédagogique). Retrouvons visuellement illustrés l'entrelacement opérant de l'attention avec la perception et l'affection sous la houlette de l'implication.

Le relief affectif : la compétence dynamisante de l'affection
(À partir de N. Depraz)

7. L'EMOTION AU CŒUR DU PROCESSUS D'OUVERTURE A LA VIGILANCE

Dans cette section, je souhaite rendre compte de la mise en perspective du rôle de l'émotion dans le processus de l'attention. Je précise mon élan d'aborder plus tard la thématique de l'empathie, thème cher à notre auteure (Depraz, 2004), mais déjà, les éléments développés dans ce qui suit sont à relier avec ce mode majeur de participation affective dans les relations interhumaines. En précisant que la position de neutralité affective est un mode limite et précaire, en dénonçant la tension antinomique présente

dans les divers champs de la phénoménologie, des neurosciences ou de la psychologie questionnant le rôle de l'émotion (inhibante, perturbatrice ou facilitatrice), la position présentée est assertive :

> Je fais donc l'hypothèse du caractère intégrant de ladite « variable » dans tout processus d'ouverture à la vigilance. Il n'y a pas de climat émotionnellement neutre : je suis toujours dans un état émotionnel spécifique, et cela joue sur mon mode d'attention. (…) Au-delà de la dualité que recèle cette tension, je ferai émerger sous la figure de la surprise [souligné par l'auteure] le rôle structurel global de l'émotionnel au sein du processus attentionnel.[329]

En soulignant au passage le rôle de l'art[330] dans l'établissement ou la genèse de certaines théories sur l'attention (Merleau-Ponty) comme celle sur l'émotion (James), je poursuis mon exploration de la dimension émotionnelle à travers la richesse de la celle de l'attention. Dans un tableau complet l'auteure nous explique les enjeux et les défis de tissage serré du couple émotion/affection.

7.1 L'intrication de l'émotionnel au cœur de la dynamique de l'attention

Dans *l'activité de remarquer* - quelle belle expression !- prend la figure de l'attention et fait émerger le *sentiment de plaisir* (*Lust*). La formule : « qui dit plaisir dit attention » est bien ajustée ici ; « l'un est la motivation causale de l'autre »[331]. L'affect joue un rôle sous des formes variables pouvant lui donner une contingence perturbatrice à force d'enthousiasme, d'indifférence dans l'ennui (gardant un niveau d'attention), stimulant ou favorisant une attention continue comme c'est mon cas dans le travail de cette thèse. On a ici une subordination de la cognition à l'affection sous la forme d'une valence émotionnelle (+/-) en jeu dans le processus cognitif. Husserl associe le rythme tension/détente à la variabilité de l'attention en situant le plaisir à la même hauteur dynamisante que celle de la tension attentionnelle :

> Le rythme de la tension et de la détente dans l'unicité stricte, temporellement continue, de l'acte de l'intérêt, quelles qu'en soient les variations internes, éveillent le plaisir, lequel est intimement mêlé à l'ensemble de ce processus. […] nous faisons abstraction des sentiments éveillés par les choses et […] nous nous en tenons au « plaisir de remarquer », qui nous apparaît ici davantage comme un plaisir pris au rythme de l'intérêt […] en tension et en détente.[332]

---

[329] *Ibid.*, p.290.
[330] Parce que tout au long de mes lectures, de W. James à N. Depraz en passant par Barbaras, Rousseau, ou Merleau-Ponty et Kant, l'art, son expérience et les vécus qu'il permet, fondent une ouverture à l'attention justement, la même qui alimente le génie des auteurs en question.
[331] *Ibid.*
[332] *Ibid.,* p. 292.

Par une métaphore vestimentaire, l'auteure précise que non seulement, attention et émotion ne sont pas des actes mais des vécus, *sentiment* pour l'émotion et *orientation* pour l'attention, mais elles jouent en creux sur la modélisation de l'expérience cognitive. On peut voir le jeu d'une réciprocité agissante entre l'émotion et l'attention :

> A-ttention, é-motion, ces deux vécus incluent en eux une dynamique (tension, motion) dont la caractéristique commune est d'être ouverture sans objet, en phase remarquable avec le processus d'ouverture à la vigilance. Peut-on pour autant, au vu de cette dynamique conjointe, parler d'« attention émotionnelle » ? L'expression, éloquente et suggestive, rend compte de l'intrication de l'émotionnel au cœur de la dynamique de l'attention.[333]

En s'adossant à l'étymologie respective des deux termes (attention et émotion) et suite au développement dans cette section, je comprends dans une version systémique où : 1) l'émotionnel guide l'attentionnel, 2) de façon interne structurelle, l'« at-tension » désigne un processus d'orientation rehaussé vers autre chose (*ad*), 3) l'« é-motion » renvoie à un mouvement en excès, une sortie de soi, un « dé-bordement » (*ex*). J'ai en mémoire le nuancier des catégories de « sentiment » dont j'ai parlé plus haut dans la section *4.3.1., Gefühl, Gemüt, Trieb.*

7.2 L'antinomie attention/affection

Les grands penseurs de la psychologie se sont tous penchés sur la question de l'attention, ils n'ont pas pu éviter un positionnement quant à ses liens avec l'émotion et inversement, réfléchir sur l'attention a nécessité un détour par l'affectivité. N. Depraz montre une cartographie antinomique et en duos, Stumpf et Titchener militent pour une étroitesse du lien entre émotion et attention, alors que James et Külpe s'allient pour une vision disjonctive[334]. Ainsi, plusieurs camps montrent à l'évidence que la question n'est pas tranchée. Voyons ou reprenons dans une gradation les niveaux de corrélations entre ces deux dimensions allant d'un tissage très serré à une dissociation radicale. 1/ sans affect pas d'attention, sous le nom de « plaisir » pour l'affect, celui du verbe « remarquer » pour l'attention, nous avions déjà noté que l'attention et l'émotion se voyaient liées et indissociables, c'est la thèse soutenue par Stumpf. Ses détracteurs reprochent une généralisation de cette alliance à partir du cas isolé de la perception auditive. 2/ L'intensité sensorielle joue un rôle déterminant pour amorcer l'attention, autant par sa présence que par son retrait. Présence et absence sensorielle, suivant les

[333] *Ibid.*
[334] *Ibid.*, p. 294.

circonstances, mettent à profit l'émergence de l'attention. C'est la nuance et la distinction apportées par Titchener qui ne confond pas la sensation à l'attention. Ici,

> tout est affaire de degrés, avec, au départ, l'obscurité affective inconsciente. Titchener construit ainsi un modèle sensualiste de l'attention ou l'émotion joue un rôle d'une force archaïque, non d'une émotion constituée.[335]

James se positionne très différemment et ne relève pas de lien signifiant entre attention et émotion. On peut relever le militantisme pour les impressions sensorielles et l'importance de l'afférence dans sa théorie de l'émotion, et en ce sens le psychologue américain reste dans cette ligne quand il décrit l'attention. Nous arrivons à l'autre pôle avec le psychologue allemand Külpe pour qui l'émotion est 'l'ennemi' de l'attention, autrement dit, pas d'attention si il y a affection !

> Külpe va même plus loin que lui [Husserl] : l'attention fait disparaître l'affect, alors qu'elle intensifie la sensation et la clarifie. [336]

7.3 De « l'ambi-valence » à la co-modulation

En pointant du côté des sciences cognitives, la tendance générale semble confirmer des liens très concrets entre émotion et attention. Les émotions modulent la perception, l'attention et la mémoire. Par ailleurs, les désordres physiologiques inhérents aux émotions affectent la cognition. A l'inverse et de façon non contradictoire, l'émotion vient faciliter l'activité cognitive telle que la prise de décision ou le jugement moral.

> On sait à présent que la perception (notamment visuel) et l'attention sont influencées de façon précoce par l'émotion, voire qu'un effet émotionnel peut précéder un effet perceptif. [337]

Il convient de préciser l'impact de l'émotion sur le processus attentionnel tant au niveau de l'intensité, de la valence que de la temporalité. Ainsi, J-F. Blondel (1998) propose une catégorisation reliant émotion et attention en prenant comme socle l'intensité de l'émotion avec une gradation en cinq degrés: 1/ l'attention passive réflexe associée à un mode émotionnel neutre ; 2/ des routines émotionnelles couplées à des habitus attentionnels ; 3/ un éveil actif attentif motivé avec une tension émotionnelle orientée vers le futur accompagnée d'un espoir de changement de la situation présente ; 4/ une chute de la capacité attentionnelle en provenance d'émotions fortes, inhabituelles

[335] *Ibid.*, p. 295.
[336] *Ibid.*, p. 296.
[337] *Ibid.*

et mal contrôlées (phobies, etc.) ; 5/ des émotions extrêmes en trainant une mobilisation totale de l'organisme et réduisant à néant les capacités attentionnelles. On comprend qu'il s'agit ici de certains phénomènes psychopathologiques avérés ou de certaines phases de vulnérabilité dont l'étude dans le contexte neurophysiologique ou clinique psychiatrique permet d'aborder avec finesse des liens spécifiques entre l'émotion et l'attention.

Ces études ont données naissance à des concepts nouveaux comme celui d'*attention émotionnelle* relative à la présence d'interdépendance entre émotion et attention, sous la valence liée à la charge émotionnelle ; faible qui permet à l'attention d'être opérante, ou forte, ce qui va inhiber l'attention. Natalie Depraz introduit un terme, « co-modulation » pour marquer le rapport non hiérarchique entre émotion et attention et éviter la formulation « attention émotionnelle » pouvant prêter à confusion. Certains contextes émotionnels rehaussent l'attention, stimule la capacité attentionnelle, par exemple, on le sait, certaines images choquantes attirent l'attention et opèrent une attraction bloquant tout autre stimulus attentionnel. Dans ces situations, la sensibilité au contraste augmente avec l'émotion :

> Des émotions négatives (peur, stress) réduisent l'empan attentionnel, des émotions positives (joie, espoir) l'augmentent.[338]

Au terme de mon exploration partielle des liens entre la dimension émotionnelle et l'attention, un constat s'impose : de nombreuses modalités d'interactions existent, intensité, valence, phase d'action de cette dernière, qualité de la première, bref, la perception est assujettie à la fois à l'attention et à l'émotion :

> Autant l'émotion que l'attention sont susceptibles d'améliorer la perception, l'attention parce qu'elle transforme le contraste perceptif : on voit mieux et plus de choses quand on est attentif, l'émotion parce qu'elle fixe l'attention sur le percept (…) l'émotion joue un rôle « méta » modulant l'attention elle-même et agissant sur la perception via l'attention, alors que cette dernière agit en direct sur la perception (l'attention permettant aussi de contrôler les émotions). Conclusion : si elle ne perturbe pas la concentration, l'émotion est un opérateur éminent d'ouverture à la vigilance.[339]

Une fois de plus, l'observation et la description de cas limites permettent la mise à jour de processus difficiles à cerner dans la ' normalité'. Le thème de l'attention n'échappe pas à la règle. Par exemple, les cas récurrents de problèmes rencontrés dans

[338] *Ibid.*, p. 300
[339] *Ibid.*

les systèmes d'éducation liés à l'attention (TDAH[340]) – non attention et sur-stimulation attentionnelle – illustrent de façon exemplaire l'hétérogénéité et la relativité de l'expérience attentionnelle, sa non-identification aux seules déterminations par la conscience, la réflexion ou la rationalité de la personne concernée.

7.4 Point d'appui sur l'activité de remarquer : l'émergence de la sensibilité?

L'activité de remarquer
(À partir de N. Depraz)

7.4.1 Émotion : entre attention et sensibilité ?

Je pose un point d'appui sur ce qui vient d'être développé. *L'activité de remarquer* pointe avec délicatesse la finesse inhérente à l'affectivité à travers la valence

[340] TDAH est l'abréviation de l'expression : Trouble du Déficit de l'Attention avec ou sans Hyperactivité. Etablis d'ordre neurologique, ce trouble semble être le mal du siècle et concerne 3 à 5 % de la population des enfants, mais concerne également l'adulte. Ce phénomène de plus en plus récurrent met en évidence les liens entre l'attention, les émotions et l'affectivité et notamment, les troubles de l'attachement. Dans ma pratique d'accompagnement et de formation, j'observe combien les personnes atteintes par ces troubles montrent une gestion difficile de leur sensibilité affective par surcharge de stimulations attentionnelles de tous ordres.
J'ai fait le constat d'un impact positif de la pédagogie perceptive sur les cas que j'ai accompagnés, et ce, par le fait de l'espace de sécurité affective rencontrée chez l'accompagné(e). Cet espace de sécurité est créé par la nature du rapport au corps proposée, par la lenteur présente et rendue accessible en interne. Ces éléments (et d'autres que je ne détaille pas ici) permettent à l'enfant ou à l'adulte concerné par ce problème de se reconnecter à un moi « rassuré », un Soi « valorisant », une « auto-affection » structurante.

émotionnelle, le jeu bien établi maintenant entre l'attention et l'émotion. Je l'ai évoqué en note de bas de page à propos des TDAH, mais bien des phénomènes moins invalidants et tous les autres tout à fait agréables se rallient à des questionnements que je pourrais ramasser dans une thématique, celle de la *sensibilité*. Est-il pertinent d'amorcer une réflexion sur *la sensibilité,* et ce terme pourrait-il trouver sa définition à partir de l'attention et de l'émotion? A la lumières des différentes natures d'alliances entre l'émotion, l'affectivité d'une part, et l'attention, la vigilance d'autre part, pourrions-nous décrire la sensibilité comme une variation des allures attentionnelles sur l'échelle de l'affection ou inversement, comme la variation des allures affectives sur l'échelle de l'attention. Sans l'avoir repérer explicitement le mot sensibilité dans le développement auquel je fais référence dans cette section, l'auteure n'en fait-elle pas l'éloge continuellement pour autant ? En suivant mon questionnement – celui du lien entre attention, émotion et sensibilité, et je cale volontairement l'émotion entre l'attention et la sensibilité -, je trouve un écho dans certains aspects du paradigme du Sensible. Je m'explique. La perspective deprazienne pose une gradation de l'émotion reliée à une présence attentionnelle, et réciproquement, une gradation émotionnelle tissée à une présence attentionnelle, notamment sous la forme de l'attention-vigilance. Bien que l'attention et l'émotion aient été présentées comme des états, cette vision peut-elle leur substituer le statut d'actes pour autant? Sous la lunette de la dyade émotion/attention, l'ouverture à la question de la sensibilité relance-t-elle la question des rapports dialogiques entre états et actes *alias* fonctions - pour définir à la fois l'émotion, l'attention avec en sous-mains la sensibilité elle-même? Sommes-nous en présence d'un isomorphisme avec la constitution de l'affection elle-même en tant que sensibilité ou en présence d'une ambiguïté entre état et fonction de la même nature que celle relevée par M. Scheler relative à l'émotion? Dans cette hypothèse, le terme d'affectibilité semble presque 'tautologique' à celui de l'affection. Poussé à l'extrême, l'émotion possède des attributs de nature tautologique à ceux de l'attention. En cela, je ne vois rien d'affligeant. Bien au contraire, puisqu'un éclairage singulier propre au principe tautologique donne l'opportunité *de penser et d'expérimenter* autrement à la fois l'émotion, à la fois l'attention et non du recouvrement total de l'une sur l'autre[341].

[341] Pendant et suite à l'écriture de cette section consacrée à l'attention, l'attention-vigilance, j'ai rencontré des subtilités nouvelles dans mon rapport à mes modes attentionnels, perceptifs et de résonance au sein de ma pratique du Sensible. Concrètement, j'ai vu s'opérer un changement dans ma manière de vivre l'acte attentionnel comme si, en intégrant mieux les liens entre émotion, attention et attention-vigilance, s'était dévoilée une nature d'engagement thymique différente mettant à l'épreuve ma sensibilité attentionnelle.

7.4.2 Remarquer : un acte fondateur dans la pédagogie perceptive ?

L'esprit est loin de s'enfermer dans une autosuffisance muette (…)
[il]ne peut souffler sans 'faire du bruit'.
Les deux vont ensemble : la parole et l'autosuffisance muette (…)
dont le vent réunit toujours les deux aspects : le bruit et le souffle.
Luther

Pour en venir concrètement à la psychopédagogie perceptive, les tandems passivité/activité, affection/attention à travers la thématique du « touché-touchant » en approche manuel (Austry, 2007 ; Courraud 2007) sont présents cette pratique. Dans *Attention et performance*, Christian Courraud (2001) faisait déjà des liens entre la perception du corps, du mouvement interne, la mobilisation attentionnelle et la sensibilité de l'athlète. Danis Bois insiste sur le travail attentionnel en pédagogie perceptive :

> J'instaurais dès lors une méthode facilitant le dialogue entre corps et psychisme, entre pensées et ressenti, entre attention et action, afin de recréer une unité le plus souvent perdue. (Bois, 2009, p. 59-60)

Mais où se place l'affectivité dans la méthode proposée ci-dessus et quelle est sa fonction dans ce contexte? La question mérite d'être posée. Imaginer un degré zéro d'affection, un degré zéro d'émotion dans toute expérience du vivant reviendrait à admettre que ce dernier n'est pas d'ordre affectif et que la psychopédagogie perceptive ne porte en elle aucune nature d'affectivité. Expérientiellement et spirituellement parlant, une telle perspective relève de l'inconcevable, ne serait-ce qu'à la lumière de l'appétit – *le plaisir et le désir* - qu'éprouvent nos patients, étudiants, collègues et tous ceux qui pratiquent, à se faire soigner ou à méditer ensemble. Une fois de plus, deux choses sont à distinguer, l'expression émotionnelle d'un vécu et une présence affective principielle qui, en sous-main, œuvre dans le silence et à distance des émotions et des passions 'bruyantes'. Comment rendre compte de la dimension émotionnelle et du champ de l'affectivité avec plus de clarté pour mieux en voir la densité? Eve Berger nous parle de l'attention comme une force et on devine la rumeur affective en fin de citation avec les mots « saveur » et « résonance » :

> Le point d'appui est également une telle expérience d'un 'maintenir ensemble' de deux forces attentionnelles opposées : d'un côté je dois me maintenir volontairement tourné(e) vers le monde intérieur auquel je m'adresse, de l'autre je dois rester ouvert(e) à ce qui peut, doit ou va venir comme manifestation de la

---

Elle se trouvait portée à la fois par la perception du mouvement tel que je le fréquente habituellement et par l'affût sans tension de la « co-modulation » de l'attention et du sentiment d'existence donnant un goût particulier à ma présence.

> vie intérieure, sans savoir quoi, ni préjuger de rien : le point d'appui est aussi attente, ouverte, orientée mais non focalisée, de quelque chose qui va venir mais dont je ne sais rien. Certes, je sais qu'il s'agit d'un phénomène lié au Sensible, (la réduction première perdure et me garde au contact de l'univers expérientiel que je veux observer), mais cela ne définit en rien le lieu d'émergence, la forme, l'orientation, l'amplitude, le niveau de profondeur, la saveur, la résonance… du phénomène que j'attends. (Berger, 2010, p.13, 14)

7.4.3 Une analogie féconde pour définir l'étoffe de la sensibilité

Par une analogie avec l'esprit et la parole tels qu'ils sont évoqués par M. Roesner[342] traitant de la conception heideggérienne de la tautologie – conception ouvrant à la fois sur la richesse du langage et sur la phénoménalité des choses-, l'attention et l'émotion peuvent-elles constituer le tissage inattendu d'une étoffe, celle de la sensibilité ? Trois éléments métaphoriques et théophaniques sont introduits par Luther (*Ibid.*). Je les ai désignés en bas de page, il s'agit du vent, du souffle et du bruit que l'auteur place sous la forme d'une alliance particulière :

> Les deux vont ensemble : la parole et l'esprit, de la même façon dont le vent réunit toujours les deux aspects : le bruit et le souffle. (Luther, cité par Roesner, 2006, p. 33)

En suivant cette logique, et métaphoriquement cette fois, une axiologie de la notion de sensibilité peut naître depuis les notions de l'attention et de l'émotion telle qu'elles m'ont apparues être développées et articulées ensemble par Natalie Depraz. De la même façon que le vent réunit le bruit et le souffle, la sensibilité réunit-elle l'attention et l'émotion ? Plusieurs combinaisons sont possibles : 1) bruit/attention et souffle/émotion = vent/sensibilité, dans cette alliance, l'émotion endosse la fonction *d'âme insufflant la parole* : l'attention (la vigilance) dans une première configuration de la sensibilité ; 2) bruit/émotion et souffle/attention = vent/sensibilité, l'émotion insuffle une parole alimentée par l'attention dans une seconde forme de sensibilité ; 3) mais une autre combinaison peut être proposée, sensibilité/bruit et souffle/attention = vent/émotion, et dans ce cas, l'émotion prend un statut encore différent, celui d'une force organisatrice faisant advenir une autre nature de sensibilité ; et pour être complet,

---

[342] Roesner Martina, « De la tautologie », *Les Études philosophiques* 1/2006 (n° 76), p. 63-88 URL: www.cairn.info/revue-les-etudes-philosophiques-2006-1-page-63.htm. DOI : 10.3917/leph.061.0063.
Dans ses propos, l'auteure, en se référant à l'évangile de Jean (Jean, 3.8) évoquant l'action imprévisible de l'esprit (présupposé invisible et inaudible) dont on ignore d'où il vient et où il va, cite ces mots : « et tu entends sa voix … ». L'esprit est donc doué d'une parole, il fait « du bruit ». L'esprit, loin de se cloîtrer dans une *autosuffisance muette* ne peut souffler sans « faire du bruit ». Et selon Luther : « Les deux vont ensemble : la parole et l'esprit, de la même façon dont le vent réunit toujours les deux aspects : le bruit et le souffle » (Luther, cité par Roesner, 2006, p. 33).

4) émotion/bruit, sensibilité/souffle = vent/attention, l'émotion se donne à entendre pour rendre compte de la valence de la sensibilité attentionnelle. Ces quatre dispositions au sens littéral du terme ne s'essoufflent pas les unes les autres, elles co-créent toujours et présentent des tendances, des figures différentes au sein d'une alliance à trois éléments permettant à la fois d'interroger chacune des trois notions dont chaque combinaison donne son empan à la sensibilité. Je vois dans cette abstraction l'occasion d'une mise à l'épreuve pratique de l'expérience vécue du Sensible. La pédagogie perceptive constitue-t-elle une praxis d'éveil dialogique et circulaire entre ces trois dimensions ? L'homme ému trouve-t-il forme sa forme singulière dans laquelle de ces alliances ? Il est trop tôt pour l'affirmer. L'énoncé des questions est organiquement vitalisant et mobilisant pour moi. Je fais le choix de laisser décanter l'intuition qui m'habite.

Je note que la psychopédagogie perceptive peut aisément s'inscrire dans la panoplie des pratiques soutenantes pour tout projet d'amélioration, de régulation ou d'entretien de l'attention humaine. *Le champ de l'affectivité est voisin de celui de l'attention*. Il suffit de repérer les nombreux chercheurs présentés comme des spécialistes de l'attention, ils se révèlent être des experts dans le domaine de l'émotion. Je pense à Alain Berthoz, Antonio Damasio, mais on l'a vu dans mon parcours présent, l'apport des grands phénoménologues E. Husserl et M. Heidegger apportent une contribution à cet édifice théorique. C'est également le cas de Natalie Depraz (1999 ; 2001 ; 2004 ; 2014) avec qui je poursuis mon aventure exploratoire. Le rapport émotion/affection/attention/vigilance est une piste éminemment productive, l'auteure en fait la démonstration avec le thème de l'empathie.

8. L'EMPATHIE COMME ACCES AU CHEMIN DU MONDE DE (LA) VIE

8.1 L'attention partagée

Il n'est pas question ici de développer ni de définir de façon exhaustive le concept de l'empathie[343]. Ce sujet passionnant est bien trop vaste ; je m'y intéresse car

[343] L'ouvrage collectif, « L'Empathie », dirigé par A. Berthoz et G. Jorland est une référence solide et accessible pour faire le tour de cette notion à la mode et quelque peu 'nomade' dans le sens où il y a à peu près autant de définitions que d'auteurs qui la définissent **Source spécifiée non valide.**. Je prendrai appui sur certains passage de ce livre, et notamment ceux écrit par Natalie Depraz dans une section consacrée à l'empathie et la compassion, pp 183-199. Voir : Berthoz A. & Jorlan G. (2004). *L'Empathie*. Paris, O. Jacob.

je le pressens comme étant un élément satellite de l'expérience que je veux approfondir dans cette thèse. En considérant l'empathie comme un processus fait d'un

> ensemble de mécanises dont les principaux sont la capacité de ressentir ses émotions, et les sentiments exprimés par nous-mêmes et par les autres et d'adopter intentionnellement la perspective subjective d'autrui. (Decety, 2004, p. 88)

On comprendra aisément mon intérêt sur la question. L'empathie s'est montrée à travers les neurones miroirs. Ces systèmes 'activent' des kinesthèses sensorielles et/ou motrices et font que la perception du mouvement d'autrui, si tant est que mon attention s'y engage un minimum, me fait vivre son activité à travers un élan d'accomplir ce même mouvement et d'en sentir intérieurement une tension musculaire du même ordre. On le devine ici, sans attention pas d'empathie possible, et ici, je précise : attention sur les états du corps, le mien et celui de l'autre, formant la trame du sentiment corporel partagé et plus ou moins conscientisé. Le concept d'intersubjectivité prend une valeur spécifique dans le cadre de l'empathie. Husserl, toujours présent dans l'horizon, il

> approfondit le sens de notre expérience du monde de vie (Lebenswelt) jusqu'à se persuader de l'impossibilité que ce sens puisse avoir une origine purement subjective et individuelle (…). Il [Husserl] établit la contribution d'autrui et de la communauté à la contribution du sens que le monde a normalement pour nous, dans la mesure où il n'est pas seulement monde d'objets physiques déployés sous le regard de la cognition, mais monde commun, horizon permanent de nos interactions pratique quotidiennes. (Petit, 2004, p. 135)

En écho avec l'analyse inaugurale des degrés de participation affective faite par Max Scheler, l'empathie peut se comprendre sous l'angle de la contagion émotionnelle comme marque première et indispensable de la participation affective. Elle est bien différente de celle que pourrait causer la fusion émotionnelle dans différents degrés qui qualifient la sympathie entre deux personnes. On a souvent réduit l'empathie à une activité neuronale, pour la 'protéger' - à juste titre - d'un écueil sentimental comme celui de la sympathie. Mais du coup, l'empathie est devenue un peu sèche quand elle se définit comme étant seulement la saisie et la représentation des états et des vécus de l'autre. Pourtant, la « représentation » en question possède un contingent affectif inscrit dans le charnel, donc corporellement affecté. Cette ambiguïté affective est-elle la cause de l'ordre perceptif ou de l'ordre intellectuel à la source de la désignation de l'objet de l'empathie? La question n'est pas idiote, puisqu'elle est posée autrement sous la formule suivante : l'empathie est-elle une simulation mentale de la subjectivité d'autrui? (Decety, 2004). L'objectivation d'un autre, c'est-à-dire ce geste qui désigne un autre à qui je peux m'adresser, à qui je peux dire « Tu » d'une part et qui l'insère en moi, me

permet de me le représenter. Sur un autre versant de l'expérience empathique, je me trouve dans un deuxième temps forcé de m'adresser à un 'objet' qui se 'dé-marque' de moi, qui s'extrait d'un continuum proprioceptif et prend une souveraine indépendance par le statut d'une existence propre perçue comme objective. Il y a donc un mouvement double,

> une combinaison de coordonnées allo-et égocentrée [qui] permet de rendre compte de la juxtaposition sur un objet abstrait de deux référentiels : de celui qui désigne et de celui à qui la désignation s'adresse. La spécificité de l'humain résiderait dans la capacité à opérer ces représentations visuo-proprioceptivo-spatiales en les utilisant dans un système de communication et donc un système de relation à l'autre. (Bachoud-Lévi & Degos, 2004, p. 119)

D'une façon plus accessible, J. Decety propose que l'empathie

> repose sur notre capacité à reconnaître qu'autrui nous est semblable, mais sans confusion entre nous-même et lui. Par conséquent, une autre caractéristique essentielle de l'empathie réside dans la distinction entre soi et l'autre, et ce parallèlement avec l'expérience d'un partage affectif. (Decety, 2004, p. 54)

Ainsi, pour l'analyste phénoménologue, l'exemple de l'acrobate qui illustre le processus empathique sur lequel s'est appuyé Theodor Lipps n'est pas l'expérience d'un spectateur vivant des impressions et des sensations de mouvements dans ses propres membres, mais plutôt, l'expérience vécue des sensations de mouvement « dans le corps du funambule sur son fil » et ce n'est que dans un deuxième temps, par un geste cognitif, que la différentiation « mon corps et celui de l'acrobate » peut se faire. D'où la proposition quelque peu provocante qu'il y a d'abord fusion affective entre la subjectivité propre et celle d'autrui puis, décollement affectif et séparation dans un deuxième temps ;

> Au lieu que l'empathie résulte d'un redoublement réflexif de la théorie de l'esprit de l'ego donnant accès à la théorie de l'esprit de l'alter, thèse intellectualiste à laquelle retourne la théorie de la simulation, la fusion serait première, la séparation seconde. (Petit, 2004, p. 130)

8.2 Les degrés de l'empathie

Elisabeth Pacherie (2004) nous invite à distinguer l'empathie du phénomène auquel on l'associe régulièrement, celui de la simulation mentale, d'où les expressions, « comme si » ou « mets-toi à sa place ! », « imagine-toi à la place de l'autre ! ». Les différentes formes de simulation, doxastique, conative, perceptive ne correspondent pas exactement à l'empathie, bien que ces simulations reposent sur des stratégies visant la compréhension d'autrui. Il y a cependant une différence entre comprendre les émotions

d'autrui, ses perceptions, ses croyances ou ses intentions. Seule la simulation émotionnelle répond précisément à la notion qui nous intéresse. Il se trouve que les émotions convoquent des processus faisant appel à la fois aux perceptions, aux croyances, aux intentions, parmi les multiples composantes concernées.

> En parlant des degrés de l'empathie, je veux marquer le fait que notre compréhension empathique des émotions d'autrui peut-être plus ou moins parfaite ou imparfaite, profonde ou superficielle. Comprendre que telle personne est triste n'est pas encore comprendre ce qui la rend triste et moins encore pourquoi cela précisément la rend triste. Une pleine connaissance et compréhension de l'émotion éprouvée par autrui demande que l'on ressaisisse à la fois sa nature, son objet et ses raisons. L'empathie est susceptible de degré et avec elle la compréhension effective qu'elle nous donne des émotions d'autrui. (Pacherie, 2004, p. 151)

Peut-on parler des degrés de l'empathie comme on pourrait parler des degrés de l'attention ? On voit ici de façon remarquable les liens entre les deux phénomènes, ceux de l'attention et de l'émotion. L'attention-vigilance se tient dans un degré spécifique d'attention comme on l'a vu précédemment. Je comprends que l'attention-vigilance est une réduction de l'horizon des possibles perceptifs – en tant qu'elle fait émerger un relief dans un ensemble -, ce qui n'exclut qu'elle soit aussi son ouverture potentielle. Par une formule en apparence quelque peu romantique, « l'empathie comme accès au chemin du monde de (la) vie » - il ne faut pas sous-estimer sa portée -, je veux introduire un aspect de l'attention et de l'intersubjectivité sous la bannière de l'aspect *communautaire* de l'expérience de la réduction. Natalie Depraz nous invite à un troisième aspect de cette attention-vigilance, celui de la présence du corps comme arrimage à l'expérience intersubjective, initiée en premier lieu par un lien intra-subjectif à la vie simple et quotidienne, lien donnant un 'pouvoir' supplémentaire au sujet :

> Ainsi le chemin du monde de la vie est immersion dans le monde sensible. Cette sensibilité, chacun l'a en lui sans l'avoir toujours ressaisie. Travailler avec plutôt que lutter contre, c'est conquérir une liberté plus authentique car ancrée. Les sens, loin d'être des ennemis qui nous trompent, sont nos « assesseurs » ; ils nous éduquent à une lucidité qui est attention en croissance. Ils sont le support d'une transformation (*Veränderung*) qui est l'expérience réductive elle-même. En travaillant avec eux, la sensibilité s'affine, l'attention se requalifie. [344]

Une attention réceptive, à la fois organique et intersubjective, dans les activités au sein du monde dans lequel mes savoir-faire simples et immédiats, mes interactions avec les autres, est le point nodal d'une praxis somatique où à partir de mon corps, je *m'assure que le monde autour de moi où je vis avec les autres est bien là, présent en*

[344] *Ibid.*, p. 358

chacun de mes actes[345]. « Je n'*ai* pas un corps, je *suis* mon corps », cette formule qui nous vient de Merleau-Ponty est éloquente. La présence charnelle dans l'acte et le devenir attentif est une donnée assez rare dans la littérature pour qu'elle soit relevée. Nous verrons dans une section ultérieure comment certains penseurs (Michel Henry surtout) apporte une valeur ajoutée à la compréhension de l'apport du corps senti dans l'aventure affective du vivre. Laissons-nous inviter dans cet univers par ces lignes qui marquent un virage dans l'espace théorique sur le thème de la présence à soi, à l'autre, au monde ; par conséquent de la présence comme incarnation dans le vivre :

> Si ma chair est ma praxis prime, c'est toujours avec elle que je travaille, depuis elle que je pratique les diverses formes d'attention : conversion réflexive, épochè transcendantale, variation eidétique. C'est depuis cette incarnation pratique qu'opère le partage intersubjectif de l'acte réductif. L'attention qui aiguille à chaque instant dans ma présence concrète à moi-même, immédiate puis cultivée, s'en trouve à chaque fois vérifiée dans ce que mon corps vit et dans ce que les autres m'en renvoient.
>
> Cette communauté réductive est co-empathique sans être fusionnelle. Ce n'est ni l'empathie médiate par analogie vécue (Analogisierung) où je me mets en imagination à la place d'autrui tout en restant dans mon « ici absolu » et l'autre dans son « là-bas », ni un « pathos avec » où je m'éprouve en l'autre dans une co-affection inintentionnelle abyssale de nos deux auto-affections invaginées l'une en l'autre. Cette communauté réductive active une « interaffection » où se joue (se rejoue au fil des générations) la rencontre toujours unique de deux ego placée sous le signe d'une « inter-attention.[346]

8.2.1 La tendresse inhérente au cœur : un chemin pour une attention bienveillante

Par un mouvement audacieux et heureux dans le sens qu'il accorde une attention à la tendresse inhérente au cœur. Dans l'ouvrage que j'ai mentionné plus haut (L'Empathie), l'auteure française aborde une analyse comparative, méthodologique et pratique de deux disciplines de l'attention. En disposant côte à côte la phénoménologie husserlienne et une pratique bouddhiste, le *Tonglen*[347], Natalie Depraz nous invite une fois de plus à fouler des espaces hors des sentiers battus, en isomorphisme avec le

---

[345] *Ibid.*
[346] *Ibid.*, p. 359.
[347] Le Tonglen ou pratique du donner et du recevoir s'appuie sur le primat que tous les êtres sont doués de sensibilité, sans exception, et portent en eux la *bodhichitta*, qui est la tendresse inhérente au cœur, la tendance toute naturelle à aimer et à se soucier d'autrui. Au lieu de ressasser ses problèmes personnels, on se met à la place de ses semblables et on apprécie la condition humaine qui est la nôtre. Trungpa Rinpoché, le Maître spirituel avait l'habitude de dire à ses élèves de vivre leurs vies comme autant d'expériences.
Voir : Pema Chödrön, 2001. Sur le chemin de la transformation. La Table Ronde, Paris, 2003. Et : http://www.shiatsu-zen.com/downloads/sur-le-chemin-de-la-transformation.pdf

thème de l'attention-vigilance et des émotions, les chemins empruntés attisent l'attention du chercheur, de l'homme et du formateur, chemins aux détours desquels l'émoi se fait rumeur permanente. Ce travail fournit des informations précieuses pour ma recherche sur la dimension émotionnelle et le champ de l'affectivité. Le lien entre l'empathie et l'intersubjectivité est la pierre de touche de la pensée husserlienne à travers une tripartie construite sur la base de 1) la spatialité particulière de notre corps vécu, 2) un couplage temporel des deux corps et 3) une transposition imaginative de nos états psychiques dans ceux de l'autre. (Depraz N. , 2004, p. 183). L'approche Schelèrienne de la sympathie/empathie est elle aussi convoquée dans l'analyse comparative de deux pratiques rigoureuses de l'attention, éthique et spirituelle pour l'une, épistémologique et métaphysique pour l'autre ; j'ajouterai, pratiques de l'affectivité dans le sens où nous sommes en présence de modalités cognitives, mais également affectives (et) inter-agissantes.

8.2.2 L'exemple du Tonglen

L'approche d'une expérience primordiale de renforcement à l'aspiration à l'éveil personnel à des fins de contribuer en premier lieu à l'éveil des autres constitue l'axiologie du Tonglen. Cette expérience se fonde dans des gestes cognitifs et affectifs, empathiques de « laisser aller » (*ton*) et de « recevoir », « accepter » (len). La phénoménologie traite ce processus méthodique « comme une « analogisation », ce qui renvoie à des actes réciproques de mouvement perceptif et imaginatif de son corps d'un lieu (mon corps entendu comme un « ici ») à l'autre (le corps de l'autre entendu comme un « là-bas »)[348]. La réalité concrète du corps vécu, seul point de référence de toute méthode, de toute pratique, relie le Tonglen et la phénoménologie et à ce niveau deux pratiques de l'empathie, tout en explicitant celle-ci au passage. Il faut un corps vécu pour que j'apparaisse à un moment donné dans le champ perceptif de l'autre, et depuis ce fait, le corps devient *le médium universel de la donation originaire de toutes les choses*[349]. L'empathie est une expérience de soi et de l'autre, de l'autre en soi et de soi en l'autre, ce fait est en soi imposant. L'expérience de l'empathie est de façon limpide dépendante de mon incarnation, de cette capacité d'être relié à un corps vécu, et non seulement à un corps physique. Depuis cette réalité, une seconde est rendue possible, celle du corps de

[348] *Ibid., p. 186.*
[349] *Ibid.,* p. 187.

l'autre, c'est-à-dire de son incarnation. En réciprocité, dans ce processus, mon corps et le corps de l'autre, sont à la fois *Körper* et *Leib,* corps physique et corps vécu. La pratique bouddhiste de la méditation s'arrime à cet entendement et en fait une praxis corporelle et charnelle plus marquée puisque l'emphase méthodique pointe le corps vécu, corporellement conscient de lui-même (notamment par des pratiques d'attention à la respiration en 'inspire' et 'expire') comme le mouvement relationnel entre soi et soi, entre soi et le monde, entre le monde et soi, puis ouvert au monde. Là encore, comment imaginer ce travail sans l'appui de celui de l'attention et de la vigilance telle que définies tout au long de cette section? Comment imaginer la présence d'une neutralité émotionnelle dans une pratique dont l'état de sérénité et de compassion devient le sol de l'inter relation? La couleur de la participation affective dans la phénoménologie comme dans le Tonglen m'apparaît bien spécifique ; je pourrais la qualifier de participation affective à bas régime, allure affective à la base d'une posture dans laquelle on met soi-même et l'autre sur un même pied d'égalité, on échange soi-même et l'autre dans une pratique ; synthèse passive[350] et transposition en imagination dans l'autre. Le rapport à l'attachement comme une marque d'un investissement émotionnel à soi-même, c'est-à-dire, celui relatif à l'*ego* que je suis, comme première reconnaissance de présence au monde, réinvestit dans une orientation neutralisante dans la synthèse passive dans la phénoménologie et dans la respiration dans le Tonglen, à la faveur d'un autre engagement émotionnel en direction d'un *alter* qu'est l'autre, montre, à mon sens, de façon éclatante les liens entre attention, émotion, attachement devenus des « assesseurs » de l'empathie :

> L'intersubjectivité est un [tel] processus de couplage passif à travers lequel deux corps vécus entrent spontanément dans une relation d'association fondée sur leur confrontation corporelle concrète initialement similaire.351

L'exemple du lien mère-enfant est éloquent à ce sujet, il montre une synchronicité quasi parfaite des sensations, des mouvements et des sentiments. Le mouvement synthétique de l'approche empathique husserlienne distingue trois étapes : 1/ il faut se connaître soi-même comme un corps vécu conscient de lui-même ; 2/ un accueil de l'autre comme *idem* opère de la même manière qu'une synthèse passive,

[350] « (…) La synthèse passive est un couplage affectif associatif (*Paarung*) par lequel deux unités hylétiques sensorielles se trouvent liées d'elles-mêmes sans que je contribue moi-même à un tel processus synthétique immanent. » (*Ibid.*, p. 191).
[351] *Ibid.*

détruisant l'égoïcité de part et d'autre ; 3/ à ce stade seulement peut se donner ou se faire la mise en place de l'autre,

> mon moi incarné et situé, lequel occupe habituellement la position de l'« ici » (hier), tandis que l'autre en tant que soi incarné occupe la position du là-bas (dort), ce soi subit un renversement complet puisque je suis à présent à la place de l'autre (là-bas), alors que lui ou elle est à ma place (ici).352

En phénoménologie, cette 'trans-portation' se fait en imagination (analogisation), alors que dans la pratique du *Tonglen*, la 'trans-position' se fait par une sorte de performance imaginative sur un mode affectif sympathique :

> quand vous faites la méditation de l'échange, prenez d'autres êtres sensibles qui sont vos inférieurs, vos supérieurs, ou vos égaux et considérez-les comme s'ils étaient vous-même, mettez-vous à leur place. Prenez simplement leur place et n'entretenez aucune autre pensée.[353]

Plus loin dans la poussée imaginaire, il s'agira à travers des exercices respiratoire d'associer inspiration avec une absorption de la souffrance en soi, et à l'expiration, la restitution de sentiments bénéfiques dirigés vers autrui. Les observations neurophysiologiques (Beauregard, 2014, Ricard, 2013) démontrent les corrélats

[352] *Ibid., p. 192.*
[353] Consignes de pratique du Tonglen relevées par l'auteure. *Ibid.*, pp. 192, 193.

somatiques et émotionnels de ce type d'attention envers l'autre *via* un engagement dans le rapport à soi et au corps (le mien, celui de l'autre ou des autres, et de tout autre corps, la nature par exemple) générant une certaine présence corporelle et physiologique (la respiration contrôlée). Ces processus montrent tout autant l'implication et la modification de l'organisation neuronale et biochimique en lien avec l'activité affective déclenchée ou émergente de ces pratiques (*Ibid.*). Par défaut, l'exemple de N. Cage, montre que l'absence de marqueurs somatiques est un élément décisif à l'origine de troubles émotionnels avec les conséquences plus ou moins délétères pour toute relation inter personnelle et sociale. A l'opposé, les expériences de méditations collectives faîtes dans certaines grandes métropoles américaines rendent compte de l'influence de pratiques – avec intention de bienveillance et, donc d'altruisme - sur le taux de criminalité ou de violence sociale en synchronie avec le temps de ces mêmes pratiques (Ricard, 2013). Ces résultats réconfortants illustrent la pensée phénoménologique d'Husserl, mais aussi celle du phénoménologue tchèque, Jan Patocka, pour qui le vivre en commune attention était la marque de la vie elle-même.

8.3 L'empathie : un engagement éthique profondément émotionnel?

L'enseignement tiré du mouvement d'analyse en va et vient entre deux pratiques attentionnelles met en relief la force de présence de l'affectivité, force inhérente à l'omniprésence du corps dans la pratique bouddhiste, et en demi-teinte dans celle d'une certaine phénoménologie à médiation plutôt cognitive dans laquelle l'affectivité se voit encore restreinte à une réceptivité cognitive, cette dernière pourrait tirer profit de la valeur ajoutée d'un rapport au corps senti, vécu dans la chair. En gros, ce sont les conclusions de l'auteure engagée dans cette réflexion. Cette valeur ajoutée déborde le cadre méthodologique puisqu'elle ouvre la porte à une éthique profondément émotionnelle et sociale, figurant d'une certaine manière le fer de lance chez J. Patocka, et bien intuitionnée par Max Scheler :

> Le concept schelérien d'*Einsfühlung*, (notons la différence avec *Einfühlung* qui ne prend pas de « s ») a une signification plus immédiate et émotionnelle. En tant qu'identification affective, l'*Einsfühlung* va plus loin que la synthèse associative encore médiatisée que l'on trouve chez Husserl, mais elle ne risque pas pour autant la fusion symbiotique. En effet Scheler distingue cette sorte d'empathie émotionnelle (*Einfühlung qua Einfühlung*) et deux formes extrêmes d'empathie symbiotiques : l'*Einssetzung*, la fusion affective, et la *Gefühlsansteckung*, la contagion affective, lesquelles

> correspondent à des expressions de la pathologie symbiotique de la foule que Freud analyse dans sa *Massenpsychologie.* (Depraz N. , 2004, p. 195)

Plus loin N. Depraz honore le phénoménologue Edmund Husserl, en nous livrant un témoignage à la première personne. Ces lignes forment l'épilogue de cette section accordée à l'empathie dans lequel la dimension spirituelle et humaniste du philosophe allemand se donne avec éclat :

> Dans le monde, les êtres humains exercent les uns sur les autres des « influences spirituelles », ils entrent en contact sur le plan spirituel, ils agissent l'un sur l'autre, de moi à moi ; le fait que je fais cela, l'autre en a connaissance et cela le détermine à s'« orienter » de son côté « d'après cela ». Mais ils agissent aussi l'un en l'autre, je prends la volonté de l'autre sur moi, je le sers. Ce que je fais, je ne le fais pas simplement de moi-même, mais le vouloir de l'autre s'accomplit dans mon service, dans mon agir. En ayant de la compassion, en me réjouissant avec l'autre, je ne souffre pas simplement en tant que moi, mais c'est la souffrance de l'autre qui vit dans ma souffrance ou bien aussi, inversement, je suis absorbé en autrui et je vis dans sa vie et, en particulier, je souffre sa souffrance. De même que je porte un jugement avec lui sur son jugement, (non pas pour ainsi dire que je suis ''en accord'' avec lui dans la mesure où le jugement que je me suis moi-même formé coïnciderait, s'accorderait avec le jugement qu'il s'est lui-même formé, mais je porte un jugement avec lui sur son jugement en le comprenant par après et sans le partager nécessairement dans l'après-coup), de même je ressens avec lui sa souffrance ; je ne puis pas de la même manière vouloir avec lui sa volonté, mais je puis m'associer à son action, ou bien je puis former avec lui une unité de volonté en le servant ou en ayant autorité sur lui.
>
> Le moi peut s'unir au moi (au toi), le moi est en contact avec lui-même, coïncide d'une certaine manière avec le moi qui lui fait face, l'action de l'un et l'action de l'autre ne sont pas seulement une action parallèle séparée, c'est simplement une action semblable, consonnant de façon harmonieuse et s'unifiant en un accord unitaire. Ce caractère unitaire peut cependant être très divers. L'autre pour lequel j'ai de l'empathie peut rester extérieur à moi-même et ne former aucune unité avec moi ; je prends soin de lui, je le comprends par après, je puis penser et sentir avec lui, en ayant des contacts avec lui et en prenant position avec lui, mais je puis aussi vivre en lui dans une partie de la vie volitive, vouloir en lui en tant qu'il m'est soumis, et < il > vit alors en lui-même, de façon consciente dans l'étendue de ses devoirs, dans la sphère de son ''service'' , en tant que portant en soi, dans son vouloir, mon vouloir, accomplissant dans son agir mon agir. Je puis également porter l'autre en l'imaginant à l'intérieur de moi comme mon modèle, que j'ai tout à fait investi dans mon moi central ; ce faisant, je fais comme s'il était à ma place. [354]

[354] *Ibid.*, *p. 196.*

9. PREMIERES RESONANCES : LES MERITES DE L'ATTENTION

Combien de fois la clarté des étoiles, le bruit des vagues de la mer,
le silence de l'heure qui précède l'aube viennent-ils
vainement se proposer à l'attention des hommes ?

L'attention est la forme la plus rare et la plus pure de la générosité.
Simone Weil

9.1 Une révélation touchante

La pensée Deprazienne est foisonnante de sens et d'ouverture pour ma recherche sur la dimension émotionnelle et le champ de l'affectivité. Le simple fait de mettre en point d'appui la notion d'attention a fait émerger des liens inattendus dont la révélation a des conséquences à la fois épistémologique, méthodologique, voire, spirituelle laïque ou religieuse. L'attention et l'émotion ont été mises en relief par des alliances nouvelles pour moi. Cette exploration vient altérer la vision du chercheur sur les données empiriques qu'il s'agira de réceptionner avec une « attention-vigilance », « attention émotionnelle » ou « co-modulatrice » dans une manière incarnée de réceptionner un corpus, d'y laisser jouer un mode empathique. J'ai été impressionné par la délicatesse et le souci sémantique présents, c'est-à-dire par cette attention-vigilance mettant en éveil permanent le lecteur sur le sens de chacun des termes qui concernent sa recherche actuelle. A l'arrivée, ma lecture œuvre dans des espaces inattendus, rendant à la fois plus passionnant mon investigation et faisant évoluer, chemin faisant, un regard critique sur l'ensemble de ma production écrite. Ce trajet a mis la formulation de ma question de recherche sur la sellette[355]. Comme cela s'est produit à la découverte d'autres auteurs (B. Honoré parmi eux) je suis touché par l'évidence que la connaissance (théorique-épistémologique-méthodologique, …) a besoin d'un style, d'une certaine esthétique, d'une âme pour atteindre pleinement son but.

Cela conforte la position du chercheur du Sensible qui a reconnu bien des croisements avec sa culture tout au long de l'exploration partielle d'une œuvre imposante. Au-delà des réponses théoriques, sous l'éclairage de la phénoménologie du cœur s'est offert contre toute attente un matériau pragmatique et praxique donnant une valeur ajoutée immédiate dans mon entendement sur le couple attention/ affection. Plus encore, il m'a semblé recevoir un enseignement humanisant sur l'« être avec » au

[355] En prenant le sens précis de « faire avouer des choses qu'elles voulaient tenir secrètes ».

service de l'accomplissement d'un « vivre » ensemble. L'intuition de départ que ma rencontre avec l'auteure allait être passionnante se confirme à l'arrivée. Je me sens enrichi intellectuellement, méthodologiquement. De nouvelles balises viennent de se placer sur ma route compréhensive du sujet de cette thèse.

Pourrais-je contenir un sentiment de joie, de joie intérieure porteuse d'un vitalisme réel jusque dans ma chair ? Pour le dire autrement et spirituellement, je me ressens augmenté à l'issu de ce parcours, au moment même où j'écris ces mots, comme si, par un isomorphisme, je m'étais laissé toucher et émouvoir par l'onde et la vivance attentionnée de l'auteure (bien *vivante et existante* – et ce fait est suffisamment rare pour le relever) engagée sur une route que je projette rejoindre des espaces communs à ce qui fait sens dans mon paradigme existentiel. A bien des moments et des égards, la résonance vécue au contact de sa pensée et de la forme littéraire qui la sert s'est fait le miroir troublant (par ses éclats) de ce qui m'est le plus précieux. J'y ai reconnu les aspects fondateurs de mon métier intime (Hazard), d'une quête,

9.2 L'empathie sous le mode du Sensible : quelques spécificités par contraste

Une attitude éthique prévaut à toute démarche comparative, ce que la culture scientifique essaie d'apprendre et dénigre parfois comme je l'ai évoqué dans la pertinence sociale à propos de l'univers affectif de la recherche[356]. En appliquant un mode empathique avec les différentes sources théorico-pratiques rencontrées, l'acte de comparer - me semble-t-il - porte alors tous ses fruits et célèbre les différences plus qu'il n'y paraît. C'est dans cet esprit que je m'installe.

L'apport de la pratique de l'attention bienveillante dans le *Tonglen* montre la nature de participation à la fois attentionnelle et émotionnelle d'un engagement du cœur d'ordre spirituel assumé. Mais l'empathie intéresse d'autres champs qui n'ont pas été abordé ici, car comme je l'ai annoncé au départ, l'exhaustivité n'était pas de mise dans mon projet. Par exemple, l'approche rogérienne comme figure de la psychothérapie humaniste n'a pas été développée jusqu'à présent. Je peux relever une définition montrant la sortie d'une analyse mécaniste classique pour tendre vers une humanité en changeant l'usage du substantif – empathie- en qualificatif – empathique -. Ce mouvement syntaxique n'est pas banal, il s'ouvre vers une compréhension de

[356] « La recherche », terme générique 'désincarné' qui fait oublier ou déresponsabilise les attitudes humaines qui s'y jouent. L'histoire de la recherche est truffée d'exemples attestant cette réalité.

l'empathie comme une aptitude, une compétence, dont les praticiens savent qu'elle constitue métier à part entière :

> Être empathique, c'est percevoir le cadre de référence interne d'autrui aussi précisément que possible et avec les composants émotionnels et les significations qui lui appartiennent comme si l'on était cette personne, mais sans jamais perdre de vue la condition du 'comme si'. (Rogers, 1970, p. 230)

On devine dans cette définition le jeu entre attention, intention, vigilance et émotion. En filiation avec l'approche rogérienne, le focusing pousse plus loin le mode empathique à travers une attitude introspective corporelle du patient lui-même, espace absent de la pratique attentionnelle rogérienne :

> Si le client au lieu de parler et d'alimenter son discours anecdotique, est capable de faire silence et de consulter ce qu'il ressent à l'intérieur de lui, il se rapproche de ce qui est important pour lui par le biais de l'expérience ressentie corporellement. (Lamboy, 2009, p. 68).

Gendlin, fondateur du *Focusing* utilise la notion d*'experiencing* pour la différencier de la notion d'expérience. Dans cette formulation, « Le suffixe 'ing' apporte le mouvement du vivant en train de se vivre. » (*Ibid.*, p. 69). On voit ici, une ouverture attentionnelle à une subjectivité, à une essence participant à un processus dans lequel la personne se laisse touchée et rejoindre par un phénomène ontologique.

J'ai pris le temps de relever ces deux pratiques d'accompagnement qui utilisent le mode empathique car elles sont pour ainsi dire cousines de la plus récente des trois, cette troisième étant la psychopédagogie perceptive. Par contraste, sans détailler davantage car cela sera fait dans le chapitre suivant, sous la lunette de l'attention-vigilance, l'expérience Sensible se relie un mode empathique particulier appelé la *réciprocité actuante*[357]. Dans ce contexte l'attention se porte à la fois sur une subjectivité intra et interpersonnelle vécue dans le corps et dans la chair des personnes en présence, avec une vigilance sur le rebond évolutif entre touché et touchant sur une mode silencieux et perceptif dans un premier temps, puis verbal depuis cette assise empathique corporeisée. J'ai relevé un extrait explicite dans la thèse d'Hélène Bourhis, il permet de bien situer les points de spécificité attentionnelle et expérientielle :

> La main Sensible devient une main 'Sensible', c'est-à-dire qui touche mais qui est également touchée par ce qu'elle touche. La main Sensible construit un lieu d'échange intersubjectif qui génère une influence réciproque, évolutive qui circule entre le 'touchant' et le 'touché' et entre le 'touché' et le 'touchant' selon une boucle évolutive qui se construit en temps réel de la relation actuante. »

[357] Voir les travaux de Bourhis, H. (2013), pp 96 à 101, de Bois, D. et Ausrty D. (2007).

> (2007, p. 68). Cette description montre bien l'évolutivité d'effet en effet, qui signe la présence de la réciprocité actuante, que relèvent D. Bois et D. Austry : « L'évolutivité qui naît de cette implication dans la relation au Sensible, de cause en effet, d'effet qui devient cause effectrice de l'effet suivant, est alors un signe de la réciprocité entre percevant et perçu. » (2007, p. 10). (Bourhis, 2013, p. 100)

On voit bien le jeu entre touché/touchant, perçu/percevant. Je ne trouve pas d'informations relatives à un mouvement de nature thymique dans la description présentée ici. Existe-t-il ? J'ai trouvé des éléments lors d'entretiens de recherche dans ma précédente étude: « Je sens dans mon écoute une empathie sensible. (Humpich, 2007, p. 113). C'est assez pauvre et cela mériterait d'être développé.

9.3 De nouvelles balises pour aborder la dimension émotionnelle du Sensible

Toute au long de mon développement, j'ai posé mes résonances sur les points saillants alimentant ma réflexion dans cette recherche. Pour ne pas être redondant, je ne les reprendrai pas maintenant. En conclusion de ce parcours en compagnie de Natalie Depraz, l'angle de l'attention pour cerner mon objet de recherche se révèle porteur, à la fois parce qu'il donne à voir combien la pédagogie perceptive telle qu'elle m'est accessible théoriquement et praxiquement est une discipline de l'attention et de la vigilance. Ces dimensions peuvent-elle s'enrichir par le travail en cours ?

La visée proposée par la philosophe est confrontante et stimulante car elle pointe l'évidence d'une participation affective dans toute expérience pratique de l'attention. Le constat de l'écart entre l'expérience et la théorisation actuelle renforce ma motivation tout en me questionnant sur la qualité de mon attention sur ce qui est disponible actuellement. J'avoue qu'un tel vide me semble suspect[358]. Ai-je manqué d'ouverture dans mes analyses et mes recherches? Est-ce le fait d'avoir été déplacé dans mon regard par ce que j'ai rencontré dans ce corpus? Un eurêka a eu lieu pour moi à l'occasion de cette section, celui de *l'activité circulaire entre l'attention, l'émotion et la sensibilité*. Une vigilance d'une autre nature à pris place, je laisse l'interrogation cheminer en moi, m'habiter encore et poursuit ma route.

Cette aventure intense me laisse enthousiaste. Métaphoriquement, la marche en cours m'a conduit jusqu'au camp de base préparant une autre ascension, celle vers un sommet de la pensée phénoménologique, je veux parler de ma rencontre avec le philosophe de la chair et de la vie, Michel Henry.

[358] Je me réfère ici au tableau récapitulatif des recherches actuelles au CERAP.

CHAPITRE 5 : LA CULTURE DU SENTIMENT, L'AUTO-AFFECTION CHEZ MICHEL HENRY

Ignorant la vie et ses intérêts propres, les seuls intérêts
qui soient au monde et dont on ne découvre jamais l'origine dans le monde,
dans l'objectivité,
la science se place dans une solitude presque inconcevable.
Cette solitude de la science, c'est la technique.

Nous disons qu'en tout vivant, la vie advient comme un Soi,
lequel advient à toute vie,
et à toute détermination de la vie.
Michel Henry

Michel Henry incarne une figure de la philosophie et de la phénoménologie contemporaine de l'affectivité. Il s'est dévoilé à moi comme le phénoménologue de la vie et de l'auto-affection. Il était incontournable de m'appuyer sur son œuvre dans cette thèse qui tente d'élucider certains aspects de la dimension émotionnelle et du champ de l'affectivité *chez l'homme en prise avec l'expérience du vivre*. En ce sens, sa philosophie pourrait concerner tous les êtres humains, elle se présente comme une phénoménologie de 'l'être en vie' dont la caractéristique insigne est qu'il a corps :

> Ce qui caractérise des êtres incarnés, c'est qu'ils ont un corps (…), le corps d'un être incarné tel que [celui de] l'homme. (Henry, 2000, p. 7)

Pour le philosophe français, Husserl et Heidegger, en soulignant le primat de l'intentionnalité, ont trahi la vie au profit du monde, et l'affection au profit de la représentation[359] :

> Le qualificatif de « matérielle », ajouté au terme de « phénoménologie » se substitue chez Henry au concept husserlien d'intentionnalité et au concept heideggérien de souci, parce que la « matière première » de toutes les descriptions phénoménologiques est constituée par l'auto-affection. Le radicalisme d'une pensée commandée par « l'immédiation pathétique en laquelle la vie fait l'épreuve de soi » n'a pas empêché Henry de mettre son interprétation de l'être comme vie à l'épreuve de descriptions phénoménologiques consacrées à la corporéité, l'agir et l'art. (Greisch, J.)

Voilà posées quelques balises permettant de voir où je m'en vais, et disons-le d'emblée, dans une voie assez marginale au regard des sentiers foulées par les autres penseurs de son champ. Une fois de plus, l'investigation sera très partielle et je l'assume

[359] Voir : Jean GREISCH, « HENRY MICHEL - (1922-2002) », Encyclopædia Universalis [en ligne], consulté le 10 juillet 2014. URL : http://www.universalis.fr/encyclopedie/michel-henry/

comme telle ; elle n'en sera pas moins féconde et passionnante pour le projet exploratoire qui est le mien. Une fois de plus, je ne m'attendais pas à telle expérience dans un travail dont la source est dite 'science', 'réflexive'. Par moments, sa pensée frappe et réveille. Comme ces tempêtes sur les grèves, elle éveille en sursaut ou dans l'effroi de sa perspective une sensibilité faisant advenir un regard ; et ici, un regard dont la captativité pointe l'essence du corps en Vie et fait de *l'humanitas* un chef-d'œuvre, métaphoriquement, aussi puissant et vulnérable que l'intemporel Abbaye du Mont Saint-Michel[360]. L'émoi présent au contact de l'art littéraire, des contes, de la poésie, de la musique ou de la peinture, l'est aussi dans l'étreinte sensuelle de la pensée de M. Henry. L'expérience de la lecture des écrits consultés m'a ''redressé l'âme'' qu'il définit bien comme partie intégrante de l'homme non dissociée du corps. Elle a aussi mis l'emphase sur la diffusion d'un principe de conscience d'être soi au-delà de notre propre existence pour s'apercevoir sans rupture avec le flux de la grande Vie toujours à l'œuvre dans la vie. En ce sens, son œuvre m'est apparue également citoyenne et socialisante.

1. L'IVRESSE DU VIVRE : UNE VALEUR AFFECTIVE ABSOLUE

Se positionnant d'une façon radicale par rapport à certains héritages galiléens, l'auteur affirme qu'

> écarter de la réalité des objets leurs qualités sensibles, c'est éliminer du même coup notre sensibilité, l'ensemble de nos impressions, de nos émotions, de nos désirs et de nos passions, de nos pensées, bref, notre subjectivité tout entière qui fait la substance de notre vie. (…) Le baiser qu'échangent les amants n'est qu'un bombardement de particules microphysiques. (Henry, 2011, p. 2)

[360]Sur une petite commune française du département de la Manche en région Basse-Normandie, le Mont-Saint-Michel, l'abbaye du Mont-Saint-Michel se dresse, précieuse et sertie dans son écrin de sable et d'eau. Cette région a accueilli douze très belles années de ma vie. Mes visites de ce 'lieu extatique' ont toujours été l'occasion d'un profond émerveillement et d'une méditation sur le destin de l'humanité à la fois singulière et plurielle. Cette abbaye classée sur la liste du patrimoine mondial de l'UNESCO (avec plus de 1,335 million de visiteurs par an en 2010) compte parmi les premiers sites culturels visités en France. La vulnérabilité de ce lieu est reconnue et génère des dispositifs de protections de plus en plus importants. Métaphoriquement, cet édifice et son contexte m'évoquent l'homme et la société tels que je les comprends dans ma rencontre henrienne. L'homme est à la fois une pure manifestation de la Vie, l'expression d'un agir en osmose avec l'univers qu'il co-construit, à la fois danger quand il se perd, réduit à l'objet d'une hyperconsommation dont les effets se retournent contre son essence.

Les manifestations de la vie, placées sous le boisseau d'une certaine rationalité devrait être réinsérée dans le champ de la vie, « la pensée est un mode de la vie » nous dit Marx ; dans ce sens, l'exclusion de la subjectivité du monde de la recherche et de la science - pire encore quand il s'agit de la philosophie -, est plus qu'une destitution intellectuelle, c'est *la vie elle-même qui se retourne contre elle-même*. Ce procès a des conséquences sur la vie sociale et sur la définition-même du vivre. Dans une consonance avec la pensée bien qu'assubjective de Jan Patocka, le philosophe pose la question :

> Avez-vous déjà vu la société en train de faire quelque chose? Quelle est cette tierce personne que l'on appelle société? Pour qu'il y ait une société, il faut qu'il y ait des hommes (…), ces hommes sont des individus vivants et concrets. (Henry, 2004, p. 24)

Dans des formulations quelque peu troublantes au premier abord, M. Henry, insiste sur la présence de la vie, irrépressible à l'histoire de l'humanité comme à tout savoir scientifique. La vie se présente comme la valeur affective de toute chose de ce monde. M. Henry pose la question :

> Mais comment « tout le monde », c'est-à-dire chacun en tant qu'il est un vivant, peut-il savoir ce qu'est la vie, sinon dans la mesure où la vie se sait elle-même et où ce savoir originel de soi constitue son essence propre? (Henry, 2011, p. 15)

Une vie 'véritable' est une vie qui se sent et s'éprouve elle-même, c'est la vie phénoménologique absolue dont l'essence se trouve dans le fait même de se sentir ou de s'éprouver soi-même. Voilà nommée la *subjectivité* ! La vie est perçue comme la grande absente de la philosophie occidentale. La *phénoménologie de la vie* veut combler cette lacune en saisissant l'invisibilité. En suivant l'intuition géniale de Maine de Biran, à travers le « sentiment d'effort » et un « je peux » s'éprouvant soi-même dans son affectivité et par elle, on comprend que la vie subjective donne forme à ce mode de la vie au milieu duquel se déroule notre existence concrète. L'ivresse du vivre, dans le sens de l'accroissement et de la jouissance de soi, en tant que sentiment, c'est bien vers là que nous conduit le projet de la phénoménologie de la vie.

1.1 S'éprouver soi-même en chaque point de son être

Pour M. Henry, les termes de la phénoménologie sont éloquents pour montrer son propos méthodologique, celui d'une mise à distance à travers l'*ek-stasis* :

> L'ultime problème de la phénoménologie est de savoir comment les phénomènes me sont donnés, c'est le problème de la donation, de l'apparaitre, mieux de la phénoménalité des phénomènes considérées comme telle. (Henry, 2004, p. 66)

La phénoménologie générique présente un vocabulaire sous la forme de verbes comme « apparaître », « se donner », « se montrer », « advenir dans leur condition de phénomène », « se dévoiler », « se découvrir », « apparaître », « se manifester », « se révéler »; et sous la forme substantive de « donation », « monstration », « phénoménalisation », « dévoilement », « découvrement », « apparition », « manifestation » ou encore, « révélation ». Tous ces termes n'épuisent pas la question du processus de leur apparaître et c'est à cette quête que s'attache le philosophe. L'auteur relève que certains mots clés de la phénoménologie sont aussi, et dans une large mesure, ceux de la religion – ou de la théologie. On connaît la contribution de Michel Henry sur la compréhension du christianisme sur laquelle je reviendrai plus tard. En proposant un nouvel édifice phénoménologique dont les pierres de touche sont la phénoménologie du corps puis la phénoménologie de la chair, dont *l'Affectivité pure* constitue le ciment, M. Henry quitte l'espace dans lequel se meut la pensée d'un regard dont l'inspiration provient « du dehors », là où, selon lui, la vie ne se montre jamais. Ce en quoi on peut accéder au motif de l'isolement sur le plan théorique de toute recherche centrée sur la vie. La vie se présente comme un *a priori affectif* car elle « ne parle pas d'autre chose que d'elle-même et pas autrement qu'à partir d'elle-même. » (*Ibid.*, p. 70).

En partant du corps de la perception ordinaire, matériel ou corps propre, l'auteur aborde une voie difficile[361], celle d'aborder le corps vivant, le nôtre ; mon corps et le vôtre qui sent, qui agit, qui souffre et avec lequel il semble que notre vie-même se confond :

> Notre accès à ce corps tient à ceci qu'il se montre à nous, qu'il se donne à nous. Il se montre à nous dans le monde. Pour le dire d'un mot, c'est un corps sensible, quelque chose qui est vu, entendu, que le peux toucher, sentir. Quelque chose qui est donc pourvu de qualités sensibles, sonores, odorantes, quelque chose qui est froid, qui est chaud, qui est dur ou qui est mou, qui est rugueux ou qui est lisse et enfin qui est beau, qui est laid, comme le sont les choses du monde en général. Il est étrange pour nous d'être par notre corps semblable à n'importe laquelle de ces choses du monde. C'est cette expérience du corps, cette idée du corps propre à l'expérience commune, qui a servi de fondement aux philosophies du corps ou aux théories du corps qui relèvent donc toutes de notre accès au monde tel qu'il s'opère dans la sensibilité et par elle.[362]

[361] Conférence donnée à Bruxelles en 1995.
[362] *Ibid.*, p. 112.

On voit dans cette citation l'ouverture à 'une science de la sensibilité' dont l'ancrage à *un corps concret, corps du 'quotidien'* constitue le socle. Mais attention, qu'on ne s'y trompe pas, il n'est pas question de confondre ce corps de la manifestation dans l'objectivité à l'autre en sous-main qui l'anime, le corps fondamental, invisible et subjectif ! En s'interrogeant sur le corps sensible, ce corps dont on ne peut en effet se débarrasser si aisément, M. Henry installe une axiologie du corps senti, sentant, donnant, originel et fondamental :

> Effectivement, la philosophie moderne a découvert cette idée d'un corps subjectif qui n'est pas objet d'expérience mais pouvoir, principe d'expérience. Avant donc d'être un corps-objet qu'on peut voir, toucher, sentir, de prendre, etc. Il s'agir alors de faire une *analyse de ce corps fondamental* puisque c'est lui qui connaît l'autre. S'il n'y avait pas de *corps connaissant*, il n'y aurait pas de corps connu, ni le mien, ni ceux de l'univers.[363][Je souligne]

À l'évidence, nous ne pouvons donner congé à notre corps, nous installer hors de lui. D'où le projet de l'éprouvé de soi par cet éprouvé de son corps, de son corps vivant,

> ce corps dont nous ne cessons de faire l'expérience muette dans notre vie quotidienne et que nous mettons en œuvre dans chacune de nos actions (…) Ce dont il s'agit, c'est de partir non du monde mais de la vie et de se demander si, dans cette vie, on peut comprendre comment en elle peut naître quelque chose comme ce corps vivant dont nous avons l'expérience – et une expérience plus certaine que l'expérience du corps objectif. [364]

En tentant de répondre à deux questions posées par Condillac et par Maine de Biran, interrogations 'provocantes' à plusieurs égards encore de nos jours: « Comment connaître mon corps propre? » et « est-ce que je connais mon corps comme je connais cette table ou ce verre? », M. Henry place le projet d'une phénoménologie dans laquelle il est question de *s'éprouver en chaque point de son être* ; et ce, par l'éprouvé de la vie elle-même se révélant du même coup comme un savoir ultime.

1.2 Le savoir de la vie : expression tautologique !

Dans une dynamique de la manifestation[365] telle que l'a élaboré l'auteur,

> le vivant ne s'est pas fondé lui-même, il a un Fond qui est la vie, mais ce fond n'est pas différent de lui, il est auto-affection en laquelle il s'auto-affecte et à laquelle, de cette façon, il s'identifie. (Laoureux, 1999, p. 161)

[363] *Ibid.*, p. 117.
[364] *Ibid.*, p. 123.
[365] Dans sa thèse écrite en 1963, *l'essence de la manifestation*, M. Henry installe le concept d'auto-affection que j'aborderai plus en détail plus loin. Ce qui est remarquable, c'est que ce concept se fonde hors de toute intentionnalité. C'est en cela qu'il révolutionne la phénoménologie.

Le savoir de la conscience n'est qu'un aspect du savoir de la vie sur lequel il repose. Contrairement au primat d'une conscience étant toujours conscience de quelque chose (*cogitatum*), le cogito de la vie elle-même se situe ailleurs et autrement. Si la conscience révèle autre chose qu'elle-même, c'est-à-dire, qu'avec la sensation quelque chose est senti, avec la perception se révèle l'objet perçu, l'imagination fait apparaitre un imaginaire, la mémoire un souvenir, l'entendement un concept ; la vie quant à elle, ne révèle rien d'autre, aucune objectivité. Elle se sent originellement, radicalement elle-même par son principe affectif qui la définit à par lequel elle se définit. En ce sens, elle sait. Elle se sait, et sait le monde. C'est la raison pour laquelle, dire le savoir de la vie est une tautologie. Cette affirmation est lourde de conséquence sur le plan épistémologique, méthodologique, philosophique et spirituel : elle tourne le dos à un édifice construit depuis la Grèce antique. Dans cette vision, l'ensemble de la science, dont le sol est l'objectivité et la matérialité physique, visible, se trouve en quelque sorte déclassé. Le savoir de la vie, tautologie éloquente, renvoie au savoir du « monde-de-la-vie », non pas un monde en tant que pur spectacle impersonnel, mais :

> Un monde qui n'est donné qu'à la vie, qui existe pour elle, en elle et par elle. Car ce en quoi se forme tout « monde » possible, l'ouverture d'un Dehors, l'Extériorisation originelle d'une extériorité quelconque (par exemple celle d'un nombre) n'est susceptible de se produire que pour autant que cette production s'affecte elle-même, dans l'Affectivité de cette production par conséquent et grâce à elle. Ainsi les choses ne sont-elles pas sensibles après coup, elles ne revêtent pas ces tonalités avec lesquelles elles surgissent devant nous comme menaçantes ou sereines, tristes ou indifférentes, en vertu de relations qu'elles noueraient dans une histoire de nos désirs et avec le jeu sans fin de nos intérêts propres – bien plutôt ne font-elles tout cela et ne sont-elles susceptibles de le faire que parce qu'elles sont affectives de naissance, parce qu'il y a un pathos de leur venue à l'être comme venue de l'être à lui-même dans l'ivresse et la souffrance de la vie. (Henry, 2011, p. 34)

1.3 La solitude de la science : une pratique 'orpheline' de l'*humanitas?*

Pour qu'une chose soit vraie, il faut qu'en plus
d'être vraie elle entre dans notre vie.
Christian Bobin

Par contraste, le regard porté sur le principe de construction de la science telle qu'elle s'est établie – en particulier depuis le sens apporté par Galilée - avec comme primat, la distance, la seule matérialité et objectivité comme étant celle de la visibilité, situe cette même science dans une solitude abyssale. Coupé de la vie elle-même, elle en devient 'orpheline' de toute Affectivité, de tout principe de cet ordre qui pourrait la

rendre à son *humanitas ;* un *humanitas* cicéronien[366], ce mot humanitas, présent avant celui « d'humain », nous provient du latin classique. Cette terminologie est essentielle dans le propos de M. Henry, puisqu'elle caractérise ce qui est propre à l'homme et signifie dans un même mouvement, « ensemble des caractères qui définissent la nature humaine », « sentiment de bienveillance » et « culture ». Je découvre ce dernier mot (culture) dans un ton particulier sous la plume du philosophe pour qui,

> en tant que la culture367 est la culture de la vie et repose sur un savoir propre de celle-ci, elle est essentiellement pratique. Elle consiste dans l'autodéveloppement des potentialités subjectives qui composent cette vie. (*Ibid.*, p. 38)

Nous retrouvons une sensibilité patockienne à la différence que le philosophe tchèque prônait une culture de l'assubjectivité. Mais l'un et l'autre de s'adressaient-ils pas à l'humanitas, à cette humanité manifestée dans le contenu des actes quotidiens de l'homme dans son existence, à l'homme dans la cité, concret, celui qui fonde une société?

On devine la portée du projet henrien tout en prenant la mesure de sa critique radicale de la science et de l'université (voir *La Barbarie*, Henry. M., 2011, pp. 43-100). Humanitas, essence de l'homme, nature humaine, devrait être l'objet de prédilection de la philosophie, de la théologie ; en anthropologie, *humanitas* signifie « caractère humain » et les « critères fondamentaux de l'humanité ». C'est bien de cette dimension dont s'est privée une certaine science. Que peut-elle élucider des phénomènes de la vie en étant coupé de sa source-même?

> L'abstraction à laquelle procède la science est double. C'est d'abord l'abstraction qui définit le monde scientifique en tant que tel – en tant qu'il met hors jeu dans l'être de la nature les qualités sensibles et les prédicats affectifs qui lui appartiennent à priori, pour ne retenir de lui que les formes susceptibles de se prêter à une détermination idéale. (…) Ce qu'est la vie, au contraire, la science n'en a aucune idée, elle ne s'en préoccupe nullement, elle n'a aucun rapport à elle et n'en aura jamais. [Souligné par l'auteur] (*Ibid.*, p. 35, 36)

---

[366] En latin, humanitas veut dire « nature humaine, cultivé ». Ce terme apparaît chez les Romains au cours du 1er siècle avant J.C. Il semble bien que ce soit Cicéron qui a donné tout son sens à cette expression : « Cicéron a encouragé une pratique assidue des lettres, grecques et latines - ce qui rend l'homme pleinement homme - mais il a, d'abord et avant tout, appareillé la nature humaine à la bienveillance, la politesse des mœurs, le savoir-vivre et à un grand nombre de qualités altruistes. » Ducourtioux, G. (2012). *Autour du concept d'humanitas*, in http://www.humanitas.fr/wp-content/uploads/2012/03/Autour-du-concept-dhumanitas.pdf

[367] Vu sous l'angle d'une pratique, la culture s'incarne sous plusieurs formes qui sont des modalités pragmatiques de l'accomplissement du vivre immédiat. Il s'agit pour chaque culture d'un faire spécifique. Il concerne tant la production active des biens et de la consommation, que le vivre et ses formes de célébrations : relations, érotisme, rituels des naissances, des mariages et des décès, etc.

Ces propos ne me laissent pas indifférent, moi qui suis impliqué comme praticien-chercheur dans un laboratoire où le chercheur peut explorer

> une posture phénoménologique à partir de laquelle [il] je remonte jusqu'au centre de la chair qui porte en elle un sentiment organique, une existence intérieure heureuse qui touche la fibre sensible de la nature humaine.368(Bois, 2011)

Comment ne pas éprouver des liens entre le paradigme du Sensible et la phénoménologie prescrite par M. Henry? Comme d'autres de mes collègues et compagnons de route praticien-chercheurs, j'ai pris la mesure de l'enclave heureuse et bienveillante que représentent les espaces universitaires[369] dans lesquels j'évolue depuis près de dix ans. La pensée henrienne fait entrevoir la portée d'une recherche et des actions de formation centrées sur la vie elle-même et au-delà de la simple objectivité visible, comme d'autres de mes collègues et compagnons de route. Je reconnais dans l'expression d'«enclave », la désignation de la réalité rencontrée sur le terrain des pratiques et des cultures universitaires telles qu'elles se donnent dans les programmes proposés, les colloques organisés ou les publications produites. Une fois de plus la pensée du philosophe rend compte de l'interdépendance des dimensions *micro/méso/ macro* :

> L'organisation sociale avec sa structuration en apparence objective n'est que la représentation extérieure dans le voir théorique de ce qui est en soi praxis et qui trouve dans la vie de la subjectivité absolue et seulement en elle le lieu de sa réalité comme le principe de son développement et des « lois » qui le régissent : ces lois ne sont pas les lois de la conscience, ce ne sont pas les lois théoriques liées à la façon dont nous nous représentons les choses et le pensons, ce sont des lois pratiques, des lois de la vie. (Henry, 2011, p. 39)

2. L'ESSENCE DE L'AFFECTIVITE

2.1 L'invisibilité pathétique

En abordant son cheminement philosophique, M. Henry a reconnu l'aide qui lui avait été apporté par Maine de Biran dans la mesure où ce dernier lui a permis de creuser et d'élucider la question du « je peux » comme celle d'un pouvoir du corps subjectif – le corps-sujet qui est à l'origine de toute expérience. Le corps est perçu comme un phénomène crucial, c'est par lui que peut se livrer la preuve d'une réalité

[368] Voir : Les leçons sur le Sensible – Leçon 1 : la nature Sensible de l'homme. Publié le 11 octobre 2011.
[369] Université Moderne de Lisbonne, université Fernando Pessoa de Porto et université du Québec à Rimouski.

susceptible de nous être donnée de deux façons bien distinctes : le corps propre est donné de l'extérieur, nous pouvons nous voir dans un miroir, accéder visuellement à différentes de ses parties ; mais aussi de l'intérieur par le sentiment de l'effort que nous faisons dans toutes nos activités, et cet effort *est quelque chose d'absolument subjectif et affectif, peine ou bien bonheur, car il y a des efforts heureux*[370]*, nous en faisons l'expérience incontestable.* (Henry, 2004, p. 161).

C'est ce corps subjectif, individuel, radicalement donné dans son pathos que l'auteur a nommé *chair*[371]. Cette subjectivité est bien concrète puisqu'elle est corporelle. Elle ne répond pas à la conception traditionnelle du corps humain qui l'a réduit à un objet. L'Affectivité telle que la définit l'auteur pourrait suivre la même distinction, à cet égard, elle ne peut se comprendre autrement que dans la présence d'un corps subjectif concret, la formule apparaît paradoxale, mais elle reflète une réalité phénoménologique qui de mon point de vue, nous sort d'un débat, celui sur la dualité invisible/visible. En consonance avec Maître Eckart[372] :

> L'Invisible (…) concerne la vie qui n'est jamais visible. C'est la vie dont des manifestations extérieures ne cessent de se présenter dans le monde selon la loi de la duplicité de l'apparaître mais qui en elle-même est toujours invisible. Cet invisible n'est pas une présupposition métaphysique puisque c'est un pathos qui s'atteste donc plus fortement que n'importe quoi d'autre. Dans *les Passions de l'âme*, Descartes dit explicitement que si l'on suppose que le monde n'existe plus, ce qui est le sens de l'hypothèse du doute et du rêve, et si dans mon rêve, j'éprouve une tristesse, alors qu'il n'y a plus rien, cette tristesse existe cependant telle qu'elle s'éprouve. Et la référence ultime de cela, ce n'est pas mon discours qui énonce que j'éprouve une tristesse, c'est ma vie. La vie est donnée à elle-même originellement et à partir de cette donation première, elle peut se la représenter. (*Ibid.*, p. 166)

Dans un regard à rebours de son parcours philosophique et de romancier, l'auteur fait le constat que la plus grande importance revient à la sensibilité, à l'affectivité, à l'activité corporelle, aux événements singuliers, et *non* à la pensée elle-

---

[370] Je ne résiste pas à faire un clin d'œil en direction de l'ouvrage de D. Bois (2002), *Un effort pour être heureux,* dans lequel l'auteur traite la thématique de la subjectivité, mais sans la relier radicalement à l'affectivité comme le fait ici M. Henry.

[371] *Ibid.*

[372] Dans le sens de la place du corps comme espace de monstration de l'homme lui-même en sa corporalité, « le corps qu'il est » et non pas « le corps qu'il a », désigné dans l'articulation de ses puissances, dont celle de l'âme. Lorsque mon œil regarde un morceau de bois, une unité s'opère : « l'on peut dire en vérité « œil-bois » et le bois est mon œil. (S. 48). « Si c'est vrai pour les choses matérielles, c'est encore bien plus vrai pour les choses spirituelles ». Se reposer-dans-soi-même ou être un avec soi-même de l'âme c'est éprouver la reconnaissance de la réalité que « la déité est le seul lieu de l'âme ». (Laramée, 2012)
Voir : http://www.claudegagnon.net/laramee.pdf

même ; il est persuadé que la vérité se manifeste dans l'individualité, dans le lieu de la personne et de son corps. La vérité, c'est

> la révélation de la réalité intérieure qui prend, au creux des êtres, une forme à la fois affective et absolument personnelle. (*Ibid.*, p. 225)

Dans la philosophie de la vie, le mandat du corps subit une forme de renversement: sa mission de l'apparaître du monde est relayé au silence, un silence audible qui soutient une référence essentielle à l'univers, il a charge de l'apparaitre de la vie elle-même, dans un pathos originel, une étreinte sans écart avec elle.

Phénoménologie de la Vie
(à partir de Michel Henry)

2.2 La connaissance du corps : bouleversement des valeurs

Le corps est le refuge d'une organicité vivante, d'une compétence affective, dans ce sens, il prend un statut spécifique dans la proposition henrienne. Il ne se figure plus comme celui qui reçoit les propriétés phénoménologiques du monde, comme celui d'un corps extérieur senti par la personne, comme une chose parmi les autres, objet parmi les objets. Ce n'est pas non plus ce corps comme objet d'expérience, mais « *comme principe d'expérience, comme un pouvoir de donation qui rend manifeste.* » (Henry, 2000, p. 172) [je souligne]. Cette position met hors-jeu le corps transcendantal

intentionnel, ce corps qui sent toute chose et lui-même hors de soi en tant qu'un corps senti. La souveraineté d'un corps 'autre' ni sentant/senti, ni touchant/touché, vu dans la dualité autant que dans l'entrelacement se fait jour. Dans la révélation d'une *corporéité originaire invisible*, dépouillée de tout caractère mondain, et de la même façon, dégagée de la capacité de donation en un monde, confiée radicalement à la vie, *nait des possibilités et des propriétés phénoménologiques inédites*. C'est la vie qui prend en charge la révélation du corps. Ce corps-là, par sa phénoménalisation dans la vie elle-même, *se voit pourvu d'une connaissance inaccessible en dehors de ce principe*. En cela, nous sommes face au bouleversement de la conception du corps. Mais comment nommer ce principe, sortir de la confusion des corps? Comment la vie révèle-t-elle et que révèle-t-elle?

2.3 Entre le corps et la personne : la révélation de la chair ?

> La vie révèle de telle façon que ce qu'elle révèle ne se tient jamais en dehors d'elle – n'étant jamais rien d'extérieure à elle, d'autre, de différent, mais elle-même précisément. En sorte que la révélation de la vie est une auto-révélation, ce « s'éprouver soi-même » originaire et pur en lequel ce qui éprouve et ce qui est éprouvé ne font qu'un. Mais cela n'est possible que parce que le mode phénoménologique de révélation en lequel la vie consiste est un pathos, cette étreinte sans écart et sans regard d'un souffrir et d'un jouir dont la matière phénoménologique est l'affectivité pure en effet, une impressionnalité pure, cette auto affection radicalement immanente qui n'est autre que notre chair. (*Ibid.*, p. 173)

Dans ce processus, l'apparaître du corps ne se relève plus au monde, mais à la vie, c'est le contenu même de ce qui est révélé qui s'en trouve affecté du même coup. La personne n'apparait pas au terme de son 'ex-istence' (*ek-stasis*), mais avant et indépendamment d'elle. La vie révèle la chair, et dans ce mouvement, dévoile le corps qu'elle crée, *ce 'process' est bien différente de celui d'un monde qui révèle ce qu'il ne crée pas*. Nous avons dans cet écart, la pierre de touche de la philosophie henrienne, son individuation au sein de l'orthodoxie de la phénoménologie et une assumance d'un christianisme présenté comme une pratique et non une philosophie, ni une théorie, ni une gnose (*Ibid.*, p. 139).

> *La vie révèle la chair en l'engendrant, ce qui prend naissance en elle, se formant et s'édifiant en elle, tirant sa substance phénoménologique pure, de la substance même de la vie. Une chair impressionnelle et affective, dont l'impressionnalité et l'affectivité ne proviennent jamais d'autre chose que de l'impressionnalité et de l'affectivité de la vie elle-même.* (Souligné par l'auteur) (Henry, 2000, p. 174)

La révélation de la réalité intérieure :
la connaissance du corps depuis la phénoménologie de la vie
(À partir de M. Henry)

Je comprends de la pensée du philosophe qu'en tant que personne, personne jouissant d'un corps visible par moi, et par le monde qui le voit, le touche, lui donne une certaine valeur, en amont, je suis manifestation de la vie dans un a-pparaître (et non un *ex*) qui la fait exister contemporainement. Dans la chair et par elle, je suis cette vie qui s'éprouve elle-même en même temps que j'en fais l'épreuve dans moi. Sans le support de mon expérience vécue, tout cela n'aurait pas véritablement de sens autre qu'une abstraction (dans les deux acceptions du terme), or, il se trouve que ce qui est nommé plus haut par M. Henry prend un sens pratique, pragmatique et paradigmatique à la faveur de mes vécus ; cela est incontestable !

2.4 Un autre (nouveau?) principe de sensibilité

Pas de Vie sans chair, mais pas de chair sans Vie
M. Henry

De mon expérience littéraire résonnant sur le terrain concret de mes vécus peut se profiler l'hypothèse du principe d'une sensibilité immanente à ce ''corps-vie'', sous la forme d'une impression comme une « *chair affective », une chair n'étant que cela, une chair vivante se sentant et s'éprouvant elle-même dans une impressionnalité et une affectivité consubstantielles à son essence* (*Ibid.,* p. 174). La proposition henrienne nous invite dans des espaces audacieux, poussant dans des retranchements certaines représentations du vivre en soi dans ce monde. En introduisant la Vie avec un « V », l'auteur situe les enjeux et les défis ailleurs et autrement. Je les situe dans le consentement et dans l'ouverture à la venue en soi de la puissance de la Vie absolue qui s'apporte elle-même en soi.

En tant que praticien et thérapeute, je ne peux écarter l'émergence d'une question : sommes-nous très éloignés de la pensée du fondateur de l'ostéopathie[373] pour qui le corps révélait la force de la Vie, une puissance à laquelle le praticien doit se ''soumettre'' pour soigner? Dans une filiation thérapeutique et au-delà, je trouve des consonances avec la pensée boisienne[374] :

> [les] catégories du Sensible révèlent les parties constitutives du « sentiment d'existence », propre à l'expérience du Sensible. Elles participent de la sorte à une auto-affection : le sentir, c'est toujours se sentir. (…) Cette caractérisation renvoie, à titre d'effet, à une réalité intérieure qui rompt avec l'idée que ce terme emporte traditionnellement : habituellement, la perception sensible véhicule essentiellement l'idée d'une relation au monde à travers les sens extéroceptifs tandis que le Sensible renvoie ici à une relation profonde et vivante de « soi à soi » comme point de départ à reconnaissance de sa présence à la vie. (Bois, 2015)

Est-il important de définir si la sensibilité dévoilée dans la proposition du philosophe de l'Affectivité est nouvelle et inédite? Je constate que sa manière de la présenter est spécifique au point de ne pas l'avoir rencontrée ailleurs dans le corpus théorique que j'ai consulté. A ce titre, asseoir un principe de sensibilité subordonné à la

[373] « C'est en avril 1855 que j'ai commencé à croire aux lois de la vie » (Still, A-T (2001). La philosophie et principes mécaniques de l'ostéopathie, Edition Frison-Roche, p.1) ou encore, « l'univers est gouverné par cette loi. Cette loi c'est la vie. » (Still, 1910, pp. 23-24).
[374] Conférence donnée par Danis Bois au Brésil dans l'Université Fédérale de Rio de Janeiro : Contribution de la méthode Danis Bois dans l'éducation somatique. Voir : http://danis-bois.fr

vie en tant qu'elle-même subordonnée à la Vie, comme le fondement de *l'Archi-Pathos* d'une Ar*chi-Chair* (Henry, 2000, p. 174), c'est *relier ce qui fait la sensibilité de l'homme à une auto-affection* en tous les points de son être, de sa manifestation mondaine, comme celle de l'accès à son corps propre. En d'autres mots, l'auto-affection se révèle être la partie invisible de l'iceberg sans laquelle l'iceberg n'existerait pas.

3. L'AUTO-AFFECTION

En introduisant la notion d'« auto-affection », j'arrive à un point d'orgue de mon exploration théorique phénoménologique. Cette expression contenant le mot affection, se voit dotée du préfixe « auto » qui n'est pas sans conséquences philosophique, praxique et paradigmatique. Mais que signifie précisément cette expression dans la pensée de M. Henry?

3.1 La réalité phénoménologique de la Vie

La réalité phénoménologie de la Vie prend à rebours les bases d'une phénoménologie pour laquelle et dans laquelle l'apparaître reste une représentation. La primauté de *l'ek-stasis,* à travers la souveraineté de l'étant détourne avec violence l'accès même à l'apparaître de ce qu'il fait apparaître. Dans ce jeu des mots qui n'en est pas un, il faut comprendre que pour M. Henry, il y a une scission dans la dynamique de la manifestation des phénomènes, ces deux temps font naître un écart irrépressible. Ce qui apparaît est toujours autre chose que l'apparaître lui-même. Tout ne se restreint pas à cet être représenté, au fait d'être représenté. Par exemple, l'intentionnalité se constitue dans un faire-voir, mais ce faire-voir n'est jamais vu. Dans cette optique, la phénoménalité battant en retraite dans la pensée occidentale donne sa place à l'inconscient. Le constat critique du philosophe à l'égard de la phénoménologie husserlienne ou heideggérienne reflète un questionnement établi depuis des siècles, celui posé par Aristote. « Tout ce qui est mû doit nécessairement être mû par quelque chose ». M. Henry se place à cet endroit et fait une proposition. La question ultime est celle de la donation, non pas le résultat ou la forme de cette dernière mais la donation de l'intentionnalité elle-même. La réponse du philosophe français se matérialise dans l'auto-affection, l'auto-donation et l'auto-révélation.

3.2 Le corps subjectif : le corps qui donne le monde

Je suis frappé et apaisé en quelque sorte. Sous bien des aspects, la pensée de M. Henry se figure comme l'aune d'un corps vivant. Le corps est 're-connu','re-placé', car libéré du carcan matérialiste et positiviste faisant de lui un simple objet. Du corps-objet, nous passons au corps-sujet pourvu de ses pouvoirs de donation,

> un corps qui donne ce monde et ces corps dans le monde et son propre corps comme objet sensible. Ce corps donnant, c'est le corps originel et fondamental et c'est de lui dont il faut d'abord faire la théorie. (Henry, 2004, p. 117)

Contre toute attente, dans cette ligne relative à la mise en place d'un corps subjectif, Descartes figure comme le premier à avoir mis en perceptive - à travers lui (le corps) - l'expérience subjective, celle par exemple qui accompagne la marche. A la question de Gassendi[375] au sujet d'un lien sous la forme d'une équivoque entre « je pense donc je suis » et « je me promène donc je suis », Descartes répond de façon affirmative qu'on peut dire

> je me promène donc je suis » à la seule condition d'entendre par marche la conscience subjective que j'ai de marcher, qui est alors une cogitatio. Ce moment est historique dans la pensée humaine puisqu'il scelle de façon implicite sans doute, mais incontestable, la théorie radicale du corps subjectif. (*Ibid.*, p. 115)

[375] Pour Gassendi, philosophe pragmatique, tout le savoir provient de l'expérience sensible. Ce philosophe atomiste compte parmi les adversaires de Descartes, ceux pour qui la pensée n'assure pas obligatoirement l'existence d'un *ego*.

> *Il existe donc un corps qui n'est pas celui que l'on voit dans le monde, un corps originaire, invisible*, qui s'identifie avec ce que je suis, qui marche, qui frappe, qui accomplit toutes les actions qui sont les miennes, qui appartient non au domaine de l'univers mais à celui de la cogitatio.[376] (*Ibid.*) [Je souligne]

Ainsi contre un préjugé cartésien, M. Henry relate l'exemple de la frayeur dans un rêve extrait de l'article 26 des *Passions de l'âme.* Cette frayeur existe telle qu'on l'éprouve, cela n'est pas contestable, même dans un rêve où le monde n'existe pas. La vie subjective, sous cet angle, est une sphère de certitude absolue, indépendante de la vérité du monde et de la science, - puisqu'elle existe quand bien même il n'y aurait plus de monde. Les *cogitationnes* sont les modalités de l'âme, plus essentielles et valides que la réalité des corps qui forment l'univers et qu'entreprend d'étudier la science. La souveraineté du corps subjectif, et par lui, la subjectivité elle-même est posée.

3.3 La corporéité originaire : auto-révélation de la subjectivité absolue

Sans le corps pas de donation possible, ni davantage d'apparaître. La *corporéité originaire* naît d'un mode de rapport à soi sous la forme d'une auto-révélation de ce corps subjectif – *auto-révélation de la subjectivité absolue*. L'accordage en synchronicité avec cette dernière, et chacun des pouvoirs qu'elle donne au corps, lui permettant d'agir, de faire tout ce qu'il fait : sentir, voir, bouger, penser, aimer, souffrir, bref, tous ces agir qui composent l'existence, et plus justement, le *vivre* dans l'existence. Ce contexte où coïncide le corps originaire et chacun de ses pouvoirs donne la matérialité de la corporéité originaire. L'essence de cette corporéité originaire est la Vie ; ainsi, dans la pensée henrienne, la Vie, la corporéité originaire et le corps vivant sont indissociables, ils forment le socle d'une phénoménologie de la manifestation et de la Vie.

[376] En effectuant des recherches relatives à « cogitatio » dans le moteur de recherche Encyclopédia universalis, je suis dirigé vers trois articles, le premier est relatif à la conscience, le second à la pensée et le troisième à la théologie. Ainsi le terme « cogitatio » relève du sens générale de la pensée qui se présente à l'esprit sous la forme de la conscience, se réfère à l'esprit et sépare nos pensées de nos états du corps installant au passage un dualisme corps/esprit ; figure enfin la recherche d'une adhésion collective à une pensée (cogitatio *fidéi*) qui en fait un dogme.
Voir : http://www.universalis.fr/recherche/?q=cogitatio&btn_recherche=

3.4 L'Être se donne à sentir : la simple joie d'Exister

À rebours de la thèse d'Heidegger qui, dans les propos de notre philosophe, met hors-jeu la vie elle-même pour parvenir à ce qui fait l'être-essentiel de l'homme - « la vie est un genre d'être particulier, mais par essence, elle n'est accessible que dans le *Dasein* »[377]-, pour M. Henry, l'être se donne à sentir depuis un principe fondamental, celui qui est identique à cette affection de la vie sur elle-même : c'est le principe de l'auto-affection. La subjectivité, prenant une matérialité inédite chez le philosophe et dans la phénoménologie, est capable de souffrir dans un pathos qui n'est pas une simple souffrance, mais une passivité de l'être-même de cette subjectivité. La subjectivité de la souffrance, identiquement celle de sa jouissance, dans son

> *auto-sentir et en son auto-subir* par *la plongée dans son être propre, son union et sa communion avec lui en la transparence de son affectivité* (Henry, 2011, p.68) (je souligne),

nous mène à un statut ontologique de l'affectivité et du même coup, une nouvelle identité de la vie : la vie est principe d'auto-affection :

> La vie en son auto-affection – dans l'auto-sentir et l'auto-subir – est par essence affectivité, mais l'affectivité n'est ni un état, ni une tonalité définie et fixe. Elle est l'historial de l'Absolu, la manière infiniment diverse et variée dont il vient à soi, s'éprouve et s'étreint lui-même dans cette étreinte de soi qui est l'essence de la vie. (*Ibid.*, p. 68)

Cette affirmation éloquente précède la suivante, et pose comment les personnes empiriques que chacun de nous formons, ne sommes pas quelques

[377] Heidegger cité par *Ibid.*, p. 125. Le *dasein,* notion assez complexe pour moi, se réfère à l'être-au-monde, littéralement : l'être-là.

fragments de l'univers objectif reliés à lui, destinés au même statut d'intelligibilité que lui, mais au contraire :

> des vivants ayant le sentiment d'eux-mêmes et ainsi, chacun pour soi, la lente mutation du désir souffrant en l'accomplissement sans partage où l'Être se donne à sentir à lui-même dans la simple joie d'Exister.[378]

Je comprends les modalités pathétiques tout à fait singulières à l'œuvre dans cette phénoménologie de la vie. Pour autant que la vie n'a pas de visage, ces dernières ont comme royaume l'abîme d'une subjectivité qui n'est en rien l'ek-stase du monde et ne se s'engendre pas plus en lui. Ce visage est à chaque instant la manifestation de cette affectivité absolue, celle coïncidant avec le vivre de la vie elle-même. Comment ne pas questionner dans ce champ l'avènement d'une sensibilité, sensibilité reliée à la fois à l'homme et au Vivre qui se sert de lui pour se manifester et s'éprouver lui-même? Touchons-nous dans cette interrogation/affirmation un sensualisme henrien fondé sur l'empirisme de la Vie?

4. CE QUI FAIT L'HUMANITE DE L'HOMME : UN SENSUALISME HENRIEN?

> Non seulement l'être réel de la sensation diffère de celui du mouvement matériel mais cette différence est la plus grande que l'esprit puisse concevoir, à supposer qu'il le puisse, c'est la différence ou plutôt l'abîme que, à l'origine de la pensée moderne et fondant justement celle-ci, Descartes sut reconnaître entre « l'âme » et le « corps », c'est-à-dire entre ce qui, s'éprouvant soi-même et se révélant à soi-même dans cette épreuve muette de soi, est vivant, est la vie, et ce qui, incapable d'accomplir l'œuvre de cette autorévélation et privé d'elle à jamais, se trouve n'être plus qu'une « chose », n'être que la mort.[379]

Doté de ce nouveau paradigme, c'est l'être même de la sensation qui se trouve introduit ou/et renouveler. Sentir devient cette passivité dans laquelle le corps vivant se révèle l'aune de la vie pouvant s'éprouver elle-même par cette modalité charnelle. Le projet d'accorder au corps vivant tel qu'il a été défini plus tôt, ce corps dont on a compris qu'il porte une sensibilité née de l'épreuve de la vie sur elle-même et par la médiation d'un pathos originel, se constitue comme principe à l'œuvre en sous-main du vivre mondain. Je pourrais qualifier la phénoménologie de la vie henrienne de sensualisme (voire, de sensationnalisme). Le sensualisme, dont on relie en premier lieu

[378] *Ibid.*, p. 69.
[379] *Ibid.*, p. 72.

le sens à Condillac avec son traité des sensations (1754), est défini par Hubert Faes[380] comme désignant « une pensée qui valorise tant le sensoriel que le sensuel dans l'ordre de la connaissance et dans l'ordre moral » ; cette vision renvoie à une faculté inhérente au fait que dans l'homme, tout provient du sentir et des facultés elles-mêmes et non pas uniquement des idées. Dans la pensée de M. Henry, la personne n'est pas un être qui subit les sensations, il en subit un pathos et ce pathos est originel. L'ensemble de son être provient de la sensation qu'il est. Mais le sensualisme henrien diffère du sensualisme condilliacien à la mesure de sa radicalité ontologique, celle de la sensualité de la vie qui place le sensuel, l'éros de la Vie au cœur d'une conception d'un vivre au quotidien. Il se caractérise par la présence d'un corps-sujet agissant, percevant, réfléchissant et aimant, etc. Une question brûle les lèvres : comment asseoir une pratique de ce corps vivant sensuel et sensationnel? Comment installer une culture de la vie, dont le philosophe précise qu'elle doit être pratique sous peine d'être réduite à une simple spéculation? M. Henry nous offre-t-il des prescriptions sensibles pour cette culture de la vie? Avons-nous entre les mains une praxis permettant de lire dans l'essence de la vie est-elle?

Les réponses à ces questions, je ne les ai pas réellement rencontrées au cours de mes lectures. Pour autant, certaines pistes sont données sous la forme d'une sensibilisation du regard et de l''attention à'. L'évidence de la force irréductible de l'« auto » en est une. Le terme d'« *auto* » évoque une gestuelle (psychique, affective, perceptive, 'éthique') convergente pour ne pas dire une conversion en soi et vers le Soi. Auto-donation, auto-affection, auto-révélation, ces expressions sont éloquentes et renforce mon idée. Par le *média* du corps propre, peut se révéler l'amorce d'une praxis du vivant. Dans cette praxis, l'« ŒIL CORPS » (*Ibid., p. 82*) et la terre sont liés par une *Corpspropriation*[381] :

> Nous appelons Corpspropriation cette Corpsropriation originelle – si originelle qu'elle fait de nous les propriétaires du monde, non pas après coup, en raison d'une décision de notre part ou de l'adoption par une société donnée d'un comportement déterminé à l'égard du cosmos, mais à priori, en raison de la condition corporelle de l'être en tant que corps-proprié. Nous transformons le monde, l'histoire de l'humanité n'est que l'histoire de cette transformation, au point qu'il est impossible de contempler un paysage sans voir en lui l'effet d'une certaine praxis. Mais la transformation du monde n'est que la mise en œuvre et l'actualisation de la Corpspropriation qui fait de nous les habitants de la Terre en tant que ses propriétaires. Comment le monde est toujours d'abord le monde-de-

[380] Voir : Hubert FAES, « SENSUALISME », *Encyclopædia Universalis* [en ligne], consulté le 27 février 2015. URL : http://www.universalis.fr/encyclopedie/sensualisme/
[381] Terme employé par M. Henry

> la-vie, c'est ce que nous comprenons un peu mieux : *avant même d'être un monde sensible, en tant que corrélat d'un mouvement, en tant que corpsproprié* (souligné par l'auteur). [382]

L'œil-Corps et corpspropriation :
(à partir de M. Henry)

En vivant le déploiement intérieur du corps organique dans la tension subjective du Corps originel, l'« âme » peut agir sur le corps, et non s'en dissocier de façon irrévocable comme l'a engendré le cartésianisme. Dans ce processus, caractérisé par le rapport au vivant et à la réciprocité, s'accordent en harmonie, coïncident parfaitement une détermination subjective et un étant naturel, le corps par exemple. Dit autrement, dans cette affirmation, M. Henry pose avec brio l''erreur' de la philosophie moderne :

[382] *Ibid.*, p. 83.

> Dans son déplacement d'une dimension d'être où l'action se produit comme sa simple mise en œuvre, à une autre, à la sphère de l'« objectivité » où aucune action ne s'est jamais produite et ne se produira jamais, l'« âme », soit le corps subjectif est devenue la pensée, c'est-à-dire précisément la représentation, soit le mode d'approche auquel la praxis en tant que subjective et vivante se dérobe par principe. (*Ibid.*)

Voilà exposée une 'confusion' lourde de conséquence dans le sens de l'inversion des rôles du qualitatif et du quantitatif, de celle de la force créatrice du subjectif à celle de l'objectif, et qui me permet de mieux comprendre un des socles du positivisme. Ce mouvement rejaillit sur la conception et le fonctionnement-mêmes du social d'où une lecture de la science actuelle assez alarmiste, en tous les cas, peu encourageante. Le dispositif qui nie le vivant fait du corps un objet, un instrument de production, sans prendre-soin que ce même corps peut 'produire' la manifestation la plus subtile de la vie ; ce que l'art démontre avec éclat. Une praxis de la vie pourrait se consacrer au rapport au corps pour répondre à cette unique tâche, celle de produire la Vie en la manifestant. Les propos qui suivent résonnent en consonance avec ma compréhension et la manière dont Jan Patocka[383] m'a touché, ce philosophe-résistant (comme l'a été M. Henry) pour qui « le courage engage le corps autant que l'âme »[384] n'a cessé de prôner une place du corps dans un sujet enraciné dans l'expérience, un sujet existant dans la cité. Mais revenons à M. Henry :

> Quand le savoir qui règle l'action est celui de la vie, il coïncide avec l'action, n'étant rien d'autre que son auto-affection. Semblable savoir inclus dans le faire et coïncidant avec lui, nous l'avons caractérisé comme l'essence de tout savoir-faire. Voilà pourquoi il habite chaque forme d'activité, notamment celle qu'on dit « instinctive » : la fréquentation primitive de la Terre par l'homme, ma possibilité de se tenir sur son sol, de marcher, de travailler, le comportement érotique, l'exercice des sens et des mouvements en général, les divers pouvoirs de la subjectivité, celui de l'imagination, de la mémoire, etc. En toutes ces activités rien d'autres ne s'accomplit que l'accomplissement de la vie, son auto-réalisation et son auto-accroissement, sa culture. (*Ibid.*, p. 89)

---

[383] Jan Patocka est un phénoménologue de la corporéité et de l'assubjectivité. On attribue à Patocka et Henry des doctrines convergentes sur la phénoménologie de l'art et une dissonance avec certains fondements de la pensée husserlienne.
Le vrai bonheur apparaît alors comme le processus moral du soin de l'âme. Les gardiens de la cité sont des
« sages courageux », qui sont avant tout les gardiens de leur âme, non pas parce qu'ils mèneraient une quête de soi subjective, – ce que Patočka nomme avec beaucoup de dédain « sa propre et minuscule aventure personnelle », qui fait preuve d'un « égocentrisme superbe ». Dans sa triple dimension, le souci de l'âme suppose en effet un soin qui soit à la fois celui de l'être, celui de la communauté et celui de soi-même ; c'est-à-dire une recherche tout à la fois ontologique, politique et spirituelle. « Que signifie le soin de l'âme? Vouloir être en unité avec soi-même ». L'homme n'est pas initialement en unité avec lui-même, il n'y parvient que par le travail de la vie entière » Or, il semble que si les gardiens sont les défenseurs effectifs de la cité, s'ils se situent dans une perspective politique juste, c'est parce qu'ils sont capables de ce soin de l'âme, de cette poiésis de soi comme être concret, corporel et spirituel. »

5. L'AFFECTIVITE DE LA VIE : UN CONATUS A LA SOURCE DE TOUTE CULTURE?

Je relève dans son ouvrage « La Barbarie » ce que M. Henry nomme *la maladie de la vie*, c'est-à-dire, cet éloignement de la culture de la sensibilité ou plus précisément, de la subjectivité de ses qualités sensibles. Cette culture du faire, reléguant celle de l'Être et de l'être démontre la croyance selon laquelle la vérité est étrangère à la sphère ontologique de la subjectivité vivante, 'mise au placard', elle est restée dans le silence. La négation de la vie est devenue un mode de cette vie. Dans cette contradiction se trouve le drame au-devant de nous. Cette évidence n'est plus accidentelle mais une intention délibérée, la connaissance du savant est de cette nature abstraite, focalisée sur les objectivités idéales. Il n'empêche que l'homme vacant à ses recherches n'en existe pas moins en tant qu'à l'intérieur d'un monde-de-la-vie, il part en vacances, prend ses repas, a famille et relations, bref, il s'insère dans un vivre à l'écart du rapport à cette vie subjective qui pourrait habiter toutes les natures d'agir qui caractérisent son existence.

6. L'AFFECTIVITE : CONTRE LA FUITE DE SOI !

Pour l'auteur de *La barbarie* (Henry, 2011), l'hyper-développement de la science moderne, comme l'hyper-productivité et l'hyperconsommation constituent certaines des tentatives majeures qu'à l'humanité pour fuir son angoisse. La barbarie qui en découle - au regard de ce vivre disponible et qui constitue une force originelle - est l'expression du débordement de cette *énergie de vie inemployée* et la manifestation délétère d'un conatus[385] bafoué. En conséquence de quoi l'individu est confronté à une transcendance de plus en plus opaque et floue, une déviation de la Vie elle-même. Mais la vie pousse, au-delà de toute réclusion, elle est une énergie en tant que principe vivant. Elle se manifeste dans l'angoisse pour beaucoup, dans la joie pour certains. L'affectivité refait surface à nouveau dans la brillance de son être incorrigible et indomptable contre la fuite de soi au cœur même du ravage de l'humanité par le savoir et les pratiques de la culture objectiviste.

[385] L'appui de la pensée spinozienne est remarquable dans ces pages relatives à aux pratiques de la barbarie. L'auteur nourrit son argumentation à la fois en faisant référence au « je peux » fondamental biranien et à cette force affective, celle du 'persévérer dans l'accroissement de l'être' ; le point commun entre les deux étant la présence et la mise en contact avec une énergie sous la forme d'un dynamisme à l'origine de toute manifestation.

Malgré un certains chaos, le droit de la vie garde son statut invincible et avec elle, l'Affectivité opère toujours. *Le progrès cognitif se montre souvent subordonné au destin de l'affect. Ce dernier révèle plus que jamais la nature vraie de toute intersubjectivité concrète*. La vie individuelle, sociale et civilisationnelle actuelle nous le montre avec éclat, par des dérèglements à tous les niveaux[386]. Un mouvement de renouvellement des attitudes du 'vivre' face aux désastres humains et écologiques – pourquoi les séparer, les dissocier dans le langage? - en tous genres semble nécessaire. N'oublions pas les petits 'miracles' sociaux, sous la forme d'entraide et de soutiens en tout genre qui démontre une humanité remarquable, dont on sait qu'elle est née dans les savoir-être avant de s'incarner dans des savoir-faire[387]. Dans ces deux formes de manifestations, l'une gérant des affects destructeurs, l'autre au contraire, augmentant la qualité du vivre ensemble, se pose la question de la présence et de l'exploitation d'un dynamisme existant ; il habite chaque besoin, le plus simple et le plus quotidien.

[386] A titre d'exemple, l'influence délétère des médias qui déversent à tour de bras des images de violence a été démontré par près de 3500 études scientifiques publiées durant les dix dernières années. « Elles [ces images] augmentent la propension à agir avec violence ou agressivité : c'est le mécanisme d'*amorçage*. Elles élèvent notre seuil de tolérance à la violence : c'est le mécanisme d'*habitation.* Elles exaspèrent nos sentiments de peur et d'insécurité : c'est le syndrome du *monde mauvais*. (…) Il est établi que les images violentes atténuent les réactions émotionnelles à la violence, abaissent la propension à porter secours à un individu victime d'agression et affaiblissent la capacité d'empathie. » **Source spécifiée non valide.**.

[387] Dans ce même livre, Matthieu Ricard aborde le thème des comportements prosociaux et les effets positifs sur les communautés. De nombreuses études montrent le bénéfice psychique de la disposition à aider autrui, grâce à l'ancrage de sentiments positifs et d'empathie à l'égard d'autrui. (2013)

Le Savoir de la Vie : l'expérience d'un conatus
(À partir de M. Henry)

7. L'HYPOTHESE ENERGETIQUE DE LA CONSTRUCTION DE LA CULTURE

Le développement de M. Henry m'interpelle car il pose des liens qui me sont chers, ceux entre l'ontologique, le singulier et le pluriel, l'individuel et le communautaire, le social et le planétaire. Attribuer à l'être de la vie une puissance, une force d'accomplissement sous la forme d'un effort, un effort qui n'a rien à voir avec la volonté – mais plus au principe pouvant en être la source -, a pour conséquence la présence d'un mouvement associant l'irréductibilité *à la tautologie morte de l'étant* et à la primauté de l'*être en tant que Vie* faisant de cet être justement, un *conatus* :

> L'être de la subjectivité, soit l'être en son essence originelle, n'est pas un être en ce sens, c'est une œuvre justement et un accomplissement. Celui-ci consiste dans le parvenir en soi par lequel la subjectivité ne cesse de s'éprouver soi-même et ainsi de s'accroître de soi dans l'expérience continuée de soi. L'être originel est

> l'être de l'expérience sous la forme naturante, c'est l'épreuve s'éprouvant soi-même et qui, dans cette épreuve en laquelle elle s'empare et se gonfle de soi, advient à soi, de telle manière que cette venue en soi de l'être ou son historial est le mouvement de la vie, l'opération de se garder ou de se conserver et, dans cette épreuve en tant qu'elle est effective, de s'accroître de soi et de surabonder. Effort désigne un tel mouvement dans son irréductibilité à la tautologie morte de l'étant, c'est lui qui fait de l'être en tant que Vie un conatus. (*Ibid.*, p. 170)

On reconnaît l'arrimage spinozien de la réflexion générale sur le principe de croissance (accroissement et accomplissement) tel que le propose le phénoménologue. La persévérance de l'être en soi comme son accomplissement n'est pas à réduire à sa seule extériorité et encore moins il faudrait la confondre avec elle. Or c'est ce fait que dénonce fortement l'auteur. Le poids de l'existence, compris comme des difficultés empiriques et des faits objectifs ou le produit de certaines circonstances défavorables, seraient en définitive la manifestation en sous-main d'une surcharge de cette Vie, incapable de se défaire de ce dont elle est chargée, c'est-à-dire d'elle-même. La culture peut se définir comme « l'ensemble des entreprises et des pratiques dans lesquelles s'exprime la surabondance de la vie » (*Ibid.*, p. 172). La Vie est une force faîte pour se prodiguer et qui sous la « charge » ou le « trop » de contrainte, redouble son énergie pour le faire. C'est là le point-source, l'ontologie-même de la vie présente en tout point de notre être et à chaque moment de notre existence . Croître que seul un certain art peut être conduit par cette 'loi' est un leurre lourd de conséquence, à moins d'y adjoindre l'art de vivre. Force et vie ne peuvent être dissociées :

> *Les formes d'action à la mesure de notre relation pathétique à l'être, capable de l'exprimer, de s'accroître avec elle et ainsi de l'accroître à son tour, telles sont les créations de la culture dans tous les domaines.* » (Souligné par l'auteur) (*Ibid.*, p. 174)

En nommant « Energie » ce qui advient dans la relation pathétique à l'être, c'est-à-dire son effectuation phénoménologique, M. Henry nous conduit à une conception énergétique de la culture, des pratiques et des entreprises qui deviennent la manifestation empirique et objective de ladite Energie ;

> En tant que son effectuation phénoménologique, en tant que l'épreuve irrépressible de ce qui s'accroît de soi et se charge de soi jusqu'à l'excès, on voit bien alors que toute culture est la libération d'une énergie, les formes de cette culture sont les modes concrets de cette libération. (…) Libérer l'énergie veut dire [au contraire] : lui donner libre cours, déployer son être, lui permettre de s'accroître, de telle façon que l'action de la culture n'a pas d'autre fin que cette permission accordée à l'Energie de s'accroître, c'est-à-dire d'être elle-même : l'auto réalisation de la subjectivité en l'effectuation de son auto-affectivité. A l'intelligence derrière cette action de la culture, de son caractère « bienfaisant », nous ne pouvons-nous élever qu'en nous tenant fermement au concept de culture

tel qu'il a été élaboré, c'est-à-dire à l'interprétation de la culture comme action, comme « praxis ». (*Ibid.*, pp. 174, 175)

8. L'HOMME : LA POSSIBILITE DE LA VENUE EN SOI DE LA VIE

Une orientation socio-phénoménologique, sous la forme d'un constructivisme ontologique immanent, source de la construction de la culture, de l'élaboration des pratiques et des relations pathétiques de l'homme à son être, définit l'Homme comme la possibilité de la venue en soi de la vie en laquelle nous sommes situés et qui nous portent en nous-mêmes. Dès lors, notre Energie est ce mouvement qui fait que nous sommes ce que nous faisons ; ce que nous sommes puisque ce mouvement constitue notre ipséité. (*Ibid.*, p. 176). Le besoin dans l'accroissement constitue le tissage de toute culture, de toutes ses constructions et de toutes ses œuvres : elles sont l'image de ce

besoin irréductible de la subjectivité mise en rapport avec soi (le vu en son rapport avec la vision, le senti en son rapport avec le sentir, etc.). La praxis dévouée à cette subjectivité éclaire l’homme dans l’ensemble de son vivre. C'est-à-dire qu’elle parcourt l’ensemble des propositions permettant à la vie, à chacun des sens de l’homme de réaliser son essence, de voir davantage, de sentir plus, d’aimer davantage, d’agir davantage et j’ajouterai de vivre davantage.

Depuis cette cosmogonie et la cosmologie qui en découle, on comprend mieux en quoi la barbarie est l’expression d’une *énergie inemployée*, celle de l’Energie originelle de l’Être inemployée comme Vie, mais aussi et concrètement, en ce qui concerne cette vie qui est la nôtre, celle des personnes et des groupes, des sociétés, en laquelle nous sommes des vivants. Ne pouvant être supprimée, cette Energie devient exacerbée. L’affect est son mode de présentation phénoménologique irrécusable prenant la forme d’un malaise croissant. La part d’énergie inemployée ne fait que grandir et le malaise avec. Ce phénomène se décèle facilement dans les conduites individuelles et collectives lorsque les moyens de suivre la vie dans son essence sont bâclés ou relégués à l’arrière-plan des préoccupations, et que l’on définit dans le langage courant comme des « débordements » :

> Si l’on jette un regard extérieur sur ce qui ne peut être compris que dans la perspective de la vie, on distinguera, d’après le degré d’investissement affectif et énergétique qu’ils impliquent, divers niveaux de conduite. Chaque fois que, pour une raison quelconque dont la plus constante est le recul devant l’effort et son pathos, le renoncement au niveau supérieur, où cet effort serait requis, entraîne un repli de l’énergie au niveau inférieur, on observe le phénomène paradoxal (…) : ce déplacement qui devrait signifier une diminution et un affaissement de l’énergie se traduit au contraire par son explosion qui confère aux comportements inférieurs un caractère excessif, désordonné, incohérent, faisant d’eux ce que le langage appelle spontanément des débordements. (*Ibid.*, p. 183)

La *présence* à soi *via* un corps originaire animé par *l’Energie originelle de l’Être* conditionne les conduites individuelles et collectives, on comprend la place de l’affectivité dans l’organisation spatiale ci-dessous, en tant qu’implication et résonance, d’effort et de pathos.

Origine du débordement depuis la perspective de la V
Niveaux de conduite
(À partir de M. Henry)

Une fois de plus, ce n'est pas dans l'extériorité d'un affaissement psychologique, d'une exaspération de l'expression émotionnelle qu'il faut chercher un principe d'intelligibilité de ces conduites, mais dans l'accroissement de la vie et son excès, non assumée par l'individu qui produit des formes désorganisées et violentes. Le Mal toujours provient du Bien et n'est pas un principe extérieur à lui. Ce procès affecte une à une les modalités de la vie individuelle et sociale. Dans toutes les formes de régression, ni l'affect ni l'énergie ne disparaissent, elles restent actives comme elles le sont dans les œuvres bienveillantes dont peut témoigner l'humanité entière. Dans le premier cas, celui dont on connaît les dispositions et productions délétères, nous sommes face au saut hors de soi, à la fuite dans l'extériorité comme l'expression d'un mécontentement, d'un malaise ou d'une souffrance fondamentale qui se retourne contre elle-même : la fuite de l'homme loin de son être véritable, pour autant qu'il ne peut plus se supporter lui-même.

9. QUELQUES ANALOGIES ENTRE LA PENSEE HENRIENNE ET LA PHILOSOPHIE DU SENSIBLE

9.1 Corps-sujet et rapport à soi

Je suis frappé par des analogies possibles avec mon expérience de la praxis du Sensible. Je repère plusieurs points de convergence entre la philosophie henrienne et celle du Sensible initiée par Danis Bois. Sans déplier le contenu de cette dernière ici, je peux néanmoins tracer les grandes lignes convergentes entre ces deux philosophes et phénoménologues. Tous deux s'intéressent *au corps*, au *corps-sujet*, un corps détenteur d'une potentialité subjective prête à se manifester dans le vivre. Ils insistent sur la place d'une expérience immanente vécue sous la forme d'un mouvement ayant des caractéristiques précises, dont la principale étant la lenteur chez D. Bois et d'une manifestation de la vie s'éprouvant elle-même chez M. Henry sans pour autant que nous soit livrée des caractéristiques précises de cette expérience. Le rapport à soi est central chez les deux penseurs. Un sentiment d'existence organique à l'origine de l'expérience du Sensible d'un côté, l'auto-affection et l'auto-révélation de la vie de l'autre se révèlent être la mise à l'épreuve de la vie manifestée dans sa subjectivité pure. Les deux pensées s'accordent pour une conception de l'homme qui n'est pas assujettie à la matérialité, c'est-à-dire à des traits objectifs, pour autant ces derniers sont le prolongement possible d'une dynamique invisible. Cette invisibilité et bien objective sur un plan. La métaphore de l'Iceberg fonctionne ici, la partie visible de l'iceberg n'est que la manifestation objective d'une masse cachée, celle de la Vie elle-même.

9.2 La saisie de la vie

La partie invisible constituant la matière principale dont il faut prendre soin, dans la profondeur de la matière pour D. Bois et dans la chair comme lieu de dialogue entre la vie et son pathos Absolu pour M. Henry. Sous des termes différents, l'expérience décrite se rejoint en certains points. Le substantif « chair » n'est pas absent de la pensée boisienne et celui de « mouvement » ne l'est pas chez M. Henry. Pour les deux penseurs, *la place de la saisie de la vie en soi est capitale*, elle est le fondement depuis lequel une éthique du vivre en soi, avec l'autre et dans la cité peut naître. Dans l'état actuel de mes connaissances pratiques et théoriques des deux philosophes, je

repère une préoccupation sociale plus affirmée chez M. Henry avec une analyse systémique des conséquences du retrait de soi de l'homme dans la construction de la culture et son impact sur les sociétés.

9.2.1 Aspects pratiques à l'issue de mon exploration

Parmi les différences majeures entre ces deux penseurs, l'aspect pratique, praxéologique et pédagogique de la philosophie du Sensible prend du relief. La pédagogie perceptive propose une philosophie et une phénoménologie pratique, alors que celle de M. Henry m'apparaît essentiellement descriptive ne donnant pas de piste pédagogique et d'outils concrets pour accéder à l'expérience ou au projet qu'elle présente. Malgré ce qui peut être présenté comme une faiblesse, la pensée henrienne apporte de réelles pistes compréhensives relatives à ma recherche sur la dimension émotionnelle et le champ de l'affectivité.

Le concept d'auto-affection est éclairant pour une théorisation à venir dans le paradigme du Sensible. Sous la lunette de sa pensée, l'expérience affective du Sensible telle que je l'avais comprise s'affine, se précise, s'éclaircit. L'affirmation d'un principe d'affection, par une auto-affection de la vie sur elle-même pour s'éprouver en soi est venue confronter et corroborer ma représentation et mes perceptions au sein de mon expérience vécue en méditation, en approche manuelle et gestuelle. Cette révélation théorique est venue altérer ma disposition attentionnelle à l'égard des tonalités du Sensible[388]. De façon indiscutable, la philosophie henrienne est un appui théorique crucial dans cette étude sur l'affectivité humaine à travers celle questionnée dans l'expérience du Sensible.

9.2.2 Du souci de l'homme au souci de la Vie

Pour conclure, en cheminant dans la pensée de l'auteur, j'ai été touché par le déploiement d'une pensée dont le souci manifeste est celui de l'homme, l'homme responsable de son humanité et de l'humanité entière. J'ai reconnu l'appel à une responsabilité 'horizontale', une qualité de rapport à un agir mondain et empirique, celui dans la vie quotidienne, générer depuis une attention et une bienveillance

[388] Termes techniques qui se réfèrent à des vécus qui seront présentés plus loin. Retenons principalement, la lenteur, la douceur, la chaleur et le sentiment de confiance et d'existence.

d'ordre 'verticale', au sens d'un souci à une appartenance à la Vie, à l'Être ; l'une et l'autre de ces dimensions jouant en réciprocité. Je reconnais dans les propos de l'auteur la théorisation de certaines expériences personnelles corporelles et charnelles, leur expression dans les formes interpersonnelles et relationnelles. Par exemple, l'apport de la Vie – sous la forme d'une animation interne[389] prenant toute ma matière - comme interlocutrice privilégiée et le fondement relationnel à moi, à l'autre et au monde constitue une expérience quotidienne, tant au niveau personnel que professionnel. Le concept d'auto-affection qui est le cœur de la philosophie henrienne n'est pas sans rappeler celui de l'émotion du Sensible[390] que je développerai plus tard. De façon générique, le corps est indissociable de la phénoménologie de la Vie, c'est-à-dire, le corps-sujet, porteur d'une subjectivité immanente de la vie. Les propos de D. Bois vont dans la même direction :

> Là où je suis, mon corps est, et là où il est je suis. La condition première est la lenteur de réalisation du mouvement, celle-là même qui est porteuse d'un potentiel perceptif maximum. On devient le mouvement, on se laisse toucher par lui. C'est alors le sensible, l'accès au goût de soi dans ses moindres détails, au goût de la vie qui émerge en silence dans la majestueuse lenteur d'un geste incarné.[391] (Bois, 2006)

9.2.3 L'auto-affection, l'être, l'Être et l'attachement à la Vie : une autre figure de lien ?

- La culture du sentiment : penser l'affectivité autrement et depuis ailleurs

Assurément, *la philosophie de la vie et de la chair* proposé par M. Henry me donne un éclairage nouveau sur la notion d'appartenance ontologique. Chaque être est un 'enfant de la Vie' auto-attachée à elle-même par l'épreuve de sa manifestation à travers lui. Dans ce rayonnement s'ouvrent des perspectives originales dans l'horizon compréhensif des relations et des conduites inhérentes aux liens d'attachement. Un apport praxique du Sensible se profile dans ce domaine. Je m'explique. Au-delà des balises conceptuelles crées par les attachementistes[392] et sans vouloir faire ombrage à leur contribution dans la compréhension des liens entre les humains et des conditions

[389] Cette animation sera explicitée dans le troisième chapitre consacré au paradigme du Sensible.
[390] Concept né d'une recherche effectuée sur l'implication et la résonance dans l'expérience extra-quotidienne de la pédagogie perceptive. (Humpich, 2007).

[392] Je parle ici des chercheurs investis dans le champ des théories de l'attachement pour qui tout être humain a besoin d'un climat de confiance, d'amour et d'une base de sécurité pour se déployer dans l'existence (Bowlby, Ainsworth, Main, Guedéney, Wiart, Milikovitch). Ces notions sont reprises et enrichies par R. Laing.

optimales de la croissance humaine, la pensée henrienne met en perspective *un processus d'attachement à l'œuvre* et que je situe comme *sous-main* de tous les autres. Deux éléments peuvent être concernés par le chevauchement d'une pensée relative à la phénoménologie de la Vie et les théories de l'attachement. Je les présente sous la forme de deux questions: 1) la matrice ontologique de l'être sous l'emblématique notion d'« auto-affection » ne se constitue-t-elle pas en « figure 'immatérielle' d'attachement » ou encore, comme « figure d'attachement subjective »? ; 2) la production de conduites aux effets plus ou moins indésirables suite à la construction des schèmes d'attachement de type *insécure* peut-elle être liée au détournement, à la retenue ou au blocage de l'Energie dans son principe naturel de manifestation de la Vie telle qu'elle est entendue par Henry ?

Sans tourner le dos à des visions systémiques ou biopsychosociales de l'attachement, est-il déraisonnable d'envisager des *rapports dialogiques* entre l'activation des systèmes d'attachement[393] *et* la compétence à vivre, à recevoir, à partager, à nommer cet *élan vital de sécurité affective*[394], *cette auto-affection de la V*ie dans *sa chaleur aimante* et *sa présence vivante incarnée dans un corps et par la perception concrète d'une chair* ?

- Une philosophie applicable dans la réalité quotidienne de la formation d'adulte

Loin d'être une spéculation théorique, la perspective énoncée ici a trouvé un terrain de confrontation critique lors d'un cours au baccalauréat de psychosociologie à l'UQAR sur le thème des dynamiques d'attachement et les enjeux affectifs dans la relation et l'accompagnement au changement. L'expérience sur le terrain de la formation apporte des constats que je ne discuterai pas dans cette recherche – mais ils font déjà l'objet d'une recherche à venir -. Le rapport au corps tel qu'il est proposé par la psychopédagogie perceptive apporte des éléments plutôt convainquant sur la construction d'une base de sécurité ontologique tissée serrée avec la subjectivité

[393] A travers leur reconnaissance puis une réponse ajustée ou, l'inverse – leur déni –, dont on sait bien aujourd'hui les expressions et les conduites (répertoriées en catégories : types d'attachement sécure, insécure (s) évitant, craintif ou désorganisé).

[394] Le terme communément admis est « besoin » de sécurité affective. Je le remplace ici par « élan vital », qui contient la notion de besoin, de sécurité affective pour marquer l'intelligence à l'œuvre dans le sens ou la potentialité de cette sécurité affective déborde de la notion utilitaire et évolutionniste du substantif « besoin ». L'auto-affection, comme le montre M. Henry, détient une vitalité et une activité affective qui sont l'essence-même de l'advenir du sujet.

corporéisé. L’ouverture à une pratique introspective s’appuyant sur la philosophie henrienne de la Vie et de l’auto-affection peut être mise à l’épreuve dans le rapport à soi, à l’autre et au groupe. Le terrain, en avance sur les théories, donne ses données empiriques. Pas d’Euréka ici, dans la mesure où, Rogers, Gendling, Jeammet ou Cyrulnik, pour ne citer qu’eux, affirment depuis longtemps la vocation affective sécurisante de nombreuses pratiques d’accompagnement et du travail de groupe, pratiques débordant le cadre habituelle de ce qu’on nomme « psychothérapies ».

Corps, Auto-affection, incarnation dans la Chair et niveaux d'attachement
(À partir de M. Henry)

- Auto-affection et attachement : une articulation singulière avec la dimension émotionnelle étudiée

Comme l'illustre le schéma présentée plus haut, je vois dans l'œuvre de Henry et dans l'apport de la notion d'auto-affection, comme construction d'une figure matièrée,

subjective et charnelle contenant son versant autonome mais demandant la présence et la vigilance attentionnée du sujet, *la possibilité de construction d'une base de sécurité intra personnelle établie par le rapport dialogique à la Vie elle-même, perçue et ressentie dans le corps de chaque personne.* Une ontologie de l'attachement à partir de la philosophie henrienne n'a pas été soulevée à ma connaissance. Sur le plan théorique, rien de tel n'a été encore exprimé dans cette direction. Ainsi, des nouveaux liens pratiques et théoriques entre la pensée henrienne de l'affectivité et l'expérience du Sensible et sa théorisation peuvent s'actualiser. A sa manière, Henry rejoint d'autres auteurs présents dans cette thèse qui ont, chacun à sa manière, présenté l'accès et la prise en compte de *la réalité vivante* de la Vie pour comprendre l'homme comme relevant du bon sens (Alquié, Dewey, Depraz, Maine de Biran, Honoré, Billeter ou Barbaras) ; cette position est également présente dans l'œuvre de Bois. Chez Henry, la donnée qualitative de l'existence prend sa valeur fondamentale dans et par l'Affectivité, il inscrit cette dernière dans un processus inhérent à *la sensibilité humaine* aux niveaux : micro (la personne), méso (entre les personnes) et macro (communauté et société). Plus profondément, le principe d'auto affection est posé dans une perspective ontique immanente à ces trois instances. L'affectivité henrienne est matricielle. Elle introduit un sens différent à l'appartenance de l'homme à la Vie et des niveaux d'attachement inouïs inférant ce lien. Intuitivement ce fait de conscience résonne fortement dans ma pratique jusqu'à en modifier la teneur en quelque sorte. Vu sous cet angle, dire que le corps connaissant tel que présenté par Henry inaugure l'accès à une figure d'attachement invisible, indicible par l'affectivité qui la fonde et qu'elle manifeste en même temps s'accorde à un fait d'expérience quotidien. En effet, quand je médite, me fais traiter, pratique de la gymnastique sensorielle, je me relie à une part de moi *via ce corps Sensible* et rejoint une dimension de la Vie elle-même, me laisse affecter par elle, aimer par elle, dans un lien figurant bien une matrice inédite et substantielle qui prend la forme d'une figure d'attachement insigne, dans le sens qu'au contact de la présence rencontré je me vis en sécurité, augmenté de toute part, confiant et disposé à l'exploration du monde comme peu d'autres contextes m'y invite. La reconnaissance de l'impact du lien et des multiples manifestations qui le caractérisent par la figure d'attachement est moins courante. Et pourtant, l'attachement est un processus éminemment dual. La pensée henrienne franchi un pas audacieux. Elle envisage le besoin de la Vie elle-même de se sentir reconnue (au sens alquiénnien) et non pas seulement comprise. L'expérience proposée par Henry invite la personne - et toutes ses

déclinaisons possibles du micro jusqu'au macro - à prendre acte d'un attachement ontologique de la Vie à son égard. Cette conception de l'affectivité inscrivant une nature de reliance entre l'homme et la Vie génère un renversement paradigmatique, d'ordre épistémologique, méthodologique et praxique comme le laisse entendre la Phénoménologie de la Vie et de la Chair. Elle laisse entrevoir ce que l'expérience en pédagogie perceptive certifie : la Vie, manifestée par son silence et sa lenteur, est une présence humanisante en attente de bienveillance de l'homme à son égard ; bienveillance et amour qui ne peut passer que par un corps-sujet et connaissant. Tout en les dépassant, ne sommes-nous pas ici dans un isomorphisme avec les conditions d'une écologie de la croissance et de l'exploration telles que définies par les attachementistes?

9.2.4 De véritables apports conceptuels pour enrichir l'édifice théorique du paradigme du Sensible ?

Je ressors donc de cette section consacrée aux apports possibles de l'œuvre de M. Henry déplacé et comblé en grande partie. L'horizon de mes connaissances s'est élargi, a aiguisé ma sensibilité de chercheur, d'enseignant et de praticien ; mon rapport impliqué à ce corpus a nourri mes dimensions Sensible, affective et spirituelle en commençant par considérer de plus près l'entrelacement de ces trois instances comme constituant un empan insigne de l'expérience proposée et vécue en psychopédagogie perceptive. Etant entraîné à tester et à expérimenter en direct tout ce qui peut alimenter ma pratique, celle de mon rapport à mon corps, mes pensées, mes émotions, mes manières d'être, j'ai pu mesurer la portée transformatrice de la philosophie proposée par l'auteur. Par une herméneutique personnelle, les données de connaissances proposées dans ce chapitre ont pris un statut de faits de conscience et de faits d'expérience dans une praxis perceptive relative à l'Être de la vie ; et avec elle, l'ouverture sur des pratiques dialogiques pour constituer une démarche éducative sur la dimension émotionnelle du Sensible pointe à l'horizon. Existe-t-elle déjà en sous-main, et au cœur de nos pratiques et sa dénomination comme telle manque-t-elle encore à l'édifice théorique actuel ?

9.5 Comment accéder à ce « savoir-être » relatif à la manifestation de la Vie ?

Bien que j'ai présenté plus haut l'ébauche d'une intégration de la pensée henrienne, rien en dehors d'une sensibilisation théorique, éthique et spirituelle ne me permet de déceler comment faire pour accéder à ce « savoir-être relatif à la manifestation de la vie ». Cependant, je constate l'agencement et des synchronicité quasi organiques entre ma réflexion de chercheur, les préoccupations d'enseignant et de formateurs, ma posture de praticien en pédagogie perceptive et ma pratique personnelle dans le vivre au quotidien. La pensée henrienne a investi tous ces espaces. Elle m'a fait revisiter le territoire de mes pratiques. Ce mouvement est venu altérer mes modes d'appréhension, de perception, de réflexion. A cet égard, bien que n'ayant pas trouvé d'outils concrets autres que celui majeur de la prise de connaissance et de l'éveil de ma conscience qui ont eu lieu, la pensée de M. Henry s'est révélée agissante en moi, dans mon corps, dans ma chair et dans le coeur.

La mise en sens par schématisation s'est révélée plus ardue qu'avec l'auteure précédente. Pour être franc, la résonnance graphique de ma lecture m'a déporté vers des figures plus abstraites dont certaines ne figurent pas dans ce manuscrit. En me fiant à cette difficulté, la philosophie de la Vie proposée dans ce chapitre, tout en relevant un aspect pragmatique, invite à la performativité, à une fibre sensible, à l'imaginaire en débordant su stricte projet de rendre compte de ma compréhension d'une pensée, notion ou d'un concept.

J'ai évoqué dans cette partie la présence d'un autre penseur animé par la conviction que l'accès et l'arrimage de la conscience à un corps-sujet peut asseoir un acteur vivant pouvant fonder une société vivante. Il s'agit de Jan Patocka - découverte récente pour moi -, auteur au destin difficile dont les propos sont venus percuter mes représentations de la sensibilité citoyenne. Je n'opérerai dans ce qui suit que de brefs effleurements de sa philosophie, ceux relatifs à l'affectivité telle qu'elle s'est rendue intelligible pour moi.

CHAPITRE 6 : LA CRISE DU SENS ET 'L'AFFECTIVITE CITOYENNE' CHEZ JAN PATOCKA?

Le sens doit être intuitionné par un regard dans ce qui est,
non pas imposé de l'extérieur.
Ce n'est qu'alors que nous pourrons en répondre,
c'est-à-dire pénétrer jusqu'en son fond.

Le courage au sens propre n'est pas celui qui ne se manifeste qu'à l'extérieur,
mais plutôt cette volonté de se mettre soi-même à l'épreuve,
cette vigilance vis-à-vis de soi-même.
Jan Patocka

1. 'L'HOMME SPIRITUEL' COMME 'GARDIEN DE LA CITE'

J'ai déjà abordé cet auteur dont la pensée est renommée pour son adhésion au corps comme fondement de la présence au monde concret de l'existence, dans la section consacrée à la dynamique de la manifestation avec Renaud Barbaras. Mais rentrons plus encore dans les coulisses du théâtre de la vie patockien, celui 'hanté' par le *chorismos*[395], cette séparation entre le monde des apparences et celui de l'être, celui où se joue un prendre-soin de l'âme à travers « l'homme spirituel » vu comme un « gardien potentiel de la cité ». Je comprends que l'œuvre de Patocka vise la compréhension de la condition humaine. Dans un sens certain, à la faveur du contexte socio-politique et de la liberté d'expression – plutôt de sa mise en camisole –, elle encourage le souci d'atteindre une liberté en soi légitime et souveraine. Cette liberté est à gagner depuis un ancrage affectif à une confiance irriguée par la reliance à la vie elle-même. Elevé au rang de principe, l'affectivité patockienne peut être vue comme une stratégie ultime de résistance face au pouvoir de la peur, émotion générique de toute gouvernance tyrannique. On comprend aisément la radicalité et la profondeur de la pensée patockienne en lien avec la mort et

[395] « *χωρισμός* » (chorismos) vient du verbe « *χωρίζω* » (chorizo) signifiant « séparer ». Ce dernier vient du verbe antique « *χαίνω* » qui renvoie au sens de l'écart, de l'intervalle et du vide. On remarque que d'autres mots aussi ont la même racine comme « *χώρος* » (choros) - espace, ou même le mot "*χήρος-α*" (yhiros) - veuf-ve, qui partage la même racine avec le mot "vide". *Chorismos* désigne donc la séparation de deux éléments par un espace... Le verbe « χαίνω » (Xaino) sous sa forme moderne de « χάσκω » (Xiasko) ne s'utilise pas seulement pour signifier l'intervalle entre soi et un autre mais aussi le vide ou le trou dans soi. Ainsi l'usage du terme « *chorismos* » par Patocka renvoie à la distance entre soi et l'autre autant qu'à l'écart et le vide qui peut exister entre soi et soi dans l'ignorance de la vie intérieure et subjective.

avec la vie. Loin d'être une métaphore, la réflexion du philosophe s'ancre dans la réalité civile tchèque du milieu du XXIème siècle.

Certains thèmes clés repérés dans mes lectures se trouvent convergents avec mes préoccupations dans cette thèse, à savoir « le mouvement de l'existence », le rayonnement de la « corporéité » et de « l'être avec », comme celui du « mouvement de l'apparition ». A ces thèmes s'ajoute une curiosité relative à ce que Patocka a nommé la « phénoménologie asubjective »[396]. Je vais essayer de tisser mon propos sous la trame de l'affectivité, affectivité présente chez Patocka lui-même, qui selon Paul Ricœur, a été pris par un conflit de loyauté envers ces inspirateurs Husserl et Heidegger ; conflit résolu en partie par la tentative d'une composition inspirée de ces deux doctrines, *la phénoménologie de l'asubjecitivé*. Patocka était convaincu qu'

> une philosophie de l'« être-avec » ne dispense pas d'enquérir sur les conditions qui permettent à un être, même fini, de s'arracher à la nivellation anonyme du quotidien. [397]

2. LE MOUVEMENT DE L'EXISTENCE : UNE EXPERIENCE DU CORPS AVANT TOUT !

Accueillir les choses comme elles se donnent,
Sans rien y mêler d'étranger, ce n'est pas une attitude facile à atteindre.
J. Patocka

La philosophie en question repose sur une conception de l'expérience à rebours de la pensée classique, celle qui érige « l'expérience pure » en exigence. Au contraire, elle apprend à comprendre les phénomènes en tant qu'ils sont porteurs du sens de l'expérience, ils ne sont pas un simple processus objectif parmi d'autres.

> Le sens doit être intuitionné par un regard dans ce qui est, non pas imposé de l'extérieur. Ce n'est qu'alors que nous pourrons en répondre, c'est-à-dire pénétrer jusqu'en son fond. (Patocka, 1995, p. 14)

Dans cet entendement, les gestes et les productions d'objets dans le monde aussi pragmatiques que peut l'être une assiette ou une tasse, le langage ou le dessin, constituent les *concrétions* des gestes humains, et permettent à la vie de recevoir une

[396] Le plan d'explication de la phénoménologie subjective se situe dans le sujet alors que pour la phénoménologie asubjective, « le sujet dans son apparaitre est un « résultat » au même titre que tout le reste. La phénoménologie subjective prône le retour aux choses mêmes sous la forme d'une subjectivité qui fait l'expérience du monde, alors que la phénoménologie asubjective pose l'existence comme mouvement dans le monde.

[397] Voir : Paul Ricœur, « Patocka Jan - (1907-1977) », *Encyclopædia Universalis* [en ligne], consulté le 1 mars 2015. URL : http://www.universalis.fr/encyclopedie/jan-patocka/

forme qui la rend humaine. C'est dans le mouvement de l'existence par *l'expérience concrète d'un corp*s que se donnent la vie et la subjectivité, ces trois éléments étant indissociables :

> De même que le corporel (Körperliches), produit par une donation de sens, stimule derechef et développe la subjectivité, de même le subjectif est toujours préparé dans une corporéité d'une espèce particulière, dans un corps vivant, en tant qu'impulsion préalable de la donation du sens. *Le corps propre n'est-il pas une préhistoire qui précède notre histoire active?* (*Ibid.*, p. 16) (Je souligne).

Là encore s'opère un renversement des habitus représentationnels par lequel le subjectif est une formation active, donatrice de sens, *motivée par un flux* qui se meut dans plusieurs strates de l'existence où le corps et le subjectif s'entrelacent, se présupposent mutuellement, s'édifient l'un sur l'autre, si bien que le subjectif se trouve toujours incarné et la corporéité toujours subjective :

> La subjectivité est précisément un corps propre assumé, qui va au-devant toujours d'une nouvelle formation et donation de sens. (…) Les contours du corps subjectif, c'est-à-dire du corps propre, non pas en tant qu'objet, mais en tant que vivant, agissant, percevant, se trouvant immédiatement en rapport avec des objets. Le corps en tant que sujet – ce paradoxe est pourtant un phénomène, sans lequel on ne pourrait jamais comprendre la vision, l'audition, la perception en général, pas davantage que l'action humaine. [398]

J. Patocka désigne le mouvement subjectif comme une dynamique dans laquelle le mouvement n'est pas une translation dans l'espace d'un point fixe à un autre, mais *le pouvoir du corps de l'effectuer*. Le mouvement corporel n'est plus entrevu comme un trajet, mais comme *processus et comme l'être en devenir*. La corporéité ainsi présentée échappe à l'opposition habituelle du sujet et de l'objet.

> Patocka tente d'unir dans l'être a-subjectif la corporéité, la temporalité et la sociabilité. (…) Le mouvement de l'existence ébranle ce qui attache au sol ou à la terre, il est séparation et ce qui maintient cette séparation. Il est un mode d'être au monde qui déracine du monde, qui pousse et soutient le déracinement de l'être. L'a-subjectivité patockienne dérive de la critique de la subjectivité husserlienne et d'une réinterprétation de l'épochè, elle pose la réalité non plus comme un objet auquel le sujet fait face, mais une totalité dans laquelle nous sommes intégrés et dans laquelle nous émergeons. (Ouellet, 2012, pp. 7, 8)

Le pouvoir-se-mouvoir – expression dont je projete la profondeur de sens et la portée civique dans le contexte de vie de Patocka et de ses concitoyens - est cet indissociable de la subjectivité. Le parcours subjectif d'un trajet en est le parcours effectif. L'authenticité prend place avec vigueur, elle surplombe le simple vécu. En ce

[398] *Ibid.*

sens, la subjectivité ne peut être réduite à quelque chose de « mental » ou de « psychique » :

> Le mouvement subjectif (…) est non seulement *ressenti comme*, mais est effectivement *un* – acte, accomplissement, réalisation unique. (Patocka, 1995, p. 19)

La présence du mouvement comme « dynamique » (ou « dynamisme ») est remarquable chez Patocka. Celle-ci n'est pas passive dans le sens qu'elle n'est pas une réponse qui vient d'une extériorité mais d'une intériorité. Elle embrase tous les secteurs de l'existence humaine, et notamment l'activité de la pensée caractéristique de l'homme qu'elle arrache d'une forme de désincarnation et d'immobilisme. Un lien intéressant est fait avec « la compréhension » comme phénomène cinétique :

> Ainsi le mouvement subjectif n'est jamais sans une compréhension. Mais il n'est pas lui-même compréhension. La compréhension appartient au mouvement. Le mouvement en a besoin pour être, mais on peut dire inversement, que le mouvement soit là pour qu'il y ait compréhension. La compréhension cependant n'est au fond rien d'autre que le mouvement virtuel, anticipé lui-même. C'est donc le mouvement qui est au fondement de la compréhension, et non pas inversement. Le mouvement compréhensif, qui projette ses possibilités, est simplement un mouvement intérieurement riche, enrichi. Il est à chaque instant davantage qu'il ne réalise. Comme tout mouvement, il s'étend, au-delà de sa phase présente, mais en même temps il s'est toujours dépassé lui-même dans des possibilités, il est au-delà du suspens à l'intérieur des possibles. Les possibilités ne sont pas pour lui des fausses voies, mais des appuis. [399]

Dans ces lignes se dessine la mise en forme d'un principe d'altération propre au mouvement et qui pourrait le définir. *Le mouvement n'est-il pas cette dynamique altérante de tout ce qu'il touche et qui s'affecte lui-même en retour?* Ainsi, le mouvement de l'existence est l'expression d'un principe d'altération sous la forme d'une expérience concrète motrice, affective, réflexive, perceptive, etc. En prenant l'exemple du pianiste, J. Patocka montre que le mouvement subjectif est un agir sous la forme de déterminations au travers de certaines des virtualités que le musicien se choisit parmi toutes celles qui lui sont possibles. Il s'y installe (ce pianiste aurait pu être un cuisinier, un comptable, un sportif), en poursuit l'édification et en fait sa demeure. Le pianiste ne reste jamais totalement libre à l'égard de ces déterminations, mais il se forme lui-même en même temps qu'il travaille à leur formation.

[399] *Ibid.,* p. 25

Le mouvement corporel et le mouvement subjectif –
Un dynamisme pour comprendre l'action humaine
(à partir de J. Patocka)

Je vois la possibilité de rayonnement d'un principe de mise en action à tout acte du vivre et par là même, la possibilité de définir ce vivre-là. Ainsi le mouvement subjectif comme dynamique du vivre répond à deux présupposés : 1/il faut un déterminant sous la forme d'un sujet qui vit dans des possibilités, en fait le projet, y effectue un choix pour se déterminer soi-même, c'est-à-dire une personne prête à modifier son état. 2/ une correspondance dans le monde est nécessaire ; au sein de l'étant, quelque chose « s'accorde avec » et obéit à la libre détermination du sujet :

> En bougeant notre main, nous sommes en tant que sujet notre main qui se meut. (*Ibid.*, p. 26).

Pour J. Patocka, toute manifestation et objectivation ne peut se concevoir sans l'existence et la présence dans l'étant d'une adhésion à notre intention, à notre impulsion intentionnelle ; à partir de cet accord et uniquement par celui-ci, le monde se

donne à nous aussi « objectivement » comme vis-à-vis et intuitionné. Chaque acte humain s'accomplit sur son fondement, et en cela, il en est une expression. Ne retrouve-t-on pas la pensée henrienne, celle qui, comme la proposition patockienne, n'envisage pas le mouvement de toute forme de donation et de manifestation empirique sans la vie elle –même? :

> La vie ne pourra jamais être comprise de l'extérieur, non pas en raison de la « subjectivité », mais parce qu'elle se fonde dans une sphère qui seule rend possible la subjectivité elle-même en tant qu'existante, en tant qu'étant, fondement dernier qui ne pourra jamais être ressaisi dans ma réflexion. [400]

Puis,

> Cela permettrait aussi de comprendre pourquoi le mouvement est si étroitement lié à la vie qu'il est le seul indice sûr. (*Ibid.*)

Nous sommes à même d'être au monde grâce à notre existence corporelle sous la forme d'un dynamisme subjectif et invisible. La présence au corps, du corps-sujet se confirme comme cruciale dans la philosophie présentée ici. Le mouvement y revêt au moins deux formes ; d'une part le mouvement objectif, mouvement local, simple changement de lieu, processus de mise en action et le mouvement vécu, c'est-à-dire le mouvement d'un « être psycho-physique ». Le mouvement historico-social est un mouvement objectif en tant que résultante de l'interaction des mouvements subjectifs. Il y a une nature ontologique du mouvement comme synthèse de ces deux formes, comme un passage du non-être à l'être et inversement, du subjectif à l'objectif. A ce titre, le mouvement est une synthèse qui saisit à partir des choses une unité qui n'est pas présentable et saisissable en termes de contenu, mais peut l'être en termes d'accomplissement et de croissance d'être.

3. L'ETRE AU MONDE : DES CORRESPONDANCES DYNAMIQUES

En abordant le schéma corporel comme un schéma de positions et de postures, ou tout du moins, un état de tension, se dessine une forme dynamique de présence dirigée vers le monde. La position allongée, la posture assise ou la marche, comme l'appui ou simplement le port (le fait de se tenir) sont des expressions de la corporéité constituée par « une conscience de soi d'horizon ». Le concept d'« horizon » renvoie au

[400] *Ibid.*, p. 27.

fait que notre existence corporelle, sans laquelle nous ne pourrions pas être au monde, est une existence non pas parmi mais au-delà des choses et vers elles.

> Notre dynamique propre, l'élan qui nous porte vers les choses, trouve un pendant dans l'orientation du monde vers nous, dans les traits dynamiques originaires de l'espace que sont les couples de contraires haut-bas, devant-derrière, droite gauche. Le monde répond à son appel dans la proximité et la distance. Notre action se meut dans des horizons de possibilité anticipée pour ne retomber dans l'actualité que dans un second temps, à partir du possible. Cet être-en-avant-de-soi dans les horizons est précisément typique de la normalité humaine, au lieu que la progression d'actualité en actualité caractérise certains cas pathologiques de rapport au monde.[401]

Patocka propose une présence dynamisante de la spatialisation sous la forme d'un mouvement, d'un sens[402], perçus autant comme une orientation, un élan, pour ne pas dire un désir ou une intention. Ces traits dynamiques constitués d'orientations linéaires avant/arrière, haut/bas et droite/gauche m'évoquent des éléments fondateurs dans la création de la gymnastique sensorielle proposée en pédagogie perceptive[403]. Bien que la substance éprouvée du mouvement telle que présentée par Patocka ne permette pas de l'associer ou de la contraster avec celle présentée et expérimentée dans le paradigme du Sensible, pourrions-nous faire un lien entre la pensée patockienne de l'« horizon » et le « concept de l'advenir[404] » *via* le corps et le mouvement de D. Bois? Car, pour ce dernier, le mouvement comme principe dynamique porte en lui un futur qui nous attend car il est déjà là. L'évocation de correspondances dynamiques sous la forme de mouvements subjectifs sonne dans une tonalité familière avec mes vécus, notamment ceux relatifs à la confiance ou à son contraire, à la crainte, la joie ou la tristesse, à l'enthousiasme et à l'ennui. Face à un projet, dans une relation, une action ou une création, par exemple, quand 'j'écoute mon mouvement' – ce geste attentionnel de ma perception sur cette subjectivité incarnée et active en moi, son retour ou son appel à moi-même et à ma perception –, il m'informe par ses orientations spatiales que je peux reconnaître comme étant vers

[401] *Ibid.*, p. 68.
[402] Le sens peut être entendu comme orientation, sensation et compréhension. Ces trois aspects sont très bien développés dans la thèse de doctorat en sciences de l'éducation d'Eve Berger (2009) : Rapport au corps et création de sens en formation d'adulte : étude à partir du moèle somato-psychopédagogique.
[403] Comme certaines pratiques corporelles, La gymnastique perceptive est basée sur l'apprentissage perceptif du mouvement, comme fondation du rapport à soi, et à ce titre elle est un support remarquable de travail sur le schéma corporel. Mais elle comporte des spécificités que je développerai plus loin dans le chapitre 3.
[404] Le concept de l'advenir renvoie à la possibilité d'accéder à des temporalités passé/présent/futur depuis un vécu incarné, charnel, perçu quand la personne oriente son attention vers le flux (de la vie présent dans son corps (mouvement interne).
Voir : http://cerap.pointdappui.fr/images/Reciprocites/advenir_danis_bois.pdf

le haut ou le bas, la droite ou la gauche, l'avant ou l'arrière. En même temps, ces mouvements portent une tonalité affective plus ou moins claire orientant ma manière de me « sentir-là-dans-ce-monde » ou plus encore, sur le désir « d'aller vers là ou ailleurs dans ce même monde » et ce, avant même d'avoir réfléchi mon existence et ses qualités. En ce sens, le mouvement n'est pas seulement une résonance à quelque chose, ou cause de celle-ci, mais revêt une troisième forme, celle d'une affectivité agissante dans une temporalité déjà portée vers mon futur. Cela n'exclut pas les cas très communs où j'expérimente les deux formes précédentes. Le mouvement signe donc une disposition affective.

4. LA DISPOSITION AFFECTIVE : UNE DIMENSION DU VECU SUBJECTIVEMENT CORPOREL A SOI-MEME ET DANS LE MONDE

Pour Patocka, inspiré par la pensée d'Heidegger[405], un des traits du corps subjectif - ce corps qui vit et expérimente son action - se révèle par le fait que c'est en lui-même que nous nous éprouvons. Il est douleur, souffrance ou jouissance, tristesse et joie, plaisir et déplaisir, fatigue ou fraicheur, inconfort ou confort. Ces caractères relèvent d'un *comment on va* et *où on est,* c'est-à-dire d'une disposition :

> Certaines langues parlent même du < se-trouver>, « *sich befinden*[406]*«,* terme qui renvoie au point de départ de toute notre activité, à la *survenance,* au fait de nous *trouver*, d'être là [le *dasein?*] dans tel ou tel état, avec des traits tels ou tels. (…) La disposition, « où l'on en est », est, tant pour le faire que pour l'acticité projective, un point de départ chaque fois donné. Elle nous ouvre à certaines choses et nous rend réfractaires à d'autres ; il y a des activités que nous ne pouvons faire que dans le monde de l'antagonisme, d'autres vers lesquels nous sommes pour ainsi dire portées. Que ce domaine des humeurs et des tonalités affectives se rattache étroitement à la corporéité subjective, c'est ce dont témoigne déjà la métaphorique de la langue qui parle de dépression et d'élan, d'émotion et de tranquillité, d'indifférence et de tension. [407]

Un lien est fait entre l'affectivité et l'être-dans-le-monde :

> Or, ce domaine d'« où l'on en est » n'est pas simplement notre état subjectif, mais aussi, dans toute non extension, toujours déjà, un ajustement au monde ; on devrait chaque fois préciser « où l'on en est au monde », comment notre position dans le monde nous affecte à tel instant ou nous a toujours déjà affecté.[408]

[405] Sans pour autant le citer dans ces lignes à propos de la *disposition* et de *l'affectivité* ; difficile de savoir si la pensée de Patocka veut s'en détacher pour aller vers une autre direction.
[406] Littéralement « se trouver » en allemand.
[407] *Ibid.*, p. 69.
[408] *Ibid.*

L'auteur envisage l'affectivité sous les termes d'une spatialité, avec une diffusion variable dans l'espace en fonction de ses diverses tonalités. Je repère le jeu en va-et-vient de l'attention sur le corps vécu, la personne en vie, la personne mue par le monde, et agissante en lui :

> La douleur physique, notamment la douleur intense, qui « épuise », peut dans la pratique rétrécir le cercle de notre vie, restreindre notre monde actuel à notre corps seul, voire à telle de ses parties. La jouissance peut exercer une fascination qui nous ensorcelle et nous rend captif de son domaine, comme d'un jardin d'Amide ; l'érotisme est comme un « monde annexe » qui envahit le monde de la lucidité et de la praxis courante et le refoule à l'arrière-plan. Le monde de l'art, les mondes de la lecture, du jeu et du divertissement présupposent et comportent aux aussi une tonalité affective spécifique. [409]

Dans un développement ultérieur, nous sommes emmenés plus loin dans le jeu de réciprocité propre à l'affectivité, lréciprocité entre soi et le monde qui implique une « habitation » dans soi indissociable de celle dans le monde. Ce monde ne cesse de nous parler et de nous interpeller. Il « nous dit quelque chose », nous touche, nous saisit. Selon l'auteur, avant même que nous agissions de n'importe quelle manière, nous sommes déjà en lui, il nous tient par et dans notre disposition :

> Telle est la contribution de ce domaine au mouvement originaire que nous sommes – mouvement vers le monde, puis, à travers le monde, de retour à nous-mêmes. La disposition, « où l'on en est », nous dit toujours de la manière la plus générale que nous sommes au monde et où en lui nous sommes.[410]

Je comprends la disposition comme une reliance dont la réduction à la spatialité ne peut suffire, ma disposition est tout autant psychologique, affective, existentielle, mais c'est depuis ma corporéité que ces caractères psychologiques, affectifs et existentiels me sont donnés. « Je suis où mon corps est », « où mon corps se trouve » et « où il va » me dit « où j'en suis ». Ces formes langagières illustrent ma posture et mon attitude face au vivre. La spatialité devient dès lors métaphorique, le haut et le bas, le proche et le lointain dévoilent leurs caractères *affectifs* et spatiaux. Le mouvement d'humeur représente les « lieux », des horizons ou des replis dans lesquels je me trouve et qu'il est possible d'expliciter. Lorsque je dis : « Je suis dans le noir ou à l'étroit », cela informe ma personne et le monde autour d'elle de là où j'en suis ; ou encore, dans l'expression, « je me sens rayonnant et ouvert », l'occupation dans le monde et du monde en moi ne sonne pas de la même façon. Depuis ces états décrits sous la forme de situation à la fois affective et spatiale se décline un « je fais », « je peux » ou un « je sais

[409] *Ibid.*
[410] *Ibid.*

faire ». « Le miracle du faire tient à ce qu'il excède ce « je peux » originaire[411] », c'est-à-dire d'une activité subjective fondamentale, nous dit Patocka, comme l'a pensé avant lui Maine de Biran :

> Le moi est (…) auprès des choses que l'activité modifie par sa manipulation, ce qui rehausse encore l'aspect paradoxal de l'activité subjective fondamentale, non objectivable, qu'est notre mouvement.[412]

5. LA TONALITE AFFECTIVE : LA DYNAMIQUE LA PLUS ORIGINAIRE

La personne est un sujet originellement corporel, mais en amont, elle se présente tel un sujet affecté, touché, qui se meut et peut le faire grâce au sentiment global de sa situation dans le monde. On l'a déjà vu plus haut, la tonalité affective se définit dans ce contexte comme *un état global, indifférencié, non objectif*, le sentiment d'où nous en sommes avec le monde et avec nous-mêmes, avec nos propres forces, et ce qui importe pour nous, ce dans quoi nous nous sommes « investis »[413]. A travers la tonalité affective, c'est le vivre global qui se saisit lui-même dans un 'pro-jet' pour soi. Et vivre, c'est réaliser cette possibilité. Elle est ancrée dans l'essence même de notre intérêt, sans que nous nous en rendions compte. C'est pourtant ce qui nous dirige et nous sort de notre environnement. Le mouvement en tant que kinesthèse se présente à nous pour nous le confirmer et c'est par le mouvement et lui seul qu'adviendra notre réalisation dans le monde et ce, dans et par une vie corporelle.

L'homme est toujours « en chemin vers quelque part », nous dit Heidegger, et la définition de la sensibilité ne peut s'extraire de cette axiologie. Toujours en mouvement, l'homme est mû dans un champ d'attraction et de répulsion. Les tonalités affectives s'accordent à ce fait comme l'est aussi

> la sphère propre de l'émotivité, de l'*é-motio*, dont l'étymon déjà contient l'idée de mouvement, d'émeute, d'émoi. [414]

[411] *Ibid.*, p. 71.
[412] *Ibid.* La présence du mouvement subjectif et surtout l'éducation des rapports à lui, constituent le socle de la psychopédagogie perceptive. Ainsi dans la ligne de Maine de Biran, la praxis du Sensible propose une lecture du mouvement objectif depuis sa saisie subjective, comme une source fondamental d'information de l'être-au-monde. Le mouvement interne « nous dit quelque chose » du « je peux » qui est en nous ; par ce mouvement se livre notre rapport à la Vie et à notre existence, qui peut alors s'actualiser dans un agir à travers la gestuelle, dans une action concrète pour notre vie.
[413] *Ibid.*, p. 91.
[414] *Ibid.*

Les points de convergences et les différences entre « tonalités affectives » et « la sphère propre de l’émotivité » apparaissent dans le propos de l’auteur sans qu’elles fassent l’objet d’un déploiement autre que le sens implicite.

Le Vivre global : une tonalité affective pour une personne originellement corporelle
(à partir de J. Patocka)

6. LA DYNAMIQUE DE L'ETRE : UNE AFFECTIVITE TOUJOURS DIRIGEE VERS LA SOCIALITE[415]

En filigrane des développements de J. Patocka se décèle un positionnement personnel et civique – voire, résistant - face au régime politique de son pays, devant l'atteinte faite à l'existence dans ses besoins et ses valeurs les plus fondamentaux, ce que confirme Paul Ricœur[416] (1977) dans son article écrit au lendemain du décès du philosophe tchèque, dans lequel on trouve une pensée du défunt :

> La morale, pourtant, n'est pas là pour faire fonctionner la société, mais tout simplement pour que l'homme soit l'homme. Ce n'est pas l'homme qui la définit selon l'arbitraire de ses besoins, de ses souhaits, tendances et désirs. C'est au contraire la morale qui définit l'homme... La notion d'un pacte international pour les droits de l'homme ne signifie rien d'autre que ceci : les Etats et la société tout entière se placent sous la souveraineté du sentiment moral. Ils reconnaissent que quelque chose d'inconditionnel les domine, les dépasse.[417]

Les indices de cette intuition se trouvent dans un souci récurent de déployer une réflexion ancrée dans la subjectivité la plus intime et discrète sans jamais rompre le lien à une réalité la plus sociale. J'y vois une *sensibilité citoyenne* dont l'histoire et l'actualité nous montre combien elle peut être mise à l'épreuve, et cela me touche particulièrement. Dans ce projet, comment éviter le corps? Par exemple, la dynamique de notre être est présentée comme une composante de l'objectité[418] (objectivité ou concrétude) de la socialité, de la communauté des autres, et en premier lieu, celle de nos proches. Avoir peur pour soi, c'est avoir peur pour les autres, puisqu'ils constituent une part de nous-même, ainsi la famille est cette partie de nous-mêmes qui subsiste et survit hors de nous, affirme l'auteur :

> Notre intérêt fondamental est un intérêt moins pour les choses que pour les personnes et leurs ensembles ; la choséité elle-même nous intéresse surtout par

[415] Ce qui est relatif à la vie des hommes en société et concerne les interactions entre les individus, entre les individus et les groupes, entre les groupes eux-mêmes. Voir : http://www.cnrtl.fr/definition/socialit%C3%A9

[416] A la fin de son article, Paul Ricœur rend hommage à la philosophie patockienne comme une démarche de liberté dans laquelle le rapport à la subjectivité apparaît comme un recours ultime face aux tyrans : « C'est parce qu'il n'a pas eu peur que Jan Patocka, le philosophe phénoménologue, a été harassé par la police, soumis à des interrogatoires exténuants, poursuivi par la police jusque sur son lit d'hôpital, et littéralement mis à mort par le pouvoir. L'acharnement mis contre lui prouve que le plaidoyer philosophique pour la subjectivité devient, dans le cas de l'extrême abaissement d'un peuple, le seul recours du citoyen contre le tyran ». Article publié dans le monde le 19 mars 1977. Voir : http://lyc-sevres.ac-versailles.fr/projet-eee.eu08patocka.pr.pdf

[417] Extrait d'un texte diffusé par le Comité international pour le soutien des principes de la Charte 77 (le Monde du 10 février 1977) dont Jan Patocka était le porte-parole.

[418] « Objectité », ce terme ne semble pas explicité dans « Les papiers phénoménologiques », et pourtant son usage est fréquent dans ce livre ; je le comprends comme synonyme de celui bien plus courant d'« objectivité ». « Objectité » se réfère-t-il à la capacité (« ité ») de faire naître un objet ?

> rapport aux personnes. C'est dire que le caractère personnel de notre situation fondamentale est tout à fait essentiel : être au monde, c'est être en lui comme sujet incarné avec d'autres qui partagent le même monde.[419]

L'affectivité, dans ligne d'Heidegger, est *un moment du monde*, un *simple tremplin du projet libre*, mais pour J. Patocka, l'homme est tributaire de la présence d'autrui :

> Par l'aspect de son être que constitue le mouvement affectif, l'homme est immergé dans le monde, non pas comme milieu pragmatique et pratique, mais comme espace omni-englobant de chaleur et de froid, plus précisément de chaleur ou de froid vital. Le monde ici n'est pas pour lui un simple corrélat du travail, mais quelque chose qui est donnée en soi, quelque chose qui en soi-même s'étend aussi bien dans les profondeurs du temps que dans les lointains espaces. Comme réalisateur de ce proto-mouvement instinctif, l'homme est, par tout son être, tributaire de l'autre homme dans sa fonction de protecteur, créateur de sécurité et de chaleur vitale, donateur d'unité, d'adhérence et d'attachement, du rapprochement mutuel instinctif et de la fusion qui est une compensation nécessaire de l'individuation et de la dispersion en centres de vie singuliers.[420]

7. L'ATTACHEMENT A LA PRESENCE DE L'AUTRE : LA RECIPROCITE EN TANT QU'ATTENTE DE POSSIBILITES

En partant de l'exemple concret de l'attachement à la présence de l'autre, de l'affectivité qui la constitue sous des formes variées au fil du temps, de la naissance à la mort, l'auteur aborde le thème du deuil, et la source de la douleur dans la perte. En évoquant l'importance des liens dans les premiers moments de la vie et la phénoménologie de la vie après la mort, Jan Patocka poursuit son plaidoyer pour la réciprocité. Il fait l'éloge de la fécondité possible des liens entre humains dans un hymne à la mémoire de ceux qui nous quittent. La dimension émotionnelle liée à ce genre d'événement, l'ouverture à un large spectre de sentiments parfois contradictoires, mais surtout, la vision d'autrui comme *énergie et attente de possibilités affectant le vivre*, viennent alimenter ma réflexion sur le champ de l'affectivité. Initialement pensée autour de la mort, cette réflexion peut s'appliquer aux relations 'vivantes'[421], tant au niveau des personnes, des groupes, des cultures que des sociétés ; ce processus semble générique de toute forme de reliance. J'ai repéré cinq points-clés : 1/ le retrait de la réciprocité actuelle, 2/ la perte de la possibilité d'éveiller l'autre, 3/ la sensibilité née d'un déficit ressenti et vécu comme la perte de notre possibilité la plus originelle et

[419] *Ibid.*, p. 92.
[420] *Ibid.*, p. 108, 109.
[421] Entre personnes présentes et vivantes au sens de notre existence materielle.

comme une annulation de notre existence propre, 4/ la non-existence de l'autre qui devient alors un vivre comme si on ne vivait pas, 5/ enfin, dans certains cas, l'autre, bien que n'étant plus et ne concourant plus à notre avenir, n'a pas pour autant épuisé toute l'énergie de sa réciprocité ; il est possible que cet être soit pour moi une impulsion vers du toujours nouveau et par là, il me fait réaliser de façon presque plus signifiante ce que son existence représentait et représente encore. Cela me pousse à m'exposer encore et toujours en questionnement sur ce qu'est cet être pour moi.

Sans romantisme, ces propositions me bouleversent. Elles m'évoquent sous un jour nouveau des cas d'accompagnements de personnes dans l'épreuve de ruptures sous des formes diverses, progressives, soudaines, radicales ou partielles (deuil, naissance, rupture amoureuse, transition de vie, etc.). Expérientiellement, je me reconnais à bien des égards dans une description inédite dans l'analyse patockienne. Les explications données éveillent une vigilance au phénomène de la réciprocité en tant qu'énergie présente sous le joug de *l'attente de possibilités*. On voit toute l'ampleur heuristique et herméneutique de l'affectivité dans ce cas. La réciprocité se dévoile sous l'éclairage d'un dynamisme affectif - au sens qu'il affecte - pouvant me jeter vers et dans l'horizon, dans l'advenir, le mien, plus ou moins scellé au destin de l'autre. Dans ces moments de vie, l'expérience vécue révèle l'altération, sous la forme de l'amplification, de la sidération, et parfois du renouvèlement des modes du sentir, du percevoir, du penser, de l'amour ou de l'agir. Cette altération détermine une certaine position dans le monde-de-la-vie, dans celui de l'existence concrète puisqu'elle est indivisible de la présence des autruis qui « en-globent » dans leur présence ou par leur absence ceux qui les ont connus, et d'une manière indissociable du pathos qu'ils charrient avec eux.

Le deuil, dimension affective et source de création dans l'histoire singulière-plurielle : La présence et la réciprocité en tant qu'attente de possibilités
(À partir de J. Patocka)

8. FACE AU SEISME DE L'EXISTENCE : SE LAISSER AFFECTER PAR LE NEGATIF

Dans son article, « Affectivité, résistance et unification de l'existence - Une lecture de Jan Patočka », Natalie Frogneux, montre comment le philosophe développe une praxis affective à partir de l'épreuve du difficile, du périlleux, de l'insupportable :

> Or, ces forces nocturnes négatives refluent sur la vie, lorsque nous nous heurtons ou bien à nos limites externes (la faiblesse corporelle, l'abîme de la volonté, la douleur physique et la souffrance liée à la maladie, à l'oppression, à la culpabilité et à la honte), ou bien à notre limite interne (à savoir à la conscience qui nous permet de dépasser l'instant et d'adopter un horizon universel, qui tout en nous faisant embrasser la vie du regard, nous impose un surcroît de souffrance). Dès lors que ce choc existentiel a eu lieu, celui qui le soutient se situe sur la voie de la liberté et de la résistance morale. (Frogneux, 2010, p. 18)

Dans une métaphorique éloquente, « choc », « séisme », « ébranlement », « tremblement de terre », l'expérience douloureuse révélatrice de la dimension négative de l'existence, contrariant le flux spontané de la vie, peut être l'occasion de découvrir le monde et notre liberté quant à l'interprétation de son sens, *qui est toujours un sens spirituel, un sens accompli et jamais seulement représenté*. La douleur permet de se laisser affecter par les contradictions de l'existence et de mieux la mesurer :

> La structure unie du monde vécu est autre chose qu'un ensemble de réalités physiques et psychiques. C'est elle qui nous fait espérer davantage, elle aussi qui

> nous impose un surcroît de souffrance en nous permettant d'embrasser la vie du regard. (…) La vie dans l'amplitude a le sens à la fois d'une épreuve et d'une protestation. (Patocka, 1990, p. 35)

Une ressource dialogique permettant de s'extraire de la tyrannie se trouve dans la recherche d'un centre, d'un foyer que l'on peut qualifier de *« centrum securitatis »*. Ce terme, que l'on peut relier à l'ontologie humaine (nous sommes tous issus d'un centre de vie organique matérialisé par l'espace intra-utérin), explicite le territoire personnel et intérieur, conquis dans l'effort permanent d'être en soi, ancrée dans *sa corporéité subjective*. Dans cet espace construit, le sens de la souffrance et de la douleur se révèle sous un autre jour :

> L'on peut aimer la douleur pour cette découverte d'une lumière autre, intérieure – la lumière qui est en tout état de cause plus profonde et plus grande que l'ivresse de la puissance et la griserie du succès. (*Ibid.*, p. 162)

Animer par un réalisme motivé par ce que la vérité et la praxis ne se contredisent pas, faisant de cette axiologie l'exercice de la liberté, le sujet altéré se laissant affecter sur un plan par les circonstances de l'existence, celles relatives de sa condition humaine, ne quitte pas une dimension « spirituelle » dévouée à la fois à l'action et à l'examen de la totalité :

> L'éducation de l'existence que l'on oriente vers l'engagement ultime, vers la maîtrise parfaite et l'absolu dessaisissement de soi, ou plutôt vers la véritable acquisition de soi par le dessaisissement des évidences apparentes.[422]

En portant le regard sur la totalité et en pointant sans cesse l'universel à travers l'expérience singulière du sujet ancrée dans son corps et ouvert à sa subjectivité, la phénoménologie de Patocka ouvre une porte sur ce que je pourrais nommer 'l'affectivité citoyenne'. En apparence, je me suis peut-être distancé de mon sujet d'étude en m'intéressant à la morale, à la résistance et au – et non à « la » - politique. En suivant mon intuition et un appel intérieur quasi irrépressible vers cet auteur, je me suis aperçu combien sa pensée est vivifiante et éclairante pour moi sur le thème de la dimension émotionnelle et le champ de l'affectivité. A la faveur de l'irréductibilité du « Nous » demeurant en chacun des « Je » qui le composent, toute affectivité est un langage à la fois du « Je » et du « Nous ».

[422] Cité par (Frogneux, 2010), p.22.

9. PREMIERES RESONANCES

9.1 L'affecté comme posture civique

J'ai pu faire des ponts inédits entre l'investissement personnel, interne dans une subjectivité incarnée et la posture de l'ému dans le social en tant qu'elle est implicite d'une attitude civique, c'est-à-dire au sens littéral du terme, en lien avec un souci posé dans le rapport avec la société organisée en état. La pensée de Patocka, dans la foulée de celle de M. Henry, a déclôt l'expérience affective de certaines représentations. En effet, j'observe et j'expérimente le 'grand-écart' - inconfortable - entre deux représentations de l'émotion et du champ de l'affectivité, voire deux conceptions antagonistes et antinomiques. L'une donne une place trop individuelle, trop singulière et pour le coup, assigne à l'émotion et le champ qui l'inclut à un « égocentrisme » étroit ; à l'inverse, une visée animée par les grandes étendues du regard social, sociétal, les rend plus floues ou les contraignent dans l'espace de son étymologie historique du moyen âge, celui de la perturbation sociale. Il me semble que Patocka ne lâche jamais ces deux pôles et tente de mettre en lumière un écart révélé par contraste et qui me gênait sans trop l'avoir repérer.

9.2 Le sujet Sensible proche de l'homme spirituel patockien ?

Je constate plusieurs enrichissements. Le mouvement se révèle être une dynamique plurielle à l'œuvre dans l'expérience affective. Il *s'arrime au corps senti, vécu dans une subjectivité originelle*. Les descriptions faites sonnent en consonance avec mes vécus et les perspectives énoncées dans le paradigme et la philosophie portée par le Sensible. Le sujet Sensible (Bois, 2007) trouve des points communs avec « l'homme spirituel » de Patocka (et de Socrate !) à travers l'ancrage au corps, à la subjectivité, à la dynamique du mouvement qui fonde l'être au monde et dans le monde. Ces notions restent toutes proches d'un mouvement affectif, d'une sensibilité que je figure comme une affectibilité. Une fois de plus, je ressors de mon investigation ébloui, enrichi, questionné sur le sens de ma pratique ; bouleversé par la pertinence de ce que j'ai rencontré. Je ne cache pas un sentiment d'incomplétude, ce que j'ai exploré attise mon désir de vivre la nature d'une expérience concrète telle que décrite dans ce chapitre, avec en toile de fond des attentes praxéologiques pour y parvenir.

Conscient d’avoir effleuré une œuvre, ce premier contact avec la pensée de Patocka s’est fait praxis par analogie et ouverture de la conscience. Une solidarité d’ordre réflexive et imaginaire a recélé un agir sur un certain plan car mon attention a pris de l’amplitude sur des secteurs qui n’étaient pas concernés de la même manière avant cette exploration. La réciprocité à l’œuvre dans ma manière de me laisser affecter par ce corpus m’a permis de mesurer des apports d’une phénoménologie pratique de la vie et de la corporéité dans son essence telle qu’elle est proposée par la psychopédagogie perceptive ; je n’en avais réellement pris la mesure. Elle a conduit l’ouverture herméneutique à travers l’idée d’une affectivité citoyenne, l’’*eurêka*’ de ma rencontre avec cet auteur. Se dessine un accordage plus sensible et plus marqué entre l’invisible/visible, l’intérieur/extérieur, le privé/public, l’individuel/collectif, le civique/sociétal.

CHAPITRE 7 : QU'EST-CE QUE S'EMOUVOIR CHEZ SARTRE?

L'émotion est la réalité-humaine qui s'assume elle-même
et se dirige émue vers le monde.
La réalité humaine est nous-mêmes.
J.P. Sartre

J'éprouve seulement de la peine de ne pas être quelqu'un capable d'en ressentir[d'émotion].
F. Pessoa

1. LES 'POUVOIRS' HERMENEUTIQUES DE L'EMOTION

Jean-Paul Sartre, disciple de Husserl, prône une vision particulière des émotions. Selon Berthoz (2003), sa théorie a inspiré un certain nombre d'ouvertures scientifiques sur les processus mentaux, notamment sur la compréhension des phénomènes de la conscience et de leurs liens avec la prise de décision ; certains traités de psychopathologie de l'alexithymie[423] nous le montrent bien. Nous retrouvons l'usage du terme « émotion », quittons transitoirement celui de l'affection et de l'affectivité. Pourtant au fil de mon analyse, l'usage de ces derniers ne m'aurait pas semblés déplacé. C'est dire une fois de plus la plasticité de ces concepts.

Le philosophe accorde une place à la conscience émotionnelle en tant que connaissance du monde. Mais cette conscience n'est pas conscience réflexive au sens psychanalytique du terme, comme fonction d'un système perception-conscience ni comme un système pré-conscient/conscient, elle est *conscience irréfléchie* :

> Tout se passe pour la plupart des psychologues comme si la conscience de l'émotion était d'abord une conscience réflexive, c'est-à-dire comme si la forme première de l'émotion en tant que fait de conscience était de nous apparaître comme une modification de notre être psychique, ou, pour employer le langage commun, d'être saisie d'abord comme un *état de conscience*. (…) La conscience émotionnelle est d'abord irréfléchie et, sur ce plan, elle ne peut être conscience d'elle-même que sur le mode non positionnel. La conscience émotionnelle est d'abord conscience *du* monde. (Sartre, 1995, pp. 69, 70)

[423] Voir : Corcos, M., Speranza M. (2003). Psychopathologie de l'alexithymie. Paris : Dunod.

L'émotion est une certaine manière de capturer le monde comme une *opération sur l'univers sans que le sujet quitte ce plan irréfléchi*. Ici, irréfléchi ne veut pas dire inconscient, en effet,

> une conduite irréfléchie n'est pas une conduite inconsciente, elle est consciente d'elle-même non-thétiquement, et sa façon d'être thétiquement consciente d'elle-même c'est de se transcender et de saisir sur le monde comme une qualité des choses.[424]

L'émotion est une conduite, un *agir* qui ne saurait être le résultat du passage de l'irréfléchi au réfléchi. Elle n'est pas une réponse conçue par le sujet et organisée hiérarchiquement à partir de la conscience d'en haut et exécutée « en descente » par une conduite corporelle. En considérant le monde comme un espace de difficultés dont l'émotion a pour vocation de transcender, l'auteur voit dans l'émotion une 'aptitude' à saisir le monde autrement et sous un regard neuf. Le terme de « conduite » renvoie à une forme de matérialité subjective agissante :

> La *conduite émotive* n'est pas sur le même plan que les autres conduites, elle n'est pas effective (…), en un mot dans l'émotion, c'est le corps qui, dirigé par la conscience, change ses rapports au monde pour que le monde change ses qualités.[425] [Je souligne]

En prenant l'exemple de la tristesse passive, le philosophe nous présente les pouvoirs herméneutiques de l'émotion ; l'abattement et la recherche de l'isolement viseraient à convertir la structure du monde,

> faute de pouvoir et de vouloir accomplir les actes que nous projetions, nous faisons en sorte que l'univers n'exige plus rien de nous.[426]

Dans son développement, je décèle un intérêt pour l'émotion dans sa fonctionnalité en mettant au second plan une interrogation sur sa nature. À ce sujet, le corps est déterminant dans la mesure où le « sérieux » des émotions ne s'installe qu'en présence *des phénomènes physiologiques*. On reconnaîtra l'influence jamesienne dans la pensée sartrienne. Les émotions ne peuvent se manifester que dans un corps bouleversé :

> Il faut donc considérer que l'émotion n'est pas seulement jouée, ce n'est pas un comportement pur ; c'est le comportement d'un corps qui est dans un certain état : l'état seul ne provoquerait pas le comportement, le comportement sans l'état est comédie ; mais l'émotion paraît dans un corps bouleversé qui tient une certaine conduite. Le bouleversement peut survivre à la conduite, mais la conduite constitue la forme et la signification du bouleversement. D'autre part sans ce bouleversement, la conduite serait signification pure, schème affectif.

[424] *Ibid.*, p. 77.
[425] *Ibid.,* p. 81.
[426] *Ibid.*, p.87.

> Nous avons bien affaire à une forme synthétique : pour croire aux conduites magiques il faut être bouleversé.[427]

Pour le philosophe comme pour la plupart d'entre nous, force est de constater l'impossibilité de sortir de l'émotion selon notre propre gré. Bien qu'elle s'épuise d'elle-même, nous ne pouvons l'arrêter. On constate une certaine autonomie d'un processus dans lequel l'émotion est subie. L'émotion est toujours une qualité que nous vivons, qui nous envahit obligeant dans son débordement une expression communicante et signifiante. Elle est, selon Sartre, *croyance* au sens où la conscience ne se contente pas de projeter des significations affectives sur le monde qui l'entoure,

> elle vit le monde nouveau qu'elle vient de constituer. Elle le vit directement, elle s'y intéresse, elle souffre les qualités que les conduites ont ébauchées (…), avec cette présence à elle-même, sans distance, de son point de vue sur le monde.[428]

Cette conscience, dont on a vu qu'elle est irréfléchie, a la capacité de s'émouvoir elle-même. Dans cette tendance, elle modifie le corps, le transforme *en tant que point de vue sur l'univers immédiatement inhérent à la conscience elle-même*.

2. L'EMOTION : UNE INTUITION[429] ET UNE SYNTHESE MAGIQUE

Pour Philippe Cabestan, une des contributions de la pensée sartrienne vient d'un effort de tisser des éléments jusqu'alors parsemés par la psychologie analytique tels que la perception, la mémoire, l'attention et l'affectivité, relégués au statut de domaines étrangers les uns des autres (1999, p. 95). Contre cette position condamnant à séparer les larmes de la tristesse et les rires de la joie, Sartre propose une conception globalisante et unifiante de l'émotion en affirmant l'existence d'une structure existentielle du monde qui est magique dans laquelle les émotions auraient comme fonction de

> constituer un monde magique en utilisant le corps comme moyen d'incantation. (Sartre, 1995 p. 93) [je souligne].

[427] *Ibid.,* p.97, 98.
[428] *Ibid.*, p. 98, 99.
[429] J'aime le terme d'« intuition » que j'associe ici à l'émotion. Une définition philosophique proposée par le CNRTL, fait de l'intuition : une « connaissance directe et immédiate d'une vérité qui se présente à la pensée avec la clarté d'une évidence, qui servira de principe et de fondement au raisonnement discursif » ; en renvoyant en premier lieu à la connaissance, à l'immédiateté, puis en deuxième lieu, à une fonction dynamique, il est possible de considérer l'intuition comme tautologique de l'émotion de la même manière que Bergson désignait l'émotion de « création ».
Voir : http://www.cnrtl.fr/definition/intuition

L'émotion trouve une vocation *syn-thétique* propre à son sens étymologique grec (*sintheisis*) de, 1/- *sun*-, préfixe qui signifie *ensemble* ou *avec* et 2/– *thesis* - qui renvoie à l'action de poser, plus précisément de placer. L'émotion n'est pas un événement ordinaire de notre vie quotidienne, elle rassemble, 'place ensemble' l'attention, la perception, la mémoire et l'affectivité pour en faire un monde, une unité magique.

L'émotion : Totalité des rapports à la réalité humaine au monde, unité magique
(à partir de Sartre)

L'émotion prend le statut d'*intuition de l'absolu.* La conscience peut *être-dans-le-monde* de deux manières, l'une en s'attachant au monde en tant que contenant *des objets ustensiles,* et l'autre en tant qu'un ensemble *non-ustensile*.

> Mais le monde peut aussi apparaître comme une totalité non ustensile, c'est-à-dire modifiable sans intermédiaire et par grandes masses (…). Cet aspect du monde est entièrement cohérent, c'est le monde magique.430

Par non-ustensile, Sartre entend une gestalt qui transcende la rationalité. Dans « l'Esquisse d'une théorie des émotions », il prend l'exemple de la terreur d'un visage apparaissant dans l'encadrement d'une fenêtre. Ce n'est plus la fenêtre qui apparaît à l'enfant terrorisé par son imaginaire, mais bien ce que la peur vient introduire comme nouvelle gestalt dans l'horizon visuelle devant lui :

[430] *Ibid.*, p. 115.

> La fenêtre n'est plus saisie comme « ce qui doit être d'abord ouvert ». Elle est saisie comme le cadre du visage terrible. (*Ibid.*, p. 113)

À l'issue de ce parcours, Sartre pose une définition originale de l'émotion en la qualifiant d'une chute brusque dans le magique, il complète ici :

> Une émotion renvoie à ce qu'elle signifie. Et ce qu'elle signifie c'est bien en effet, la *totalité des rapports de la réalité-humaine au monde*. Le passage à l'émotion est une modification totale de l'être-au-monde selon des lois très particulières de la magie.431[Je souligne]

La modalité d'approche sartrienne des émotions renforce le postulat de l'intelligence dialogique de la dimension émotionnelle avec le monde. Une fois de plus, le corps se révèle incontournable par ses composantes physiologiques et au-delà. Sans sa présence et sa capacité à se laisser transformer, le phénomène des émotions ne peut véritablement prendre une substance concrète. Un deuxième fondement retient mon attention, l'émotion n'est pas une conduite réfléchie, mais se donne en tant que conscience irréfléchie et agissante à travers la corporalité. Ce processus charnel change le monde, *l'émotion se valide elle-même par l'engagement qu'elle manifeste dans le nouvel espace qu'elle a constitué*. Cette auto-validation de l'émotion met à jour une perspective nouvelle de la nature de l'éprouvé émotionnel.

3. L'EMOTION : UNE INTELLIGENCE INVOLONTAIRE?

L'émotion n'est pas simplement une impulsion qui évolue à vide, elle est signification en devenir par réciprocité en son déploiement. Il ne s'agit pas ici de quelque interprétation intellectuelle de réactions physiologiques, mais d'un phénomène de signification autre. Deleuze, s'appuyant sur Proust et sa recherche éperdue de la vérité, avance que la saisie des émotions, son éprouvé, et son ré-éprouvé font appel à *l'aventure propre de l'involontaire.*

> Il s'agit d'une intelligence involontaire, celle qui subit la pression des signes, et s'anime seulement pour les interpréter, pour conjurer ainsi le vide où elle étouffe, la souffrance qui la submerge (…), *la pensée n'est rien sans quelque chose qui force à penser, qui fait violence à la pensée*. Plus important que la pensée, il y a ce qui donne à penser, (…) L'intelligence n'est bonne que quand elle vient après, (…) seule la pensée pure découvre l'essence, est forcée de penser l'essence comme la raison *suffisante* du signe et de son sens (…). (Deleuze cité par Corcos & Speranza, 2003, p.28) (Je souligne)

[431] *Ibid.*, pp. 122-123.

L'émotion est une forme d'intelligence qui pousse la raison dans un sens plutôt que dans un autre. Dans cette compréhension, elle agit. Au-delà de la raison, l'émotion se présente comme une réalité humaine s'auto-réalisant. Elle ne peut pas être réduite à une réaction subjective, elle est un *mode de dévoilement du monde* (Cabestan, 1999, p. 96). On retrouve la ligne de pensée d'autres phénoménologues abordés dans ce chapitre. Ceux et celle qui promeuvent l'existence d'une affectivité originelle comme conscience du corps – corps-pour-soi chez Sartre -. L'affectivité originelle désigne la « texture même de la conscience en tant qu'elle dépasse cette texture vers des possibilités propres » (*Ibid.*, p. 99). On voit ici la capacité créatrice de l'émotion par une qualité herméneutique qui lui est intrinsèque.

4. L'EXEMPLE DE L'AMOUR : UNE AFFECTIVITE CONSTITUEE

S'émouvoir[432] est un agir à la fois originel et constitué dès lors que l'on considère l'affectivité comme un faire ou comme une dynamique. C'est l'idée proposée par Cabestan. L'affectivité constituée renvoie au fait que l'émotion se trouve rarement être une présence inerte, à vide, c'est-à-dire sans 'pro-jet' :

> Elle apparaît « rarement » indépendamment d'un projet transcendant et d'une intentionnalité dirigée vers le monde. (…) L'affectivité ne se confond plus dès lors avec la conscience (du) corps, et dans la haine ou dans l'amour, la conscience affective saisit sur l'objet une certaine « tonalité » ; l'objet acquiert *une structure affective*[433] (…). (*Ibid.*, p. 103) (Je souligne)

La conception sartrienne octroie à l'émotion un projet, un *projet affectif* spécifique qui relève de la transcendance du *pour-soi.* Dans cette logique, la diversité des conduites affectives, que la recherche cherche à catégoriser sous les vocables que l'on connaît (tristesse, joie, colère, mélancolie, honte, admiration – et je 'confonds' volontairement des émotions d'ordre primaire et secondaire), s'accorde à la diversité de types de projets affectifs. Sartre emprunte à Max Scheler l'exemple de la douleur :

> Si j'ai mal à la tête, je puis découvrir en moi une affectivité intentionnelle dirigée vers ma douleur pour la souffrir, pour l'accepter avec résignation, ou pour la rejeter, pour la valoriser (…), pour la fuir. (Scheler, *cité par Ibid.*, p. 104).

Par contraste avec l'imaginaire caractérisé par de simples consciences affectives, les relations concrètes à autrui comme la haine ou l'amour sont onto-

[432] Qui est le thème de l'article de Philippe Cabestan, *Qu'est-ce que s'émouvoir?*
[433] Dans une note de bas de page, (*Ibid.,* p. 103), Cabestan précise que la structure affective de l'objet se réfère au phénomène de projection sur l'objet d'une certaine tonalité.

phénoménologiquement des *entreprises,* non pas un pur désordre ou une succession incohérente de mouvement :

> L'amour est une entreprise, c'est-à-dire un ensemble organique de projets vers mes possibilités propres. (*Ibid.*, p. 104)

La pensée patockienne me vient en écho à cette définition faisant de l'amour une œuvre – en grec, « *ergos* » -, celle relative à la réciprocité propre à l'amour, c'est-à-dire en synergie - « *sinergia* », qui renvoie dans la même étymologie à « œuvrer ensemble » -, et qui est attente savoureuse de possibilités tendues vers le futur.

5. UNE CONDUITE A PART ENTIERE : LES GESTES DE L'EMOTION

Plus loin dans sa réflexion à travers la dénomination, « les gestes de l'émotion[434] », P. Cabestan renforce le trait d'une émotion agissante sur l'objet qu'elle vise. Si l'émotion est une conscience du monde, elle est plus encore transformation de ce monde ; la colère est la conscience irréfléchie d'un monde-odieux, l'émerveillement, la conscience d'un monde-émerveillant ou la tristesse d'un monde attristant, etc. :

> En d'autres termes, l'émotion ne doit pas être décrite dans les termes d'une stricte relation sujet-objet, elle ne se rapporte pas à un objet sur le fond de monde inchangé mais l'émotion vise et accomplit une altération totale de mon ouverture au monde. (*Ibid.*, p. 105)

Ce qui est remarquable dans la posture de Sartre, c'est qu'elle élève le statut de l'émotion à une conduite trouvant son principe dans un projet – je pense au conatus spinozien dans le sens où la compréhension de l'émotion n'est accessible que si

> on cherche une *signification*. Cette signification est par nature d'ordre fonctionnel. (*Ibid.,* p.107)

Parler de *gestes de l'émotion*, n'est pas métaphorique mais bien phénoménologique. On se souvient que dans l'émotion, c'est le corps qui altère la conscience, modifie *ses rapports au monde pour que le monde change ses qualités.* Ce processus aboutit à la *conduite émotionnelle* - l'expression est éloquente, sommes-nous en présence d'une 'ergonomie[435] affective'?, - constituée en

[434] *Ibid.* p. 105.
[435] Au sens littéral d'ergonomie, dont l'étymologie nous ramène à l'œuvre, « *ε΄ρ γ ο ν* » (ergon) - action, travail - et entrant dans la construction de ; essentiellement dans les domaines de la biochimie, de la psychologie et de la sociologie. Parler d'ergonomie affective, c'est insister sur la dimension dynamique de l'émotion. Voir : http://www.cnrtl.fr/definition/ergonomie

> système organisé de moyens visant une fin ; la transformation non pas effective mais magique du monde. (*Ibid.,* p. 108)

Dans *L'esquisse d'une théorie de l'émotion,* Sartre ne définit pas de façon exhaustive le terme magique. Il se réfère à la définition d'Alain pour qui le magique est l'esprit trainant parmi les choses ; ou rapporte ce terme de façon plus pragmatique *à notre expérience d'autrui*, conception qui n'est pas sans conséquence dans la perspective d'une réflexion sur l'altérité.

6. LA PASSIVITE DE LA CONSCIENCE EMUE : EN CONTRADICTION AVEC L''*ERGOS*' AFFECTIF?

Pour Cabestan, la conception sartrienne de l'émotion prose un mouvement menant à une impasse dans le sens où l'émotion est une conduite 'pro-active', elle est magique, elle fait le monde. En ce sens, elle est bien un « *ergos* affectif » alors que plus loin dans son développement, Sartre présente l'émotion *véritable* comme une *conscience émue* ; une conscience qui s'aliène, totalement envoûtée et passive. L'émotion pose question avec ses formes et ses expressions, leur usage factice bien connus et qui constituent la comédie. Une analyse par contraste mettant en jeu le thème de *l'authenticité* déborde le strict territoire de la comédie théâtrale. Shakespeare ne nous dit-il pas que la vie est un grand théâtre? L'imaginaire, l'inauthenticité en lien avec la comédie[436] sont des aspects du vivre qui ont mobilisé l'attention du philosophe pour qui la comédie relève du « simple abstrait émotionnel » ou de l'« émotion fausse ». Par opposition, l'émotion véritable est toute autre, et je pourrais dire avec P. Cabestan que

> l'émotion fausse est à l'émotion vraie ce que la conscience esthétique[437] est à la conscience onirique. (*Ibid.*, p. 112)

Une ambiguïté se présente sous la forme d'une question : comment la conscience peut-elle s'émouvoir véritablement, perdre toute sa liberté et subir la souveraineté des « impressions » et des « agissements » du corps, et en même temps, avec l'aide de ce même corps, porter un projet, une intention dans le monde afin de le dénaturer? Peut-être ne faut-il pas confondre les phénomènes physiologiques, ces

[436] Voir les sections : « Image et émotion » et « L'œuvre d'art et la liberté » in LECARME, Juliette SIMONT, « SARTRE JEAN-PAUL - (1905-1980) », *Encyclopædia Universalis* [en ligne], consulté le 4 mars 2015. URL : http://www.universalis.fr/encyclopedie/jean-paul-sartre/

[437] Esthétique au sens de ce qui est motivé par la perception et la sensation du beau. Voir : http://www.cnrtl.fr/definition/esth%C3%A9tique

bouleversements du corps, à des conduites mais *distinguer les gestes* qui les constituent. Une réponse pointe en écho à la distinction schelèrienne entre l'état et la fonction de l'émotion. Par exemple, lorsque j'ai peur, je peux arrêter de fuir, rester là où je suis, sans pour autant pouvoir me retenir de trembler. Dans son projet synthétique, il semble que Sartre cherche à faire d''une pierre deux coups'. Il englobe dans l'émotion ces deux phénomènes. Finalement, le doute se lève lorsqu'on considère les manifestations physiologiques dans deux fonctions complémentaires : l'une est symbolique et l'autre hylétique, c'est-à-dire sa matière première. La peur, enclenchant la fuite, et avec elle, la course, manifeste l'intention de s'éloigner du monde qui m'effraie, les troubles physiologiques donne « le sérieux de l'émotion ». En comparant la vraie émotion à la fausse émotion, la croyance et la captivité de la conscience émue sont mises en relief car

> vus de l'extérieur », les phénomènes purement physiologiques de l'émotion tels que l'hypotonie dans la peur ou la tristesse, les troubles vaso-moteurs, les troubles respiratoires, etc., c'est-à-dire les phénomènes qui, « vus de l'intérieur », réflexivement, relèvent du corps-pour-soi. (…) Il faut dans l'émotion que le cadre formel de la conduite soit rempli par « quelque chose d'opaque et de lourd qui lui serve de matière.[438]

Finalement, la solution définitive à cette énigme s'offre à la faveur d'une captivité de la conscience en tant qu'elle n'est pas prisonnière de l'émotion mais :

> Bien plutôt que la conscience ne cherche aucunement à échapper à l'émotion, qu'elle s'absorbe dans son émotion, s'y complait et s'y enfonce toujours plus avant au point que « la conscience s'émeut sur son émotion ». On le sait bien, « plus on fuit la peur » car fuir l'objet magique « c'est lui donner une réalité magique plus forte encore ». En d'autres termes, de même qu'il y a une spirale de la violence, une spirale de l'obsession, il y a *une spirale de l'émotion*[439]. Désormais, prise par le monde qu'elle a constitué, la conscience y croit, elle ne peut plus en douter, et oubliant sa propre spontanéité, pense découvrir dans le monde le principe de sa captivité : c'est désormais le monde apeurant qui lui fait peur.[440] (Je souligne)

Dans ce mouvement, le rapport au temps change donnant naissance à une temporalité spécifique. L'expérience de l'ennui ou de la joie et de l'enthousiasme nous le démontre, l'un étirant la conscience du temps de façon interminable, l'autre le poussant à un rythme déformant la durée en un trop court instant. Ainsi, dans l'émotion,

> une foule de protensions affectives se dirigent vers l'avenir pour le constituer sous un jour émotionnel.[441](Je souligne)

---

[438] *Ibid.*, p. 113.
[439] Spirale que Cabestan relie à celle proposée par Descartes, c'est-à-dire, celle qui entretient et fortifie les passions. La version sartrienne - ou plus précisément interprétée par Cabestan - est la « version phénoménologique de la boucle cardio-cérébrale » dont il est aisé d'en imaginer l'expérience.
[440] *Ibid.,* p.115.
[441] *Ibid.*

On voit les types d'alliance scellant l'émotion et la conscience dans la pensée sartrienne. Ils sont à la fois de nature *hylétique, symbolique, temporelle et corporelle*.

Les alliances émotion/conscience
(à partir de J.P. Sartre)

7. LES DIFFICULTES DE LA CONCEPTION SARTRIENNE

La théorie des émotions proposée est séduisante, elle ouvre le regard sur l'horizon onirique et magique de l'émotion. En ce sens, je l'ai dit en commençant, sa contribution dans la compréhension des troubles psychopathologiques a été considérée comme signifiante. Le 'double' statut de la conscience tantôt complice tantôt 'proie' de l'émotion est provocateur à plusieurs titres. Il place le corps en tant que simple exécutant d'une conscience sachant ce qu'elle 'pro-jette' dans le monde et sur lui. La conscience modifie le corps ou s'ajuste à ses conduites. La pierre angulaire de l'esquisse de la théorie phénoménologique des émotions apparaît dans la spécificité du projet affectif de l'émotion. L'émotion se présente comme un phénomène à double détente. Par exemple, dans la peur passive, la conscience affective reste enfermée dans mon corps contenant, ne changeant pas les qualités du monde ; alors que dans la peur active, mon corps se trouve en quelque sorte prisonnier de la conscience émotionnelle, cette dernière me fait changer le monde en fuyant, en le fuyant. Toujours dans le lien avec l'intentionnalité affective de l'émotion, le cas de l'admiration illustre comment le monde lui-même se modifie de façon magique autour de soi. On peut remarquer la

liberté prise par le philosophe pour intégrer des phénomènes sous la bannière de l'émotion comme par exemple la douleur, le rire, le vertige, sans que soit précisé, à ma connaissance, leur parenté avec une affectivité originelle. Chaque émotion est-elle assujettie à l'unicité du projet affectif? Ce que P. Ricœur contredit, car pour lui, l'attitude magique est tributaire du « noyau passionnel de l'émotion-passion » et non pas de l'émotion elle-même (*cité par Ibid.*, p. 119).

Pour Charles Gervais[442], Sartre a toujours été en quête d'une intelligibilité de l'être-social ; pour ce philosophe, il n'est pas possible de réduire la conscience à une chose, la réalité humaine posée dans une tripartie de l'avoir, du faire et de l'être, est fondamentalement projet (1969, p. 103). Au final, sa conception de l'émotion comme une réalisation, une 'pro-tension affective' ou un projet affectif est donc fidèle à l'intuition de départ qui a fondé toute son œuvre. La double possibilité de l'émotion, celle d'une conscience qui émeut en même temps qu'elle est émue se tisse-t-elle dans le rapport dialogique entre deux entités à l'origine de l'Être[443] ? Le *Pour-soi*, présenté en tant que l'être qui se définit par l'action et dans un corps, et *l'En-soi,* qui se fonde dans une unité indifférenciée, sans fissure, et qui est toujours identique à lui-même? Enfin cette interlocution s'incarne-t-elle dans un espace, celui du corps ?

[442] Voir : url :/web/revues/home/prescript/article/phlou_0035-3841_1969_num_67_93_5477

[443] Les termes d'En-soi et de Pour-soi ont été créés par Sartre dans l'Etre et le Néant bien que Hegel soit à origine de ces concepts. Ils constituent à eux deux 'l'ontologie de Sartre et sa théorie du réel'. Dans certaines définitions, l'en-soi désigne le monde des choses physiques (une chaise ou un arbre). Cet univers est fixe et statique dans lequel les choses ont une essence, c'est-à-dire une fonction déterminée. Le Pour-soi, au contraire, renvoie au monde de l'existence. L'homme est donc un être pour-soi, autrement dit sans essence, il n'est qu'une existence libre jetée dans le monde. *C'est à lui de se construire une essence*. Dans cette acceptation se comprend mieux la formule courante emprunte de la philosophie de Sartre : « C'est à moi de faire quelque chose de ce que la vie a fait de moi ». Le Pour –soi est donc la possibilité infinie qu'à l'homme de se définir. On voit la place de la dimension émotionnelle dans l'incarnation de cette potentialité, pour la construire ou pour commenter son existence.

Le corps et les rapports dialogiques entre la double possibilité de l'émotion et les deux entités à l'origine de l'Être
(À partir de Sartre et Cabestan)

Le schéma ci-dessus figure cartographie les deux entités de l'être (L'En-soi et le Pour-soi), et la double possibilité de l'émotion (émouvante et émue). Dans cet espace constitué se comprend un lieu d'entrelacement et de dialogues entre le corps, l'être et la dimension émotionnelle.

Ainsi, en suivant la logique Sartrienne, le schéma suivant inscrit le corps au centre d'un processus spiralé (non figuré ici) où peut se comprendre la transmutation d'un objet (du monde incluant la personne seule, en dyade ou en groupe, toujours inscrit dans une communauté au sein de la société) par le travail herméneutique de la *conduite émotionnelle.* A l'arrivée, l'objet baigne dans le monde magique dans lequel l'émotion l'a emporté. Le corps est vu à l'interface de chaque étape de cette évolutivité, à la fois acteur-passeur, et récepteur passif modelé au gré du désir autonome d'une émotion elle-même pro-active et passive dans la mesure où elle s'émeut de la conscience émue qu'elle porte et transmet. Voici donc des éléments marquants de la conduite émotionnelle qui sont en quelque sorte les attributs d'une herméneutique affective sartrienne. Le corps, ce lieu d'incantation du monde magique est placé au centre du processus. Par ses deux dimensions, celle d'être un objet dans le monde et celle de constitué l'espace de vécu immédiat de la conscience, il joue un rôle déterminant dans la théorie des émotions proposée par Sartre. Je comprends la double possibilité nommée

plus haut comme l'ouverture à la force générique et heuristique de la dimension émotionnelle.

La conduite émotionnelle et le corps : Mise en scène d'une herméneutique

8. PREMIERES RESONANCES : L'EMOTION TRANSFORME LE MONDE

8.1 La notion de conduite émotionnelle

À l'issue de mon investigation, je suis marqué par l'emphase posée sur la notion de conduite émotionnelle dont la visée est la transformation (du rapport au) du monde. L'affectivité sartrienne présente une fonction herméneutique pour le sujet ému en même temps que c'est la conscience elle-même qui endosse la dimension émotionnelle en question. Des liens avec ma pratique se donnent. Expérientiellement, je constate la

portée transformatrice de l'expérience du Sensible, dont l'arrimage à la conscience matièrée de mon corps constitue la caractéristique fondamentale. Je pourrais dire, comme d'autres personnes expérimentant la pédagogie perceptive, que ma vision du monde se trouve altérée pendant et à la suite de la mise en action sous le mode du Sensible, cela s'opère concrètement en introspection, en dialogue manuel ou en gymnastique sensorielle. Et il n'est pas excessif d'affirmer que parfois, par contraste, l'expérience vécue et les renversements de vécus et de représentations révèlent un monde magique, sans qu'il soit imaginaire ou de l'ordre de la comédie. Pouvons-nous assigner à ces expériences « magiques » le statut d'émotion pour autant? Cette question rebondit sur certaines prescriptions sartriennes :

> Ainsi, le phénoménologue interrogera l'émotion *sur la conscience ou sur l'homme*, il lui demandera non seulement ce qu'elle est mais ce qu'elle a à nous apprendre sur un être dont un des caractères est justement qu'il est capable d'être ému. (Sartre, 1995, p. 23)

8.2 Le projet affectif

Le projet phénoménologique sartrien est bien d'unifier l'expérience émotionnelle, c'est-à-dire de ne pas l'éclater en composantes étrangères les unes aux autres. La psychopédagogie perceptive se donne les moyens praxiques d'un tel projet dans la mesure où le travail attentionnel déployé et éduqué sur le terrain de la pratique permet, tout en maintenant le sujet Sensible dans une unité expérientielle fondée sur l'attention, la perception, la mémoire (tissulaire et corporelle), et enfin, une nature d'affectivité que cette thèse cherche à élucider. Notre pratique ne pointe-t-elle pas l'exploration de microphénomènes, ou mieux encore, elle permet leur émergence spontanée depuis la profondeur du corps. Par ce processus, la personne accède à des descriptions d'expériences très fouillées avec une minutie remarquable mettant à jour des manifestations réputées inaccessibles par une perception naturaliste.

Le « projet affectif » de l'émotion m'interpelle au niveau épistémologique, méthodologique comme au plan pédagogique. Une fois encore, sur le terrain de la pratique et celui de la recherche, on connaît ce processus d'éveil de la conscience propre à l'émotion qui nous informe de nos états du corps, de nos dispositions à l'action comme de nos états d'âme. L'émotion porte un sens et dans les trois acceptations du terme (sensation, orientation de l'agir et compréhension). Il me semble que la proposition faite ici va plus loin et plus profond. L'émotion s'ancre dans le futur, elle

s'en va vers. En lien avec l'expérience vécue du Sensible, le type d'affectivité décrite dans ce contexte rend compte d'une *intentionnalité émouvante* propre à l'être plus qu'au faire, dans le sens où c'est bien au cœur de sa chair que la personne vit la mise en mouvement d'elle-même ; une mise en mouvement qui, bien qu'elle ne soit irréfléchie, se révèle intelligente, ajusté au noyau ontologique de la personne. Dans ce cas, le type de projet affectif émergeant n'est pas souvent assimilable à la catégorisation usuelle des émotions, dit autrement, la question se pose de savoir si la dimension émotionnelle sous le mode du Sensible initie des types de projet affectif inédits jusque-là.

8.3 Transformation des personnes et du monde

Le rapport à autrui est concerné dans la conception de l'émotion proposée par Sartre, elle modifie le rapport à autrui, mais également l'autrui lui-même. Or, une des singularités de la psychopédagogie perceptive à travers la contagion tonique et la réciprocité actuante[444] donne à voir des altérations de différentes natures. Parmi elles, je note les tonalités affectives propres à la réciprocité de présence entre le patient et le thérapeute, le formateur en dialogue avec l'étudiant, la personne et le groupe. Dans ce cadre précis, à chaque instant, des contenus de l'expérience d'autrui se voient altérés tout en altérant. Ne sommes-nous pas proche ici de l'expérience d'une conscience à la fois conscience émouvante et conscience émue?

8.4 Le corps agissant

La philosophie sartrienne met en avant le corps, un centre par lequel le monde magique naît et opère. Le corps est agissant, dans sa manière d'agir dans son objectivité comme dans sa réceptivité et sa passivité. Le corps est chez J.P. Sartre l'espace depuis lequel le point de vue sur le monde se donne, lieu de mémoire et organe de perception. C'est lui qui donne le sérieux des émotions et de toute affectivité, il est un « moyen d'incantation », le support de la croyance du monde qui s'élabore depuis lui.

Une fois encore, l'expérience vécue du praticien-chercheur en psychopédagogie perceptive trouve un écho dans la conception phénoménologique de l'affectivité du philosophe français dans la mesure où, sans le corps, pas de perception et pas d'accès à

[444] Cette expression renvoie à une altération de l'état interne de chacune des personnes présentes.

ce monde bouleversé. Pour le coup, et par contraste le plus souvent positivement, s'ouvre un monde bien magique, inattendu et imprévisible. Le monde au contact de cette réalité charnelle se trouve transformé comme cela sera confirmé plus loin dans le chapitre consacré à l'univers du Sensible.

En conclusion de son esquisse, Sartre promeut une phénoménologie *pure* et *progressive* par distinction à des disciplines de psycho-phénoménologie qu'il juge régressives. Ces propos valident l'irréductible place de la dimension émotionnelle dans la facticité de l'existence humaine, élevée plus encore au rang de *l'essence* de la réalité humaine :

> Mais si la phénoménologie peut prouver que l'émotion est une réalisation d'essence de la réalité-humaine en tant qu'elle est affection, il lui sera impossible de montrer que la réalité humaine doive se manifester nécessairement dans de telles émotions. Qu'il y ait telle ou telle émotion et celles-là seulement, cela manifeste sans aucun doute la facticité de l'existence humaine. (*Ibid.*, p. 124).

Les derniers mots de l'essai sartrien résonnent avec la structure même de cette thèse qui s'inscrit dans une perspective attribuant à l'empirie et à une conduite émotionnelle, celle de l'ému, une place privilégiée, et ce, à toutes les étapes qui la constitue :

> C'est cette facticité qui rend nécessaire un recours réglé à l'empirie ; c'est elle qui empêchera vraisemblablement que la régression psychologique et la progression phénoménologique se rejoignent jamais. (*Ibid.*)

Nous avons vu comment l'émotion transforme le monde et fait de lui sa demeure. Un autre philosophe va dans ce sens et le renforce, il s'agit de Maurice Merleau-Ponty.

CHAPITRE 8 : L'ESPACE-DEMEURE OU NOUS HABITONS, LES EMOTIONS CHEZ MAURICE MERLEAU-PONTY

La science manipule les choses et renonce à les habiter.

Ce corps actuel que j'appelle le mien,
la sentinelle qui se tient silencieusement
sous mes paroles et sous mes actes.

Faire parler l'espace et la lumière qui sont là.
Maurice Merleau-Ponty

1. IL NOUS FAUT APPRENDRE A VOIR : LE ROLE DES EMOTIONS

Dès le premier chapitre de la phénoménologie de la perception, Merleau-Ponty se positionne fermement contre la posture empiriste et intellectualiste qui, selon lui, considère l'être humain comme un simple récepteur de *stimuli, mettant de côté la signification émotionnelle* :

> L'empirisme exclut la perception de la colère ou de la douleur que je lis pourtant sur un visage, la religion dont je saisis pourtant l'essence dans une hésitation ou dans une réticence, la cité dont je ne connais pourtant la structure dans une attitude de l'agent de ville ou dans le style d'un monument. (Merleau-Ponty, 1945, p. 32)

L'expérience du vivre est une dimension vécue contenant une part émotionnelle. Cette dimension vécue est une donnée éprouvée avec et dans le corps. Pour l'auteur du *Visible et de l'invisible*, le corps *est* l'espace et non *de* l'espace, un *entrelacs de vision et de mouvement,* l'organe de visibilité des choses et de l'accès à l'Être. Si, comme l'a pensé notre auteur cité par Dousson, « le monde *est ce que nous voyons*, et que, pourtant il nous faut apprendre à voir » (2006, p. 65) (souligné par l'auteur), les émotions ont leur rôle à jouer dans cet apprentissage. Encore faut-il leur laisser le champ ouvert pour qu'elles nous l'apprennent. Selon Mazis (1999), c'est l'entreprise dans laquelle Maurice Merleau-Ponty s'engage en inaugurant le concept de « chair ». Ce concept révèle une rencontre et un événement philosophique indicible,

> dans la sphère commune à notre cœur et au « cœur des choses », avec la manière dont on est *affecté tout en cheminant vers* (…), avec la manière dont on est à la fois passif et actif, simultanément mais sans jamais être réellement l'un sans l'autre, car « être » est avant tout être « dans » cette

> situation spécifique que la philosophie occidentale n'a jamais su nommer. (p. 286)

Une fois encore, le corps se révèle être le socle de l'existence pour l'homme, un théâtre où se jouent les figures de la cénesthésie[445]. La philosophie merleau-pontienne propose une cénesthésie que je pourrais qualifier de 'cosmique' puisque le corps y est aussi l'espace, et sa chair (celle du corps), *la chair du monde*. En étant l'expression à la première personne de cette existence qui est la mienne s'évanouit toute différence de nature entre l'être humain que je suis et l'espace dans lequel j'évolue. En tournant le dos à l'empirisme, cette appréhension cosmique du sujet modifie le statut des émotions qui deviennent pour cette raison parties d'un plus *grand tissu de significations émotionnelles, de vecteurs et de puissances* ; elles rentrent en pulsation avec l'accueil et la répulsion, éléments essentiels à l'avènement de la vérité et de l'être. Plus encore,

> le corps tissé dans sa signification est l'être situé à l'intérieur du paysage de son existence : le corps est éminemment expressif. (Merleau-Ponty, 1945, p. 171)

Le corps : l'être situé à l'intérieur du paysage de son existence… et dans la chair du monde
(à partir de Merleau-Ponty)

[445] La cénesthésie définie la sensibilité organique qui, émanant de l'ensemble des sensations internes, suscite chez l'être humain le sentiment global de son existence, indépendamment du rôle spécifique des sens. http://www.cnrtl.fr/definition/c%C3%A9nesth%C3%A9sie/substantif

2. LE CORPS ET LA SPATIALITE DES EMOTIONS

Nous rentrons dans le domaine dynamique du mouvement et du déploiement des significations où le corps, vécu comme un paysage, est une entité émotionnelle. Entre nos émotions, nos désirs, nos attitudes corporelles, il n'y a pas seulement une alliance accidentelle ou même une relation d'analogie mais une véritable occupation dynamique de l'espace articulée à l'affectivité (et ici, le désir) :

> Le mouvement vers le haut comme une direction dans l'espace physique et celui du désir vers son but sont symboliques l'un de l'autre, parce qu'ils expriment tous deux la même structure essentielle de notre être comme être situé en rapport à un milieu, dont nous avons déjà vu qu'elle donne seule un sens aux directions du haut et du bas dans le monde physique. (*Ibid.*, p. 329)

Les émotions se définissent par conséquent en une circulation de *courants affectifs* où le corps et le monde sont des marées. Pour Merleau-Ponty,

> il y a un espace mythique où les directions et les positions sont dictées par de grandes entités affectives.446

Pouvons-nous comprendre que l'émotion se présente comme une force cinétique, elle-même contenu et contenant le monde tel qui nous apparaît et nous meut? Les émotions sont les manifestations premières, en tant que *pulsations d'être et d'habiter le monde*. Elles nous dotent de tendances diverses comme la curiosité immédiate, la répulsion ou l'amour en fonction de comment nous sommes saisis ou encore, la manière dont nous résistons, nous apprenons en éprouvant la direction de notre désir ; ressentant ce que redoute notre cœur, en saisissant de quoi dépend notre vie. Dans une amplitude plus grande, dans l'ouverture à une spatialité de l'affectivité, le philosophe émet une thèse que chacun de nous peut valider par son expérience propre, celle où

> notre corps et notre perception nous sollicitent toujours de prendre pour centre du monde le paysage qu'ils nous offrent. Mais ce paysage n'est pas nécessairement celui de notre vie. Je peux « être ailleurs » tout en demeurant ici, et si l'on me retient loin de ce que j'aime, je me sens excentrique à la vraie vie.[447]

Les émotions sont les lignes de force d'un espace singulier, « vécu » et « vivant », puisqu'elles en font l'*espace-demeure* où nous habitons. Quand la dimension de l'être émotionnel n'est pas prise en compte, l'homme est coupé d'une capacité d'orientation dans son existence. Privé de spatialité car lié à ses émotions de telle façon que celles-ci se manifestent comme des *tensions d'expressivité* en dehors de toute

[446] *Ibid.*, p. 330.
[447] *Ibid.*

intention dont l'homme serait la source. Malgré les points de divergence entre les deux philosophes, toujours selon Mazis, Merleau-Ponty s'accorde avec Scheler sur l'existence d'un courant d'expériences plus vaste que le 'Je' et le 'Tu' et les englobant dans des tourbillons ou des mouvements manifestant le plus grand entrelacement – divin chez Scheler, et de la chair du monde chez Merleau-Ponty (*Ibid., p. 299).* Les émotions demeurent un don, les « voix indirectes du silence » ; elles témoignent de nombreuses attractions et profondeurs. Elles sont une matrice de la signification des choses car consubstantielles de la mise en sens du monde dans leur déhiscence. A la fin de sa vie, le philosophe français remet en question les fondements de son concept le plus fondamental, celui de « *Gestalt* » qui ne peut se réduire au purement cognitif ; il y intègre la dimension émotionnelle de façon plus prégnante :

> L'entrelacement des connections issues des courants é-motionnels est essentiel à la cohérence d'un tout significatif. (*Ibid.*)

A contre–courant de la tradition philosophique occidentale, et par le biais de l'esthétique, Merleau-Ponty libère la dimension émotionnelle et le champ de l'affectivité du champ étroit dans lequel les Lumières les avaient barricadés. De nouveaux espaces compréhensifs permettent d'appréhender autrement la singularité qui les caractérise, à l'image de celui de la cénesthésie « cosmique » symbolisée dans l'illustration graphique ci-dessous.

Je ne résiste pas à un clin d'œil en direction de ma pratique car en effet, l'expérience en pédagogie perceptive m'a fait découvrir que le foyer de cet émoi dont parle le philosophe peut être localisé à l'ensemble de mon corps et dans sa profondeur silencieuse, comme le prononce Bois,

> il y a des silences tristes, des silences heureux, le silence nous donne toujours la tonalité de la personne.[448] (2006)

[448] Bois, D. (2006). CD, *Le moi renouvelé.* Paris, Point d'Appui.

Les émotions sont donc un lieu, un espace d'habitation animé de courants et de mouvements. Nous faisons l'épreuve de l'attraction de l'amour, de la répulsion oppressante du dégoût, du lent attrait des plaisirs ou du détachement de l'indifférence qui constituent autant d'espaces spécifiques selon notre propre rythme de pénétration (ou parfois, d'effraction) dans les choses, les gens, les ambiances. L'impulsion issue de cette prise de contact et de sa tonalité est soutenue par la sensation que nous pouvons avoir d'être affecté émotionnellement, c'est-à-dire par le prolongement de la signification émergente en nous. Merleau-Ponty nomme la « réversibilité de la chair du monde » cette manière d'être affecté tout en affectant son propre monde. Dans certaines circonstances de notre vie, nous sentons ces mouvements qui pénètrent silencieusement notre existence, ils sont palpables. Dans ce contexte, pourrions-nous concevoir l'émouvoir comme support de la sensibilité humaine? Glen Mazis note que ce phénomène humain a trop souvent été disqualifié par la philosophie occidentale[449] :

> Constamment esquivé le défi que constitue l'approche des émotions, en considérant ces modes de compréhension et d'habitation comme désespérément circulaires (…), qui ne donneraient pas accès à de nouvelles perspectives élaborées à travers cette expérience (…), pis encore, non seulement les émotions ont été perçues comme incapables de nous porter au-delà de nous-même pour découvrir de nouveaux aspects du monde (…), les informations glanées en regardant l'individu du côté des émotions étaient considérées comme dénuées d'intérêt, parce qu'elles sont d'une certaine manière fugitive, dynamique et singulières à chaque situation (…), la tradition a dévalorisé l'émotion comme simple projection ou simple trouble passif, la vérité ne se trouve dans aucune de ces deux acceptions, ou peut-être se trouve-elle dans les deux en même temps, ainsi que le mot « émotion » l'indique. (Masiz, 1999, p. 303)

3. L'EMOTION : UNE TONALITE DE L'HABITER DANS L'EXISTENCE

L'émotion est une sollicitation et une interpellation du monde. Elle nous oriente d'une façon particulière, avec un attachement corporel par lequel le monde est ramené à lui-même dans sa circularité avec toute la richesse des potentialités et du devenir que ce mouvement porte. Bergson considérait le contenu, la signification et la durée pour une seule et même chose, ne disait-il pas que

> Ce qui réel, ce ne sont pas les ''états'', simples instantanés pris par nous, encore une fois le long du changement ; c'est au contraire le flux, c'est la continuité de transition, c'est le changement lui-même (Bergson, 1938, pp. 7,8)

[449] J'ai à l'esprit le positionnement de J.P. Sartre à contre-courant des grandes avenues…

Dans le devenir de l'instant, la passivité et l'activité se rejoignent dans une *réversibilité de la chair*, l'émotion peut constituer le mouvement significatif de ce changement ; je suis actif au monde et je me soumets à lui, je suis ému autant que j'émeus, comme je bouge en tant que je suis bougé. Voilà posée une notion importante et novatrice, trop peu reconnu selon Mazis. Il est possible de présenter les émotions comme se jouant dans l'espace corporel, lui-même n'étant pas à dissocier de l'espace que constitue le monde. *Le monde des émotions et le monde de l'homme-ému se jouent sur un théâtre commun dont les manifestations pragmatiques sont des courants, des vagues, des mouvements signifiants, habitant le corps comme l'espace intégré du monde*. Ce mouvement affecte l'homme dans son corps et dans sa chair d'une façon qui le pousse à s'engager, sous forme de tensions d'expressions aux formes multiples et connues. La peur, la colère, la joie ou la tristesse sont les marques objectives de ces tensions en tant que processus de transformation de notre mode d'être au monde.

Nous pourrions dire que l'émotion est une des tonalités de *l'habiter* dans notre existence. Quand je suis « é-mu », « boule-versé », « re-mué », je ne suis pas toujours et totalement certain de l'impulsion à l'origine de l'activité dont je suis le théâtre, plus ou moins vivant, mais ce qui m'est assuré, c'est qu'il faut être deux, la « chose » que je touche et la « chose » qui me touche. L'objet peut être une personne (moi en l'occurrence), une chose, un événement de la vie stimulant mon être agissant, réflexif, affectif ou percevant. Cet événement peut m'être inaccessible, et seul le mouvement d'un courant affectif va faire naître le sens, c'est-à-dire l'orientation de la tension, sa sensation et sa signification. M. Merleau-Ponty inscrit de façon résolue l'émotion dans un vécu subjectif éprouvé. Cet éprouvé est de nature intracorporelle et extracorporelle. Le corps, lui, se révèle être un espace ému parmi d'autres espaces émus et affectés qui l'englobent**.**

Dans cette unité vécue, émue, nous sommes toujours au monde en tant qu'être mû et ému par de grandes forces affectives. Ces dernières portent un sens en tant qu'orientation dans l'espace et donc en nous-même ; un sens en tant que façon d'être dans une réalité affectée du monde et par essence, affectée en soi.

Parce que je suis en tension vers une 'ex-pression' pouvant à son tour résonner dans l'espace d'autrui attaché au mien par le courant affectif qui nous relie, la dimension émotionnelle porte en elle une signification sociale. La conception merleau-pontienne de l'affectivité, de l'affectibilité qui la conjugue, *réforme les* rapports intérieur/extérieur – dedans/dehors, de mon cœur/cœur des choses et des personnes.

Dans ce mouvement, elle reconfigure la définition-même de l'émotion. Qui avait pensé ou mieux décrit que ce philosophe comment dans l'é-motion, c'est le monde qui se déplace *vers moi*, et non seulement moi, qui m'extrayant de mon centre, pour aller *vers lui*? Dans cette circularité, non pas celle du cercle vicieux qu'on lui a trop vite assigné, mais celle plus vivante et infatigable *du devenir*, l'entrelacs qui me fait « chair », me fait « chair du monde », me relie au tout et le constitue. Par sa pensée arrimée dans le charnel, Merleau-Ponty élargit le concept de la résonance :

> Visible et mobile, mon corps est au nombre des corps, il est l'une d'elles, il est pris dans le tissu du monde et sa cohésion est celle d'une chose. Mais puisqu'il voit et se meut, il tient les choses en cercle autour de lui, elles sont une annexe ou un prolongement de lui-même, elles sont incrustées dans sa chair, elles font partie de sa définition pleine et le monde est fait de l'étoffe du corps.[450]

Pour finir, ce qui est réel dans les courants émotionnels, c'est le mouvement, le changement, le flux, fait d'assemblages et de ruptures, de compositions et de décompositions où « le corps peut s'étendre jusqu'aux étoiles », telle est l'image empruntée à Bergson par Merleau-Ponty.

4. PREMIERES RESONANCES : LE RAPPORT A L'ESPACE DES EMOTIONS

4.1 L'appui de la poétique

L'art est la révélation d'une sensibilité exquise.
Cézanne

La pensée merleau-pontienne est emprunte de poésie propre à l'art et aux artistes. Cette dimension présente dans son style littéraire m'a rempli d'un espace nouveau, m'a mis dans une ambiance de fraîcheur, là où je me sentais un peu contraint. « Le philosophe s'éprouve dépassé par l'être[451] », je tenterais l'analogie, « le philosophe s'éprouve dépassé par l'émotion ». La conception de l'émotion découverte chez Merleau-Ponty sort des sentiers battus car elle est à la fois éloignée des acceptions positivistes, et par certains aspects, elle se distingue de celles rencontrées jusqu'à présent dans mon investigation au sein du champ phénoménologique que j'ai choisi. La vision rencontrée est donc complémentaire des autres présentées jusqu'à présent. J'y

[450] Merleau-Ponty, M. (1964). *L'oeil et l'esprit*, Paris : Gallimard, p. 19
[451] Merleau-Ponty (1953), Éloge de la philosophie et autres essais, Paris : Gallimard, p. 18.
Voir :http://classiques.uqac.ca/classiques/merleau_ponty_maurice/eloge_de_la_philosophie/eloge_de_la_philosophie.pdf

reconnais un intérêt commun pour la *perception*, *le corps*, la *corporéité subjective* d'un corps-sujet, d'un corps senti et porteur d'une conscience vivante pour son propriétaire. D'autre part, Merleau-Ponty accorde une valeur insigne à la force d'altération de l'émotion sur le vécu en lui attribuant un statut d'organicité 'intelligente', bien différente de l'attribution courante et réductrice de perturbation.

4.2 Espace-demeure de l'émotion

Incontestablement, la dimension de la spatialité de l'émotion a retenu mon attention. Celle de la dynamique liée aux courants affectifs, de différents calibres, les grands débordant le sujet lui-même tout en l'incluant, comme ceux, présents dans l'enceinte de son corps agissant sur les plus vastes. L'émotion comme espace-demeure ou habitation désigne avec éclat certains vécus d'ordre sensoriel, réflexif, subjectif, et de nature affective liés à la dimension du Sensible. En résonance et sans métaphore avec la pensée du philosophe, la contagion affective vécue en pratique manuelle, gestuelle ou introspective, sous forme d'aller-retour entre les espaces intrapersonnel et interpersonnel, modifie l'univers relationnel et le monde qu'il actualise sous la forme de la relation sensible à soi et à l'autre. Le climat émotionnel sous le joug de la réciprocité actuante illustre cette habitation de l'émotion et plus largement de l'affectivité.

4.2.1 Un exemple : une méditation sur le mode du Sensible

Je veux illustrer les propos tenus ci-dessus à l'aide de l'exemple suivant. Dans un moment de silence, celui d'une méditation sur le mode du Sensible, l'émotion de confiance ou/et de sérénité, de chaleur ou d'amour constitue l'espace-demeure dans lequel tout mon être peut se déposer, s'installer, siéger et vivre. Plus encore, je dis que la pédagogie perceptive donne au sujet les moyens de créer son espace-demeure, d'y séjourner, d'apprendre à recevoir et à voir son existence depuis cette 'fenêtre affective' particulière. C'est le projet du point d'appui qui consiste à s'installer au sein d'une immobilité de repos, en proposant, par un arrêt de l'activité objective de ma vie quotidienne, un nouvel espace d'habitation en moi, dans lequel peut se construire, dans le silence d'une subjectivité incarnée, un climat affectif de confiance lié à la lenteur, à la douceur ou/et à la chaleur. L'émotion vécue de quiétude (que l'on peut associer au terme « sécure ») bien qu'elle soit intérieure à mon corps, peut aussi être perçue dans le

corps de l’autre, des autres, du groupe. La contagion affective de sérénité présente et expérimentée dans une méditation collective correspond-elle à ces forces affectives, ces courants émotionnels balayant des zones de turbulences affectives, présentes dans les corps, dans les personnes et dans leur coeur, comme le ferait le vent avec les nuages? La source de ces courants affectifs n’est pas totalement originaire des seuls corps, personnes et cœurs présents dans la salle, puisque des courants linéaires extracorporels (mouvement de base) organisent, mettent en mouvement l’espace subjectif qui englobe les participants, mais que par ailleurs les participants, leurs corps propres, corps-sujet, affectés et cœurs émus viennent altérer à leur tour. Nous atteignons l’entrelacs, le « chiasme » merleau-pontien en tant qu’une expérience phénoménologique pratique, comme support dialogique d’un moment de création, de mise en forme d’un futur individuel et interpersonnel.

L’émotion du Sensible comprise comme émotion dans la chair et de la chair me fait vivre dans sa majestueuse coulée silencieuse, une animation émouvante, à très bas régime, englobant l’étendue et la profondeur de mon corps, et parfois l’espace autour de moi. Une *vivance émotionnelle infatigable de devenir*, du mien, de celui que j’accompagne ou que j’écoute, du groupe dans lequel je me trouve, et au-delà de la pièce dans laquelle nous sommes. Tout à la fois sartrien et merleau-pontien, l’espace-demeure d’une émotion de la vie elle-même se tient là, comme une sentinelle silencieuse. Il anime l’espace et la luminosité, l’imaginaire et le rêve ; il soutient les paroles et les actes. Cet espace très particulier, corporel, fait de la chair du monde, éveille le cœur de ma matière, habite, renouvèle et colore ma présence aux choses qui composent mon existence.

CHAPITRE 9 : L'ETRE-LA EN TANT QU'AFFECTIVITE VECUE, LA *STIMMUNG* CHEZ HEIDEGGER

1. L'ETRE-LA EN TANT QU'AFFECTIVITE : ONTOLOGIE AFFECTIVE DE L'EXISTENCE

À plusieurs reprises dans cette troisième partie, le terme allemand « *Stimmung* » a été utilisé. Sa signification a été posée dans la section concernant la phénoménologie du cœur (Depraz, Honoré), en référence à Husserl. Rares sont les philosophes phénoménologues s'étant penchés sur la question de l'affectivité ne faisant pas usage de la « *Stimmung* » dans le développement de leur pensée, sous sa formulation originelle germanique ou traduite par « tonalité affective » ou « disposition » en français, « feeling » et « disposition » en anglais. Sans être redondant, je voudrais aborder la spécificité heideggérienne liée à une notion fondamentale, puisqu'elle définit « l'être-là en tant qu'affection (*Befindlichkeit*)[452] » :

> Elle [la *"Stimmung"*] est une modalité permanente de la vie subjective permanente, c'est-à-dire en constante transformation et constant renouvellement, comme co-détermination continue de l'ensemble de la vie subjective. Cette permanence instable d'une modalité continûment présente et continuellement variable est ce que Heidegger a si clairement thématisé dans sa définition de la Stimmung, en tant que détermination co-originaire du comprendre qui caractérise le *Dasein*. (Lavigne, 2010, p. 15)

La puissance de révélation du *Dasein (être-là)* prend sa source dans la disposition affective (ou encore dans l'*humeur)*. Elle permet à cet « être » par sa tonalité spécifique, son humeur ou sa disposition, de faire l'épreuve affective du « là » ; dans l'être-là, c'est-à-dire dans le *Dasein,*

> La disposition affective à chaque fois déjà découvert l'être-au-monde dans son intégralité, elle seule rendant d'abord possible un se-diriger-sur (…). (Heidegger cité par *Ibid.*)

Pour Heidegger, le sens est assujetti à l'affection, *le comprendre est toujours affectivement accordé*. En ce sens, l'affectivité vécue révèle un premier caractère phénoménologique : elle est la première porte donnant accès à la fois au monde, au *dasein* (l'être-là) et à l'existence. En se présentant comme une *saisie anticipatrice de*

[452] Au paragraphe 29 de « Être et Temps », intitulé « L'être-là en tant qu'affection (Befindlichkeit) » **Source spécifiée non valide.**.

possibilités pratiques, l'affectivité désigne une des formes génériques de l'être en vie. D'autres penseurs parleraient d'un arrière-plan perceptif, d'un fond affectif sur lequel le monde prend sa couleur (Damasio, 2003, 2005). Husserl parlerait de *l'intentionnalité.* Certains experts considèrent que le *dasein* (l'être-là) est à M. Heidegger ce qu'est l'*intentionnalité* à Husserl, (la conscience est la conscience de quelque chose, elle 'va vers', 'se tend vers' l'objet dont elle se sépare ontologiquement). Par cette caractéristique, la « *Stimmung* » fonde l'ontologie affective de l'existence. Être présent, n'est-ce pas faire l'épreuve de soi dans l'existence? Cette mise à l'épreuve de soi dans la présence fait que nous entrons dans le monde – « c'est l'affection qui ouvre la dimension mondiale » (Escoubas E. , 2008, p. 271). Sous la désignation de la *résonance*, Bernard Honoré[453] propose un lien phénoménologique fondateur entre la présence et l'affectivité.

2. LA RESONANCE : UNE DOUBLE ALTERATION

Nous entrons en relation avec notre existence par une vibration propre, elle exprime le ton particulier avec lequel nous sommes disposés à être consciemment en réception du monde, et ce processus constitue la résonance. Selon Rorschach, le mot *résonance* a

> l'avantage de désigner un phénomène purement réceptif et, en même temps, sélectif, puisque le corps élastique qui entre en résonance ne résonne pas à tous les sons, ne résonne qu'au son qu'il est lui-même capable de rendre.454

En s'alliant à G. Bachelard, B. Honoré redonne des lettres de noblesse à l'affectivité :

> Si nous avions la sagesse d'écouter en nous-même l'harmonie du possible, nous reconnaîtrions que les mille rythmes des instants apportent en nous des réalités si exactement complémentaires que nous devons comprendre le caractère finalement rationnel des douleurs et des joies à la source de l'être.[455]

La résonance est donc la clé d'accès mais aussi le moteur d'un processus de désorganisation ou de création réorganisatrice de l'être en vie. Les états émotionnels, sont les résonances des rapports dialogiques entre intériorité/extériorité et/ou

[453] Philosophe français, psychiatre et formateur dans le domaine du soin et de la formation déjà présent dans le chapitre 1 consacré à l'expérience. Son œuvre prend appui sur des concepts phénoménologiques, et notamment sur celui de la "Stimmung" de Martin Heidegger. J'ajoute que le paradigme du Sensible s'appuie, dès son origine, sur son œuvre qui fait une large place à une conception renouvelé du soin et de la présence en formation.
[454] Honoré, B. (2006). *L'épreuve de la présence*, Paris *:* L'Harmattan, p. 64
[455] Bachelard cité par Honoré, (2006) *L'épreuve de la présence*. Paris : L'Harmattan, p.24

extériorité/intériorité, et les manifestations sensibles de phénomènes de rupture, de désorganisation des modèles perceptifs et actifs, nécessitant la création de nouvelles réponses. La mélancolie, l'angoisse, la joie ou encore l'étonnement et l'émerveillement montrent la diversité des disponibilités de se tenir dans le monde. L'affectivité est donc cette disposition - *« Stimmung »* - et donne à cette dernière la faculté de résonner et d'être résonnante.

2.1 Les tonalités affectives : une « herméneutique » du vivre dans l'existence

Dans son analyse de la pensée heideggérienne, E. Escoubas nous précise le type d'alliance *entre l'affection et la compréhension*. A mon sens, bien qu'elle n'emploie pas le concept de résonance, ses explications renforcent la signification de ce terme à consonance physique et musicale, et la raison d'être de son évocation comme pierre angulaire d'une réflexion phénoménologie de l'affectivité. Peut-être il y a-t-il à la clé un argument supplémentaire contre les préjugés simplistes qui placent l'affectivité dans les rangs de l'irrationalité :

> L'affection et la compréhension sont posées comme réciproques et presque semblables : elles se recouvrent l'une l'autre. Pas d'affection sans compréhension, pas de compréhension sans affection : l'affection est toujours compréhensive, et la compréhension est toujours affective. Pourquoi? Parce qu'elles sont toutes en quelque sorte « ouvreuses » et « ouvrières » du sens. C'est toutes deux, dans leur connexion et leur quasi-équivalence, qui font du sens – qui « font sens ». (…) Il s'avère alors que l'affection est le premier accès au « sens » : l'affection est herméneutique. Ou la compréhension est affective. (Escoubas, 2008, p. 273)

B. Honoré, philosophe bienveillant sur les modes de présence en soin et en formation, s'est penché sur l'épreuve de la présence. Cet intérêt l'a conduit vers Heidegger et à proposer la résonance comme une gamme en trois tons majeurs : *la surprise, l'étonnement et l'angoisse.* Ces modes de résonance donnent le ton à notre expérience du vivre. Ils forment les tonalités affectives avec lesquels nous entrons en contact avec le monde, mais aussi, et c'est le principe de la résonance, comment le monde entre en fréquence avec nous. Dans ce jeu en réciprocité, à travers la tonalité affective, s'opère une herméneutique du vivre de l'existence et dans l'existence. La surprise et l'étonnement dynamisent l'accomplissement de soi et de l'autre dans la joie. L'angoisse nous révèle le « pas chez-soi », l'isolement ou la solitude face à l'être, et pousse l'écart entre l'ontologique et l'ontique – qui donne la présence d'une existence concrète - à son extrême. « Ce qui angoisse l'angoisse est l'être-au-monde comme

tel[456] » (Heidegger *cité par* Brun, J., 2015). Quant à l'espoir, il dévoile un possible et par là, stimule la disposition à la formativité. Selon B. Honoré, cet ensemble de dispositions fondamentales ouvre des perspectives de transformation, de formation et de déploiement tout au long de notre trajet de vie. La résonance nous affecte par tonalité, et la tonalité fait toujours retentir un degré d'accordage de notre être-au-monde :

> Dans la résonance, la tonalité est ce qui se donne à entendre, pour qui peut y entendre quelque chose - c'est-à-dire l'homme en son existence - dans sa « tenue » dans le monde. C'est à partir de cette tonalité de la résonance qui retentit en nous affectant, que nous déterminons notre manière d'être.[457]

Ainsi,

> Ma disposition à tel ou tel état, soit tel que je m'éprouve au contact de quelque chose, apporte essentiellement la norme selon laquelle juger de quelle manière je trouve les choses et tout ce qui vient à ma rencontre.[458]

Faire l'expérience de quelque chose, c'est éprouver cette chose en fonction de certaines préoccupations qui peuvent êtres utilitaires ou en rapport avec mon existence. Dans cette logique, *éprouver* est le sentiment que je ressens et que j'exprime à l'égard de l'expérience qui est la mienne. *La résonance dans la présence est le sujet en ce qu'il ressent* dans l'expérience d'un objet, d'un événement, d'une personne (qui peut être lui-même ou son idée). S'éprouver soi-même, c'est la mise à l'épreuve de l'expérience dont je suis affecté, prédisposé à l'être d'une manière unique, plus encore :

> Dans la mise à l'épreuve de soi, c'est la tonalité de la présence à soi, donc le sentiment d'existence découlant de l'affection par cette tonalité, qui est premier. Nous pensons et agissons dans toute mise à l'épreuve de soi à partir d'un sentiment de l'existence. (Honoré, 2006, p. 81)

2.2 L'affectivité : une pluralité qualitative interne

À la faveur d'une conception du « vivre » en tant qu'une expérience effectivement éprouvée, *l'affectivité se révèle être une des modalités fondamentale de l'existence*. Pour Lavigne, nous avons là le deuxième caractère phénoménologique de l'affectivité. La spécificité de la vie subjective est un éprouvé de la vie elle-même, par contraste avec d'autres de ses aspects, comme ceux de la vie physico-chimique (organique, biologique, ou neurologiques), liés à une physiologie interne ne participant pas à la vie effective du sujet. Sans être réduite à la vie consciente pour autant, la vie

[456] Voir : Jean BRUN, « ANGOISSE », *Encyclopædia Universalis* [en ligne], consulté le 6 mars 2015. URL : http://www.universalis.fr/encyclopedie/angoisse/
[457] *Ibid.*, p. 66
[458] Honoré, B. (2006). *L'épreuve de la présence*, Paris : L'Harmattan, p. 81.

subjective, la seule que nous éprouvions, est par ce fait-même « la seule vie effectivement vécue ». Elle nous installe dans le monde comme un « là » éprouvé - l'être-là (*Dasein*) - depuis une certaine tonalité. Celle-ci donne la valorisation affective à chacune de nos activités :

> Ainsi l'expérience subjective (qui inclut aussi l'expérience de la relation sociale en tant qu'affectivement qualifiée) manifeste déjà par elle-même une pluralité qualitative interne des sentiments, qui permet de les distinguer, de les décrire dans leurs différences typiques, au point que le lexique des passions en vient à désigner ces vécus comme s'il s'agissait d'essences : on parle de « l'amour », « l'ambition », « la fierté », « la haine », « la tristesse », etc. (Lavigne, 2010, p. 18)

2.3 L'éprouvé qualitatif de l'existence vécue

Avec l'affectivité se dessine le territoire de l'éprouvé qualitatif de l'existence vécue dans une espèce de *nuancier* de couleurs émotionnelles et affectives subtilement composé de sensations, de perceptions, d'émotions, de sentiments, d'états d'âme, de pensées, de mises en sens, etc. Comme tout nuancier, y figurent des zones colorées aux tons lumineux ou diaphanes, chauds ou froids, secs ou humides. Métaphoriquement, la « *Stimmung* » est un nuancier de tons qui définissent ma couleur au monde dans lequel je suis 'pro-jeté' et qui m'affecte dans une même temporalité. L'observation de ma vie quotidienne illustre avec éclat cette donnée plurielle.

Dans le but d'exemplifier la pluralité qualitative interne de l'affectivité telle que je la comprends chez Heidegger et pour faire le lien avec l'image du nuancier je vais évoquer quatre tonalités affectives en me référant à une relation sociale signifiante, celle du père que je suis. Parmi la richesse des vécus éprouvés, il y a les manifestations affectives sous la forme de couleurs émotionnelles (qui sont réellement vécues et ressenties comme telles pour moi): 1) La disposition ou tonalité affective et 'bleutée' de la joie et de l'amour - de la joie d'amour finalement - lorsque je retrouve mes enfants, deux jeunes adultes maintenant, après une année d'éloignement, 2) elle est autre que la disposition affective dans une luminosité 'mauve pâle' de ma mélancolie qui habite mon être en résonance au cœur d'un père quand les mois passent, sans contact avec l'une ou l'autre. 3) La tonalité affective ' verte', 'jaune' ou 'bleue claire' de l'étonnement m'enveloppe et m'apaise quand je reçois un de leur rare message-courriel ou à l'occasion d'un dialogue avec l'une d'elles par skipe. Ces temporalités me 'dis-posent' instantanément dans un espace constellée de remémorations de petites

séquences volées au temps d'une vie éloignée et liées à leur présence dans mon existence. Enfin, 4) la tonalité sombre et presque 'noire' de d'angoisse lorsque j'expérimente ou j'imagine une existence privée de ces liens est bien différente. Émergent parfois la culpabilité, la honte, la colère ou le remord vis-à-vis de mes choix de vie. Dans cette expérience relatée sous quatre aspects différents non exhaustifs de la résonance avec ces liens tels qu'ils se vivent pour moi, pourrions-nous affirmer avec E. Escoubas et F. Lavigne que la *Stimmung* se révèle entièrement affectivité au point de les confondre toues les deux? Ces tonalités personnifient ma présence et constituent la substance dialogique de mon rapport au monde, à toutes les personnes et les choses, à tous les événements qui le constituent.

Mon existence est donc ce nuancier d'éprouvés comme le support d'une mise en sens qui ne vient pas *par après et en différé* des couleurs affectives de ma vie, mais en forme la substance-même. Quels que soient les couleurs et les tons, le nuancier, ce matériau en constante reconfiguration reste le socle de ma tenue dans le monde, ses expressions et son support sensible, affecté et altérant. Il est donc, et paradoxalement, cette terre sans cesse mouvante constituée par la diversité qualitative des vécus qui sont les miens et ceux de deux jeunes adultes placées comme telles dans l'espace unique de mon existence ; que ces vécus soit perçus ou non, qu'ils soient conscients ou non, partagé ou non dans toute leur profondeurs. Ils varient d'une circonstance à l'autre, tissent une qualité de reliance dans la trame imprévisible et concrète de notre lien, dans le chemin se faisant depuis nos co-présences visibles et invisibles, proches ou éloignées.

3. LES QUASI-EQUIVALENCES ENTRE L'AFFECTIVITE ET LA « *STIMMUNG* » : LE « PENSER » EST-IL AFFECTIF?

L'affectivité prend sa place souveraine au fur et mesure que ses liens avec la *Stimmung* se précisent. En restituant les six motifs topologiques de la « *Stimmung* » heideggérienne proposés par Eliane Escoubas (2008, pp. 270-275) sous la forme de six « quasi-équivalences », se précise la thèse de la co-appartenance, de la co-extension de l'affectivité et du vivre dans l'existence[459]. L'auteure utilise le vocable « affection »,

[459] Deux notions que l'on fait chevaucher aisément l'une sur l'autre. Je m'allie aux auteurs leur donnant des sens distincts et pour qui, vivre s'adosse au « bio » et exister au « Zoï ». Le second se réfère à l'expérience vécue dans laquelle le sujet participe au sens de ce qui lui est proposé. Le premier porte une autonomie souveraine mais non inaliénable et s'associe davantage à l'organique. Je note que la pratique

comme une dimension irréductible de l'affectivité : 1/ Affection et *Dasein* : le *Dasein* (l'*être-là*) comme l'affection sont des « ouvertures » c'est-à-dire que leur mouvement sont toujours pour l'un et pour l'autre *caractérisés par un* 'en avant de soi', *un* 'sortant de soi', '*un*' 'hors de soi'. Dès lors, pour Heidegger, l'affectivité ne peut pas se comprendre comme une structure dedans/dehors.

> L'affection serait [-elle] une sorte de sensibilité qui « sent », sans que ce soit par l'intermédiaire d'un sens – donc une sensibilité qui ne serait pas identifiable à une quelconque réceptivité? (Escoubas, 2008, p. 272) ;

2/ Affection et notion de phénomène : l'affection coïncide avec l'apparaître et en ce sens, elle est le mode même de l'apparaître. On l'a vu, elle n'est pas obligatoirement « connue », mais « découverte », pas davantage connaissance, mais « découvrante » ; 3/ affection et le comprendre : je l'ai développé plus haut, « pas d'affection sans compréhension » et inversement, « pas de compréhension sans affection » ; 4/ mode d'affection et mode du monde : comme le *Dasein* est « être au monde » et que son lien a été scellé avec l'affectivité, « il va en ressortir que l'affection est, elle aussi, « être au monde ». Mieux encore, l'affection est « monde » - non pas entendu comme un ensemble d'étants, mais comme ce monde « auquel » le Dasein « est » - étendue comme le « faire-monde » du monde. L'affection a la structure de la mondialité. On doit pouvoir dire réciproquement : l'affection est monde, le monde est affection » (*Ibid.,* p. 273). Dans cette quasi-équivalence affectivité/monde, l'affectivité est la capacité à « faire » et l'affection est la « façon » de son « faire-sens » et de son « faire-monde ; 5/ affection et « vérité » : la vérité doit être entendu comme dévoilement, plus précisément la tension entre de voilement et le dévoilement. On comprend mieux comment l'affectivité est scellée à cette « vérité » arrimée à l'apparaître ; 6/ affection et temps originaire car pour Heidegger, vivre, *c'est se soucier*, verbe qu'il faut comprendre dans un sens relationnel à la vie –comme ce qui met la vie au monde en quelque sorte. 'Se soucier' entendu de cette manière, c'est affirmer l'être envers le monde, avec le monde et dans le monde ; à la fois en tant que direction et en tant que directive[460]. L'adhérence du temps originaire (autre que celui qui accumule de façon linéaire les 'maintenants') avec l'affection sonne comme une évidence pour E. Escoubas,

> de même que nous avons vu tout à l'heure que la vérité est « affective », on pourrait dire, non seulement que l'affection est temporale (de l'ordre de la

---

de la pédagogie perceptive inaugure à sa façon une conscience accordée et dialogique à ces deux instances de « l'être-là dans sa vie ».

[460] Bergeron, J. (2010). Vie et mort chez Heidegger, Henry et Levinas. Mémoire comme exigence partielle à la maîtrise en philosophie, Université du Québec à Trois Rivières.

> temporalité originaire), mais aussi que la temporalité (originaire) est « affective ». (*Ibid.*, pp. 274, 275)

À la sortie de cette série d'associations dont à chaque fois, l'affectivité se trouve relevée, 'é-levée' dans sa présence, la philosophe française amorce une dernière ouverture, plus radicale que toutes les autres, en affirmant le rapport de l'affection avec le « penser » : le penser ne pense jamais sans « façon » (nommé dans la 4ème déclinaison relative au « faire monde »). L'auteure rassemble toutes les quasi-équivalences dans une sorte de feu d'artifice :

> L'affection ou la *Stimmung* est « façon » du Dasein, « façon » de la compréhension, « façon » du phénomène, « façon » du monde, « façon » de la vérité, « façon » de la temporalité. En un mot donc : « façon » du penser. (*Ibid.,* p. 275)

Six motifs topologiques de la Stimmung –
Co-appartenance, co-extension de l'affectivité dans le vivre de l'expérience
(À partir d'E. Escoubas)

4. LE RAPPORT PREMIER AU CORPS DANS LA PENSEE DE M. HEIDEGGER : ONTOLOGIQUEMENT ANGOISSANT !

J'ai commencé mon exploration de la pensée de M. Heidegger, et reconnais ne pas avoir été allé bien loin. Son style de pensée ardu et un peu sombre m'a confronté. Malgré de rares passages joyeux et émerveillés, le contenu auquel j'ai eu accès m'a laissé par moments dans une tonalité 'angoissée'. Par contraste, les envolées merleau-pontiennes m'apparaissent quasi 'mystiques'. Est-ce en isomorphisme avec l'angoisse justement, cette tonalité que le philosophe allemand a qualifiée de fondamentale et

suprême auprès d'autres comme l'ennui et la joie (quand- même !)? L'articulation entre la conscience et le fait de vivre par le *Dasein* (l'« être-là », pierre angulaire de son œuvre), le dissocie de Husserl et du matérialisme dialectique dans lequel la question du corps reste en suspens. Mais me faudrait-il préciser davantage l'être-là comme « l'être qui est ici sur place, immédiatement présent », et me rallier à une définition de l'être comme étant une conscience immédiate et la joindre au concept de l'intentionnalité de Husserl ? Ces deux notions placent une dynamique de tension, celle d'aller vers, de se diriger

4.1 Une tonalité sombre pour moi

Le corps prend place dans la pensée heideggérienne, mais, et je l'ai compris de cette manière, un peu 'à reculons'. Je veux dire, sans enthousiasme fondamental, puisque la tonalité fondamentale du vivre heideggérien apparaît plutôt sombre, avec une *Stimmung* marquée par l'ennui et surtout, par l'angoisse. Angoisse liée, on l'a compris, à un corps dont la finitude en fait un « mouroir », un « habit périmé » pour une conscience qui, elle, poursuivra sa route ; cet *à priori* philosophique conduit une disposition du vivre, où, justement, il est fondamentalement désagréable de vivre dans un corps humain. Cette projection - ou plutôt, cette réduction du corps - questionne-t-elle la posture fondatrice de la phénoménologie comme ancrage à l'immédiateté propre aux choses telles qu'elles se donnent?

- Un vivre habité par le mourir ?

Pour le dire plus crument, avec M. Heidegger, sommes-nous dans une phénoménologie à tendance '*nécrosique'* - c'est-à-dire toujours dépendante d'un processus d'altération aboutissant à la destruction - par contraste à une autre évoquée plus tôt avec Michel Henry, bien *plus vivifiante* pour moi et à plein d'égards? En jouant avec les mots et les concepts, je pourrais dire que la pensée d'Heidegger est une *Stimmung* scellée dans un « vivre » habité par un « mourir »[461] et donc, par l'« absurde ». En séparant la vie en deux masses phénoménologiques, l'une, celle de l'*existence*, et l'autre de celle *ce qui existe*, l'*être* d'un côté, les *étants* de l'autre, Heidegger place l'existence humaine comme une conscience d'être là, sur place, présent

[461] « Mourir » non vivant ici, car il y a bien des morts porteuses de vie comme on l'a vu avec Patocka.

dans l'immédiat. Je comprends que le concept de Dasein comme naissant à cette jonction. L'affectivité prend place dans cet univers à travers la *Stimmung,* cette disposition 'é-mue' à résonner dans des tonalités de présence, dans « ce maintenant » et « cet ici ». Cette *humeur* du vivre, on l'a vu avec E. Escoubas, est un sentir, un comprendre et un penser primordial et par là, ce mode d'être au monde établit *l'homme affecté et affectant dans le vivre* au cœur de la pensée du philosophe allemand. Un homme affecté dont la matière corporelle n'a pas été clairement 'convoquée'[462] ou discutée. Je réitère mes réserves quant à cette appréciation au regard de mon engagement lacunaire dans l'œuvre du philosophe.

Expérientiellement, au moment de clore mon parcours avec M. Heidegger, je me vis dans un état d'âme mitigé ; je ressors d'un chemin tortueux pour ma pensée, le cœur un peu serré mais la conscience assurément éclairée sur des pistes sérieuses pour mon projet que je ne lâche pas, celui de mieux comprendre la dimension émotionnelle et le champ de l'affectivité dans le vivre de l'homme.

4.1.1 Un dynamisme affectif fondamental : l'affectivité, un acte à part entière…

Une fois de plus, l'affectivité se présente phénoménologiquement comme un dynamisme-affectif fondamental, ce qui la relie comme principe au concept spinozien de *conatus*. Avant de développer mes premières résonances, j'ai débuté et je vais clore cette section avec P. Lavigne. Ses propos sonnent en consonance avec mon expérience tant sur le plan de ma pratique que sur celui de mes propres réflexions à l'issue de mon exploration heideggérienne :

> En effet, pour que ce conatus désirant et pro-jetant nous rende sensibles au monde, encore faut-il qu'il soit lui-même d'abord originairement manifesté à l'ego qu'il traverse et porte : si mon désir fondamental de vie et de joie ne m'est pas d'abord originairement révélé à moi-même, comment pourrais-je être capable de la moindre émotion, du moindre affect, même simplement sensoriel? La simple sensation implique en effet d'emblée un niveau minimal d'attention éveillée, c'est-à-dire de la tension consciente d'un se-sentir sentant, faute duquel aucune qualité sentie ne peut apparaître. Or, si l'affectivité fondamentale profonde requiert, pour sa propre manifestation subjective, l'exercice d'un se-sentir primordial plus originaire encore, c'est à l'éprouver absolument originaire ce qu'est ce se-sentir primordial qu'on doit réserver proprement le nom d'affectivité. Le mot reprend alors, dans un tel emploi, toute sa valeur et sa force originelles : il ne désigne plus le fait d'avoir-le-caractère-d'un-fait-affectif, mais le pouvoir

[462] J'émets des réserves sur cette appréciation car mon investigation dans l'œuvre de M. Heidegger est bien trop réduite pour affirmer cette place accordée au corps, c'est-à-dire sa présence abstraite liée à une certaine absence dans le déploiement de la pensée du la philosophe.

> originaire d’être affecté, l’affectabilité aperçue comme acte, et non plus réduite à une potentialité. (Lavigne, 2010, p. 25)

5. PREMIERES RESONANCES : MON ATTIRANCE VERS LA VIE VIVANTE

5.1 Les conditions existentielles de l’affectivité

Des liens féconds avec ma pratique personnelle et professionnelle dans le sens de la confirmation, de la dissonance et de la complémentarité se donnent. Dans cette dynamique, ma question de recherche est convoquée une fois encore. Ce corpus offrent des éléments pour nourrir la problématique de la co-présence de la perception et de la dimension ’é-motionelle’ à travers le *sentir* de l’affectivité, le *comprendre* de l’affectivité, le *penser* de l’affectivité qui se placent sous l’autorité d’une temporalité caractérisée par le « maintenant » et une spatialité par le « ici ». Ces actes autonomes – parce que, sur un plan, ils ne sont assujetti à aucune volition consciente de la part du sujet – font de l’affectivité un *vivre primordial* en tant qu’*affectibilité*. Ces points résonnent directement sur l’expérience affective faite dans ma pratique et ma compréhension actuelle du paradigme du Sensible. En quoi l’affectivité introduite par la *Stimmung* née du *Dasein* vient-elle éclairer *l’émotion du Sensible* si cette dernière figure ma manière d’entrée en résonance affective avec l’univers des sensations et des perceptions disponibles dans l’expérience corporeisée en quoi, l’expérience corporeisée rencontrée en psychopédagogie perceptive vient-elle éclairer la *Stimmung* née du *Dasein ?* Les développements à venir dans la partie suivante consacrée au paradigme du Sensible apporteront des éléments de réponse à ces deux questions.

5.2 L’expérience sur le terrain et rupture épistémologique

La question de l’intentionnalité de l’affectivité primordiale sous la forme de l’être-là, c'est-à-dire de l’être jeté hors de soi pour ’ek-sister’ dans le monde met en perceptive deux orientations différentes en apparence aux antipodes l’une de l’autre. Je m’explique. La *Stimmung* est une sortie comme peut l’être l’é-motion et en même temps elle est une entrée puisqu’elle pénètre le monde ; visiblement elle ne peut être ni l’un, ni l’autre, puisqu’elle « incarne » le passage de l’un à l’autre. La présence définie par ce phénomène, on l’a vue, répond ontologiquement au principe d’une extériorisation. Or, à

mon sens, il y a là un point de rupture avec les contenus de vécus propre au Sensible parce qu'ils sont ancrés dans la substance d'un corps, qui lui me semble absent dans la pensée heideggérienne [463]. Par exemple et par contraste, Danis Bois définit la temporalité depuis un angle qui n'oublie pas le corps, plus encore, il ne la conçoit pas en dehors de lui :

> Je me propose d'explorer la temporalité sous l'angle d'un vécu incarné, en prise avec le rapport au présent. Il s'agit donc de souligner le caractère charnel de cette temporalité qui prend corps lorsque le sujet oriente son attention vers le flux de la vie circulant dans son intériorité. (Bois, 2009, p. 1)

Dans, « le sujet oriente son attention vers le flux de la vie », on décèle une intentionnalité ; mais dans, « circulant dans son intériorité », il n'est pas question de sortie, la tension est pratiquement, et au sens premier du terme, une tension tendu vers un espace qui ne se désintègre pas au contact d'une autre région hors de soi dans sa quête d'atteindre sa cible. Dans l'expérience du Sensible, non seulement ces régions ne se quittent pas, mais fondent en quelque sorte une alliance spatio-temporelle - une toile ou une étoffe du monde, dirait Merleau-Ponty- par leur caractère « charnel » - donc spatial- *et* « temporel ». Pour ces raisons, l'expérience du Sensible semble palier à cette dislocation en deux de la conscience. Il y aurait-il un *Dasein et une Stimmung* boisiens nés de l'arrimage au corps Sensible? Le chapitre suivant nous donnera-t-il des éléments de réponse sur cette question?

En reprenant mon exemple de l'expérience vécue de couleurs affectives cité plus haut, celle relative à mon rapport à mes enfants, je peux poser un premier argument en la faveur de l'hypothèse d'une *affectivité interne* de la subjectivité individuelle restant arrimée à la toile de résonance invisible propre au corps Sensible.

5.2.1 La relative autonomie affective interne de la subjectivité : la présence affective à soi sur le mode du Sensible

Une paix solennelle m'envahira,
et mon âme sera vide de ce qui voulait l'assaillir
et l'accabler, et remplie,
en revanche, de joie sainte, de courage et de force.
Edith Stein

A la faveur de la présence affective sous le mode du Sensible, je constate une relative autonomie affective interne à la subjectivité corporeisée. En effet, restant adossé

[463] En tous les cas, le corps tel que la pédagogie perceptive l'expérimente, et que les théories du Sensible le modélisent.

à l'expérience de mes vécus subjectifs dans l'univers relationnel qui fonde ma relation à mes enfants et sur un certain versant de ce vivre-là , lorsque je médite[464], émerge un événement concret sous la forme d'une autre nature de *Stimmung* englobant la réalité affective sociale (familiale dans mon exemple), celle évoquée plus tôt et qui a fait naître suivant des temporalités variées, la joie, l'amour, la mélancolie, l'angoisse, la honte, la culpabilité. Un rapport corporel et charnel me reliant à la vie elle-même en tant que toile affective charnelle silencieuse fait naître, par contraste, une présence au monde dont la tonalité n'est pas que joie, tristesse, étonnement, et encore moins angoisse. Ancré dans ma corporéité animée, je fais l'expérience d'une '*présence à'* contemporainement à une '*présence de'*. Je me vis acteur tout en me vivant mû dans un « temps acté » au contact de ces deux natures de présence. Cette double présence en réciprocité actuante se fait *tonalité aimante* de tous les états affectifs que j'ai énumérés plus haut ; tonalité *émouvante et émue à la fois – auto-affectée* - elle me ramène dans un *vivre fondamental* validé par un *être-là ému*, entier et totalisant. Ouvert et plus large que l'horizon de l'existence affectée d'une facticité sanguine, elle l'intègre et l'altère.

La chair du monde prise comme le maillage de ma propre chaire prend le ton vivant d'un présent, d'un passé et d'un futur. Je suis mon corps en présence, *présence de la mise à l'épreuve de l'homme et du père qui advient par ses liens à deux êtres, deux jeunes femmes enveloppant leur manteau de filles*, comme deux étants vivants en communion avec un étant vivant et présent, et ce, qu'importent leurs trajectoires singulières et autonomes. Expérientiellement, je ne ressens pas de scission de l'être avec le monde, par un 'pro-jet' de moi vers elles ou une 'at-tente' de manifestations d'elles à mon égard. Au moment où je médite, je vis une tension d'actualisation de ma manière d'habiter le monde de notre relation au sens physique, psychique, imaginaire sur la trame sensorielle éprouvée dans mon corps-se-sentant-sentir dans ma chair. Dans cet accomplissement en cours, une *conscience affective matièrée et en mouvement* ne se disloque pas nie ne se dissocie de l'être comme du monde lui-même. Au contraire, elle unifie les deux dans le sentir de l'affection, et dans ce cas précis, dans les deux sens : 1) celui *de l'affection d'un père*, et 2) celui d'une *affectivité de fond* émergente *du-sentir-de-la-vie* elle-même. Cette affectibilité se manifeste comme animant ce lien pour lui-

[464] Comme j'ai appris à le faire depuis trente ans et à la propose en formation professionnelle, en sessions de groupe, en ce moment à l'UQAR en psychosociologie, c'est-à-dire sous la forme d'une introspection sensorielle telle que proposée par D. Bois (2001; 2006; 2007).
Je précise que n'ayant pas pratiqué d'autres formes de méditation, mes vécus ne sont pas exhaustifs de toues le formes de méditations pratiquées de par le monde, bien que j'en possède une certaines connaissance théorique et méthodologique.

même. Loin de l'apathie, je rencontre une nature d'attachement dans une vivance émotionnelle progressant effectivement, se laissant ressentir comme autonome dans sa toute-puissance conative.

5.2.2 Rapport entre affection et pensée

En convergence avec les données des sciences neuro-affectives, le rapport entre affection et pensée s'est révélé être un point signifiant. Cela remet en mouvement l'immobilisme du concept rationaliste – de plus en plus périmé – d'une scission 'tête/cœur/corps'. Dans les développements consultés, se sont dessinées pour moi les lignes d'une frontière du territoire de la vie subjective. Je fais référence aux propos de Lavigne. Je me trompe peut-être, mais il m'a semblé repérer une conception réductrice de la vie subjective. Pour le dire plus formellement, par contraste encore, l'expérience de la vie subjective, à la faveur de mes vécus ou des descriptions faîtes à propos des pratiques de la psychopédagogie perceptive, se révèle fonder un territoire différent sous certains aspects. En questionnant cet écart naît l'ouverture à l'hypothèse d'une cénesthésie affective d'une part, d'une cénesthésie affective du Sensible précisément. La portée d'une telle ouverture retentit sur le vivre de la vie subjective individuelle et au-delà, sur le vivre en relation.

5.3 L'a priori de la vie subjective éprouvée : un territoire à redéfinir?

Tous ces conflits, même les plus spirituels et les plus raffinés,
se peignent finalement dans la confuse cénesthésie.
Paul Ricœur

Je veux revenir sur l'*a priori* de la vie subjective éprouvée et son territoire délimité par le philosophe allemand. Les données en neurosciences affectives, notamment avec les marqueurs somatiques et les neurones miroirs, viennent questionner les lignes de démarcation établies ; l'analyse issue de l'explicitation des vécus en psychopédagogie perceptive clarifie l'expérience du Sensible et montre l'envahissement de la vie subjective en tant que « vie réellement éprouvée » par la personne dans des espaces d'activité bien plus larges que ce qui est conçu habituellement. Les détails

perceptifs issus des kinesthèses motrices et subjectives du corps propre [465]ne montrent-elles pas combien la vie organique – la nociception ne participe-t-elle pas à la cénesthésie? - contribue à la vie subjective éprouvée en tant que présence au monde? Dans le cadre stricte de l'activité perceptive liée à la praxis du Sensible, un nouveau territoire semble se conquérir avec l'animation interne ; nous le verrons dans le partie suivante.

5.3.1 Les limites du territoire de la vie éprouvée : des régions de l'affectivité

La question des limites du territoire d'une subjectivité 'concrète et objective' en tant que « vie éprouvée » et « vie affective éprouvée » est une des pierres de touche de la problématique de cette thèse. Cette recherche pose à travers le questionnement du territoire de la dimension émotionnelle et du champ de l'affectivité dans le paradigme du Sensible, l'existence de l'espace hypothétique d'une cénesthésie affective, précise, construite et possiblement délimitée. J'ai déjà abordé le concept de cénesthésie avec la pensée biranienne puis en résonance avec Merleau-Ponty. Au regard de l'intelligence relationnelle dans laquelle l'affectivité trouve une place indiscutable, ce point est signifiant pour moi. Pour Ricœur,

> tous ces conflits, même les plus spirituels et les plus raffinés, se peignent finalement dans la confuse cénesthésie. » (1950, p. 141).

Parce que le travail proposé en psychopédagogie perceptive pointe l'enrichissement des sensations internes, il met en évidence d'autres catégories de sensations spécifiques à une subjectivité vécue dans la matière animée du corps (Bois, 2007), la cénesthésie, *cette sensibilité organique*, à la source du sentiment général de l'existence chez l'être humain en dehors de la contribution spécifique des cinq sens, se voit augmentée, gorgée et enrichie de contenus de vécus inédits. Nous avons vu comment la *Stimmung* et le *dasein* était source du sentiment du vivre et à cet égard, combien ils peuvent participer à la cénesthésie. A la faveur de l'arrimage de l'affectivité qui pour le coup 'fusionne' avec ces deux concepts-clé Heideggériens, l'hypothèse d'une cénesthésie affective se révèle en quelque sorte tautologique, mais dans une tautologie opérante dans le projet de cette thèse.

[465] Voir Petit, J.L. (2008). *La spatialité originaire du corps propre* in Revue de Synthèse, tome124, 2003, p. 139-171 - phénoménologie et neurosciences. http://jean-luc.petit.over-blog.com/article-22982547.html

5.3.2 Une cœnesthésie affective ?

Serait-il purement spéculatif d'envisager, suite à l'augmentation et à l'enrichissement des vécus du sensible, une extension possible à une notion de *cénesthésie affective sur le mode du Sensible?* Dans cette logique, si cette voie s'avérerait féconde, comment ne pas mettre en perspective l'apport de de la dimension émotionnelle et du champ de l'affectivité dans l'accomplissement du sujet Sensible et de toute personne humaine ? Dans ce mouvement, aurions-nous le moteur d'une réorganisation théorique, mais également praxique, de la place de l'émouvoir dans la sensibilité du vivre, bref, de l'émouvoir de et dans la sensibilité humaine? Cette perspective totalement ouverte enrichit la vision de l'affectivité dans les données actuelles du paradigme du Sensible, donne de la densité au questionnement initial dans cette thèse.

Voilà des nouvelles pistes sur lesquelles il faudra revenir dans la synthèse et discussion théorique finale de ma partie théorique d'une part, puis dans la discussion finale suite à une plongée dans mes entretiens de recherche.

6. RETOUR SUR LA PROBLEMATIQUE ET LA QUESTION DE RECHERCHE

6.1 Remise en contexte

Mon investissement dans un corpus théorique phénoménologique répondait à un inassouvissement ; inassouvissement, je choisis ce substantif pour marquer la quête d'une sensation d'apaisement débordant la satisfaction intellectuelle et conceptuelle. En effet, je cherchais une nature d'accordage de ma personne entière, je veux dire, je me vivais en attente, pour ne pas dire avec l'exigence de rencontrer une expérience impliquée où résonne un sentiment de reconnaissance réflexive, perceptive depuis l'atmosphère du Sensible avec cette touche affective ténue que j'essaie de saisir, de partager, pour mieux la comprendre. Tout au long de ce trajet, je suis resté habité par ma question principale initiale :

> Qu'apportent les explorations théoriques et les vécus phénoménologiques du Sensible à la compréhension de la dimension émotionnelle et affective en psychopédagogie perceptive ?

Je rappelle que cette question se prolonge d'objectifs opérationnels dont le premier est de dégager de nouveaux compréhensifs sur la dimension émotionnelle et le champ de l'affectivité, le second, de caractériser la dimension émotionnelle et l'affectivité sur le mode du Sensible. D'entrée de jeu, il était clair pour moi que ce corpus n'avait pas à répondre directement à l'interrogation telle que formulée ci-dessus. J'avais cependant la conviction qu'il possédait des clés pour sortir de la pénombre l'expérience qui fait l'objet de cette recherche. Le projet de cette troisième partie se définit bien par la question secondaire suivante, « que disent certains grands penseurs phénoménologues et d'autres figures insignes, offrant une posture réellement descriptive, sur la question de l'émotion, de l'affectivité ? »

Comme moi, et avec le recul, le lecteur m'ayant suivi dans un dédale sans s'y perdre, peut comprendre l'ampleur de cette partie de ma thèse. Elle le miroir de la richesse rencontrée et permet d'ouvrir la voie vers une quatrième partie consacrée au paradigme du Sensible et ses données empirico-théoriques sur l'émotion et l'affectivité dans une pertinence inattendue. Par anticipation, des ponts, des points de convergences, de divergences et dégager les spécificités de la dimension émotionnelle de l'expérience du Sensible se laissent voire. Mais avant ce pas, je veux revenir sur cette tranche de vie de doctorant.

6.2 Synthèse de mon exploration

6.2.1 Sentiment général : une expérience intense et galvanisante !

Me voilà arrivé au bout de ma course dans un vaste champ de la phénoménologie à la recherche d'une axiologie de l'expérience du vivre selon des modalités tissées dans une trame affective et émotionnelle à circonscrire ; trame faisant apparaitre certains motifs qui m'ont radicalement ébloui par leur caractère inédit et audacieux. D'autres ont forci le trait de la toile qui constitue ma pratique et ses tons affectifs connus et théorisés. Enfin et par contraste à confirmer, certaines figures rencontrées ont résonné par la négative, sur ce que n'est pas l'expérience affective du Sensible au regard de mon univers expérientiel et conceptuel connu à ce jour. Comme annoncé dès la mise en place de ma recherche, puis réaffirmé dans la partie épistémologique et méthodologique, j'ai vécu ce parcours exploratoire comme un *pathei mathos*, un apprentissage de ce qui m'affecte et de ce qu'il m'arrive en temps réel

(Larrosa, Apprendre et être - Langage, littérature et expérience de formation, 1999, p. 92). J’ai tenté de prendre soin au fragile équilibre dialogique entre l’imposante « connaissance » mise à disposition dans ce corpus et la « vie humaine». Je veux parler de celle qui apparaît au cœur de mon métier, qui parle du cœur aussi. Je ressors de cette expérience ’’galvanisé’’. Comme la définition l’indique, je rencontre une vitalité malgré la longue course effectuée, de sacrés cols ont été franchis.

Chemin faisant, des éléments sortis de la pénombre, à l’état latent, non formulés jusque-là, privés de mots, ont émergé et rendu justice à une expérience indicible ou tue car inaccessible dans le recours aux routines langagières (encore et toujours la problématique sémantique et lexicale !). Sans jeu de mots, dans certains de ces écrits phénoménologiques, *j’ai touché des attributs essentiels de l’expérience affective au contact du Sensible qui est la mienne aujourd’hui*. Dans ces temps liminaires s’est donné avec puissance un renversement de la connaissance extérieure livresque et conceptuelle vers une re-connaissance voire un dévoilement dans une intimité émouvante de celui qui écrit cette thèse. En regardant à rebours et en sondant l’état du moment, un sentiment particulier s’installe dans le praticien-chercheur qui advient : celui d’un voyageur s’étant engagée dans un mouvement pour traverser une vaste contrée et qui fait le constat d’avoir été lui-même traversé, transformé, déplacé.

6.2.2 Eclatement de certaines images du monde de la dimension émotionnelle

Je suis habité par la nécessité de faire le point sur les lieux concernés et la manière dont ils l’ont été dans ce que je pourrais nommer un *processus d’éclatement de certaines images du monde à propos de la dimension émotionnelle et du champ de l’affectivité en apparence définitives*. Pour en citer deux d’emblée, je nommerais celle duelle et dual de l’émotion négative et positive ou encore la réduction de l’affectivité à l’espace des émotions manifestées et reconnues par le sens commun comme telles. La phénoménologie a comme projet l’accès aux choses telles qu’elles sont. La dimension émotionnelle et le champ de l’affectivité ne se réduisent donc pas au territoire définit par les approches classiques et contemporaines. Cette évidence après coup méritait en soi le détour !

6.2.3 « Auto-débriefing », résonances en deux temps : placer des balises de ma compréhension du phénomène

Au cours de mon parcours exploratoire, à la manière d'un « auto-débriefing », c'est-à-dire à chaud, je me suis offert des temps et des espaces de résonnances sur les événements saillants dans chacune des 'régions' visités avec l'inconvénient du manque de recul car dans le feu de l'action, j'ai pu être pris par des attirances ou repoussé par mes réticences (résistances ?). Dans ce deuxième mouvement, comme dans une 'post-évaluation' de mon expérience prospective, *le projet est de placer calmement les balises pouvant éclairer le territoire compréhensif de la dimension émotionnelle et de l'affectivité qui est le mien* guidé par plus vingt auteurs (incluant le chapitre 1 sur l'expérience). Je veux parler essentiellement ici de Varela, Vermersch et Depraz, Barberousse, Honoré, Dilthey, Laing, Alquié, Maslow, Csikszentmihalyi, Petimengin, Billeter, Barbaras, De Biran, Bégout, Scheler, Depraz, Henry, Patocka, Sartre, Cabestan, Merleau-Ponty, Mazis, Heidegger et Escoubas, sans compter les contributions ponctuelles d'auteurs et de commentateurs experts des œuvres d'une communauté qui a pris la Gestalt d'une grande famille de chercheurs étalée sur plusieurs générations pour constituer une histoire de plus d'un siècle. Tous ont participé à un microcycle de ma vie entière. Notre [466] rencontre pour certains parmi eux s'est révélée radicalement transformatrice. En listant spontanément les personnages de la scène où se joue un acte fondateur de l'élucidation de ma question de recherche, plusieurs remarques s'imposent. Il n'est pas nécessaire d'être un phénoménologue chevronné pour constater que l'ordre d'apparition de ces auteurs ne suit pas une construction diachronique de l'édifice phénoménologique d'une part et encore moins d'une chronique phénoménologique liée à la dimension émotionnelle. Les raisons pour lesquelles je n'ai pas emprunté cette voie sont assez simples. D'abord, contrairement à l'histoire classique et contemporaine de la recherche sur le domaine qui m'intéresse, aucun ouvrage[467] n'a proposé un dispositif historique au sujet du traitement spécifique de l'affectivité en phénoménologie. Dans les deux principaux ouvrages collectifs faisant droit à la diversité des approches de l'émotion et s'ouvrant à des points de vue que l'on ne peut qualifier *stricto sensu* de

[466] Je dis « notre », car ma manière de vivre mes lectures, comme beaucoup d'autres j'imagine, n'a pas été de lire, mais d'écouter, d'entendre puis de parler, de discuter, bref, il s'est agi d'un vrai dialogue, d'une vraie rencontre.
[467] A ma connaissance, et en langue française en tous les cas.

phénoménologiques[468] mais constituant certainement les meilleurs guides pour celui qui cherche à élucider le phénomène de la dimension émotionnelle que j'ai pu consulté, il s'est agi davantage de donner des points de convergences, de divergences ou de singularité entre les grands penseurs de l'affectivité en question (Ecoubas et Tengelyi, 2008). Le recours à des 'commentateurs' avertis de grandes œuvres comme celle de Husserl, Heidegger, Maine de Biran ou Merleau-Ponty a été un choix délibéré me permettant la visée la plus sûre pour tirer profit d'une expertise que je n'aurai jamais. Dans l'abondance des ressources disponibles, j'ai misé sur le fait que ces auteurs experts avaient couvert le spectre des penseurs phénoménologues qui s'étaient penché sur la question de l'émotion ou de l'affectivité. La deuxième raison est totalement intuitive et répond à un appel de l'ordre du sentir et non du penser ; je pourrais tenter de l'expliciter pour mon compte en dehors de cet écrit. A l'arrivée, ce choix a porté ses fruits. C'est ce que je veux présenter maintenant.

6.2.4 Le recours aux résonances graphiques : une bouée de sauvetage et un 'GPS' intelligent !

Mais comment m'y prendre pour atteindre mon but ? J'aurai pu me résoudre à reprendre chacune des résonances placées en fin de chapitre ou même certaines, émergentes dans le cours de mes développements, en me disant qu'ils rassembleraient l'essentiel. Même si je vais me servir de ces éléments, ce n'est pas l'option principale que je choisis. D'abord, je voudrais éviter une redondance, et plus intuitivement, je vais écouter mon l'élan de suivre un autre 'fil rouge'[469], celui des résonances graphiques (tableaux, schémas ou figures plus abstraites encore) parsemées[470] tout au long du chemin emprunté, car chacune d'elle est née d'un point d'appui – d'un arrêt circonstancié[471] - au contact d'une pensée, d'un positionnement philosophique, d'une ouverture praxique, d'un émoi, d'une révélation ou d'une validation, etc… Au cœur de ce point d'appui émerge un questionnement, se négocie un prédicat, s'élabore la mise en

[468] Cela est nommé ainsi en introduction de l'ouvrage collectif de la Revue Alter, n° 7, p. 10. J'ajouterais aux deux ouvrages phénoménologiques cités ici, un troisième qui, bien qu'il ne se présente pas comme une contribution de nature phénoménologique sur le thème des émotions, a rempli à bien des égards cette fonction dans mon exploration, même si je n'en rendrai pas pleinement compte dans cette thèse. Il s'agit de l'ouvrage collectif sous la direction de J.M. Breuvart (2007) au titre évocateur pour un phénoménologue, « Que cachent nos émotions ?».

[469] Je veux dire par là, un fil qui marque une trajectoire, ses faits marquants, ce qui constitue un processus.

[470] Je pense au conte pour enfants dans lequel sont jetés sur le chemin des pierres permettant au marcheur de retrouver son chemin pour revenir dans sa demeure initiale.

[471] C'est la définition-même du point d'appui dans la pratique de la fasciathérapie et dans la pédagogie perceptive. Par analogie, cet outil se révèle être celui choisi de la phénoménologie à travers l'épochè.

sens d'une notion nouvelle, se dément un consensus ou certaines images du monde se fracassent sur le mur d'une lucidité (Heidegger). Enfin le lecteur-chercheur que je suis s'est lui-même compris dans son rapport à la dimension émotionnelle et au champ de l'affectivité. A l'arrivée métaphoriquement et expérientiellement, ce parcours s'est révélé soignant dans le sens qu'il a pris soin d'élargir ma compréhension du vivre l'existence, un vivre et une existence[472] dont les paysages découverts fortifient la flagrance de l'affectivité, de la dimension émotionnelle. Un territoire s'élargit et se crée. Chemin faisant, l'expérience affective qui est la mienne se vit non seulement reconnue mais elle est augmentée. Beaucoup des grandes avenues courues sont remises en question, et certaines se révèlent obsolètes. Voici les fruits d'une herméneutique ontico-ontologique affective et réflexive au contact d'un corpus de données théoriques phénoménologiques. En écrivant ses lignes, émerge l'intuition que l'homme ému est l'expression agissante du dialogue entre l'existence et le Vivre. Vivre ému, c'est exister sur un régime d'activité en vaillant à la symétrie entre la Vie organique autonome dans son déploiement et l'expression toute relation qu'elle embrasse. La conduite de l'homme ému est la conduite qui célèbre le trait d'union entre l'ontique et l'ontologique. En ce sens, l'émouvoir m'apparaît spontanément comme support de la sensibilité de mon existence.

6.3 L'expérience : une voie unique pour comprendre la dimension émotionnelle et l'affectivité ?

J'ai commencé cette partie par un chapitre volumineux sur la notion d'expérience. D'entrée de jeu avec Natalie Depraz, j'ai pris la mesure que l'expérience ne pouvait être saisie sans le recours à la dimension émotionnelle, sur le plan pratique, méthodologique comme épistémologique. A partir de la pensée de la philosophe telle qu'elle m'est apparue, j'ai placé la dimension émotionnelle et l'affectivité plus proche de l'expérience dans un espace quadripartite, penser, sentir et agir, auquel s'est ajouté l'expérience. Affectivité et expérience ont donc des liens 'indescellables'[473]. La reliance

[472] Le sens de ces deux termes est à préciser, l'étymologie explicite leur différence comme leur indissociable partenariat. Upacho en grec signifie exister, et Zoeimai veut dire vivre. Ce qu'Heidegger et Merleau-Ponty ont tous deux pris soin de préciser. Dans ce paradigme, exister consiste donner forme à cette vie qui m'est donnée et dont Honoré décliner trois responsibilités : pouvoir-être, avoir-à-former, et devoir-prendre-soin.

[473] J'invente ce qualificatif car il surgit comme l'expression la plus éloquente du sens que je souhaite donner.

entre ces deux notions et les réalités qu'elles cherchent à révéler dans leur dénomination respective manifeste un caractère affectif pour le coup, tantôt fusionnel, tantôt participatif. L'affectivité est une expérience et l'expérience est affective. Cela peut paraître une évidence une fois nommée ainsi, mais voyons comment j'en suis arrivé là. L'expérience ne peut se soustraire du « je » qui en pâtit, ce qui n'exclut la personne du « nous », mais repousse définitivement le « on » impersonnel et antinomique de la singularité affective de l'expérience. Dans l'espace commun de l'expérience et de l'affectivité se regroupent les items de la subjectivité car l'un et l'autre poussent sur un sol irrigué par le vécu. Dans ce registre, s'enquérir sur la notion d'expérience a convoqué la notion d'affectivité dans la question de l'autre et de l'interexpérience.

6.3.1 L'expérience affective

Ma rencontre avec les écrits de Ferdinand Alquié est déterminante dans ma recherche car elle place l'objectivité et la subjectivité dans des figures dialogiques inédites au sein de ma culture personnelle et j'imagine que cela ne s'arrête pas à ma propre sphère. Par un renversement de valeur, deux notions si difficiles à concilier avec la recherche scientifiques font éclater les contours d'un obstacle réputé infranchissable. L'expérience comme l'affectivité souffrent d'une invalidité d'estime dans le champ de la recherche et l'on comprend avec Alquié et Laing en quoi l'affectivité comme l'expérience sont des scandales pour la science et inversement les raisons pour lesquelles la science est elle aussi un scandale pour l'affectivité et l'expérience. Avec une certaine audace, Alquié, introduit la dimension émotionnelle dans une cour (dans les deux sens, spatial et social) jusqu'ici très réservée et bien préservée, celle de la connaissance et de l'objectivité. Ce mouvement re-questionne le 'domaine du vrai'. Anthropologiquement, socialement, le 'cogito alquien' est des plus terre à terre car justement il est rivé à l'expérience de l'homme dans son existence. Pourtant, ses répercutions philosophiques, méthodologiques et épistémologiques éclatent bien des paradigmes scellées aux Lumières. « Comment se fait-il que je sente autrement que je ne sais ? » Voilà une question qui noie dans l'humidité des réalités affectives tous les discours secs et désincarnées élevant au rang du savoir la seule objectivité de la raison. Il existe donc deux consciences à l'œuvre pouvant fonder les conduites humaines, dont une est affective. Je note que le cogito en question place le sentir comme l'axiologie fondatrice de l'affectivité et donc la dimension émotionnelle du côté du ressenti. Dans

une logique de distinction avec la conscience réflexive vouée à la raison, ce choix prend sens, mais le praticien-chercheur du Sensible ne peut passer sous silence l'appel de la subjectivité corporeisée comme un espace-demeure potentiel de ce sentir-là. En suivant mon intuition d'aller enquêter sur l'expérience s'est donné un ensemble de repères précieux pour mon projet. L'apport de la notion d'expérience dans mes réflexions théoriques sur la dimension émotionnelle et l'affectivité est certain et ouvre sur des pistes inattendues, et pour certaines inespérées. Regardons à nouveau le schéma de synthèse suivant. Il met en évidence le pouvoir de révélation de l'affectivité, sa vitalité et ses tonalités dans la constitution de l'expérience. Le terme de « vitalité affective » et « vigueur affective » exprime une dynamique interne qui m'est familière dans l'univers du Sensible où la vitalité revêt une importance de premier ordre. Il déplace l'idée d'intensité ou de valence émotionnelle, l'affine en tous les cas. Elle est associée aux expériences extra quotidiennes et courantes (expérience optimale). L'affectivité a une valeur certificative de l'expérience pour le sujet. Enfin, l'affectivité donne le ton à l'expérience. Le « fait affectif » peut se ranger aux côtés des faits d'expérience, de conscience et de connaissance, tout en les colorants de tonalités émotionnelles, et part cette influence, il subjectivise l'objectivité. La constitution de l'expérience naît dans le chevauchement de l'implication et de la résonance. La tendance affective et le sentiment d'existence, au côté de la présence et de la mise à l'épreuve sont les autres éléments constitutifs de l'expérience (Honoré). La présence à soi est nécessaire à l'avènement de l'expérience, mais on pourrait dire aussi que l'expérience incite à la présence à soi, comme à celle d'autrui, ou des autruis. Le concept d'extimité (Lacan, Tisseron) met à jour un aspect de l'affectivité auquel je n'avais pas pensé. Il explicite un rôle mixte et interactif, celui de la mise à jour d'une intimité chez moi par la résonance d'un autrui (mais pas que émotionnelle). Plus que le mouvement empathique, l'extimité met en perspective une dynamique de révélation dans l'altérité.

6.3.2 L'expérience affective et expérience spirituelle : manifester le précieux de la musicalité intérieure

Le champ expérientiel et le champ affectif recouvrent une zone commune délimitant l'espace épiphanique de la donnée du vivant et de la Vie. Cet entrelacs génère des situations affectives diverses comme celles du sacré, du divin et du mystique. Ces natures d'expérience donnent à entendre des tonalités affectives d'amour, de

confiance, de respect, voire situation affective d'angoisse devant l'amplitude et l'intensité rencontrée, l'inconcevable vécu, la flagrance d'une subjectivité, ou encore le sentiment d'emboîtement avec les choses, les personnes ou encore les éléments. Le contexte affectif et les conduites émotionnelles décrites plus haut m'ont permis une analogie avec la notion de figure d'attachement dont on sait l'influence dans l'exploration, la croissance et la créativité à tous les âges. Cette donnée anthropologique pouvant se décliner dans le social, le politique, mais aussi dans toutes les pratiques de transmissions de savoir comme celle de l'accompagnement place l'affectivité au cœur de l'expérimentation du monde, de soi dans le monde. L'attachement avec toutes ses déclinaisons affectives (amour, tendresse, sympathie, fusion, haine, mépris, estime de soi, etc.) se présente comme l'exemple insigne liant expérience, affection et dimension émotionnelle, attention, vigilance, motivation, etc. L'expression « expérience affective » et la complexité qu'elle revêt prend tout son sens dans cette circonstance.

Je retiens également comment le contact avec une personne, la nature, soi-même et en particulier son intimité, d'autres personnes et le social peut être l'impulsion d'une expérience spirituelle qui je le rappelle peut être définit comme :

> Une dimension unificatrice, l'esprit étant considéré comme ce qui met en relation l'organisme et son environnement, une dimension de réalisation, d'engagement, de position, de formation ou de transformation, et une dimension d'ouverture à un infini, un illimité, un fonds à la fois intime et étrange. (Pineau, *cité par* Honoré, 2014, p. 112)

Cette expérience spirituelle, et ses 'cousines', sacrée et divine, comme les deux autres complètent un tableau dans lequel se jouent des notes affectives particulières sur le clavier des émotions. Les situations périlleuses, des tournants de vie, le franchissement de limites ou un engagement volontaire dans la pensée sur l'expérience sont l'occasion d'émergences atmosphériques que je répète : la paix, la sérénité, l'amour, la confiance, le respect, l'émerveillement, mais aussi d'angoisse, la peur, et la curiosité, etc… Chacune de ces situations affectives constitue à la fois la palette des états rencontrés et une fonction de dévoilement d'un aspect de l'existence, de l'être que je suis ou peux être, révèle l'autre, les autres et me révèle à eux. La transformation du rapport à tous les objets du monde – la personne y prend un statut singulier – trouve une mise en sens singulière-plurielle sous des formes, paroxystique, optimales ou intuitives. Toutes ces catégories d'expériences nommées ainsi démontrent *la force créatrice et la fonction sémiotique des états et des conduites émotionnels.* Elles sont à l'œuvre dans l'organisation et la structuration des activités humaines et sociales comme l'a précisé

Jaspers. Ce dernier introduit la sphère spirituelle dans l'espace des activités socio-professionnelles et vocationnelles (en lien avec un sentiment d'appartenance). Le rapport à la pratique et certains sentiments du Moi sont l'occasion de la rencontre avec le sacré (Honoré). Toutes ces réalités anthropologiques trouvent leurs voies d'expression et d'intégration dans la tradition (religieuse et laïque), la culture, l'art et la vie quotidienne. Qu'en est-il dans la pratique et la vie du praticien-chercheur du Sensible ? Que peut apporter un investissement prospectif de cette donnée pour la psychopédagogie perceptive[474] ?

6.3.3 Un bémol : un corps présent, mais si peu décrit en réalité

Le corps reste un agent présent dans la mise à jour de l'expérience sans pour autant que cela soit explicité. Pour le praticien somatique, les données relatives au corps restent superficielles et les détails sans commune mesure avec la réalité rencontrée en pédagogie perceptive. Les travaux de Petimengin et ceux de Depraz font états d'éléments somatiques précis sans pour autant qu'apparaissent des éléments similaires à ceux que j'expérimente dans ma pratique. Dewey insiste également sur la prise en compte incontournable du corps pour comprendre et vivre l'expérience, sans lui et la présence organique, l'expérience n'est que désincarnation. Il précise cependant que sans la mise en sens, nous sommes en contact avec une excitation sensorielle, loin de fonder une expérience. Je conclue que la description des états corporels et de la subjectivité corporeisée peine à s'inscrire dans les routines exploratoires de l'expérience d'une part, qu'une des spécificités de l'approche somatique du Sensible tient dans la capacité et l'inscription de la pratique descriptive des états internes du corps, un corps-partenaire rivé à toutes les formes d'expérience[475], et donc celle de la dimension émotionnelle. Une fois de plus, je bute sur le même étonnement face à la pénurie de données sur cette dimension dans les recherches actuelles.

- La dimension singulière-pluriel de l'expérience : miroir de la structure affective

L'expérience ne peut être conjuguée au singulier (Laing, Dilthey, Honoré). Elle n'est pas isolée du monde. L'expérience humaine est un vortex, ce qui fait dire à Laing

[474] La recherche de Claudia Nottale (2015) donne des éléments de réponse à ma question, et ils m'ont été utiles dans le chapitre consacré à l'expérience.
[475] Ce fait est abondamment illustré dans les recherches du Cerap.

que les interexpériences s'incluent dans la totalité des interexpériences du monde et du tissu relationnel qui la fonde. Il existe une réalité vivante, celle du monde de la vie ; elle est aussi une réalité immédiatement affective (Dilthey). La construction et le remodelage de l'identité du sujet ne peut se faire sans interactions humaines dont l'affectivité représente un bras de levier.

6.3.4 L'expérience et l'éprouvé : la place de l'affectivité

Chez Dewey, dont on connaît l'apport dans le monde de l'éducation, la dimension émotionnelle est à la fois la composante qualifiant et sélectionnant la présence d'une expérience. La vitalité structurelle de toute expérience est assujettie à sa composante émotionnelle. Le terme de vitalité revient fréquemment dans l'œuvre de Dewey, qui n'hésite pas à assimiler un esthétisme principiel à toute expérience lorsque celle-ci atteint ce qu'elle est vraiment. Elle est alors une création, un équilibre entre l'agir et l'éprouvé. En ce sens, la dimension émotionnelle prend toute sa valeur dans la conduite expérientielle et l'expérience dans la conduite affective.

6.3.5 Les apports de la compréhension de l'expérience : plus loin que mon objet de recherche.

En creusant la notion d'expérience, des faits de conscience et des faits de connaissance important ont émergé. Faire de la recherche est une expérience. C'est un peu idiot à dire, mais si important à réaliser. Je n'invente rien ici. Entre le savoir et le comprendre, se loge l'expérience. Ma recherche est expérientielle, non seulement parce qu'elle parle de mon expérience, de celle d'autres, mais parce qu'elle est se fonde dans un jeu permanent entre l'agir (lire, écrire, penser, traduire, parler de, partager, rêver, imaginer, etc.) et l'éprouver (des sensations, des perceptions, des émotions, des états d'âme, des sentiments). Investir mon temps, mon attention dans ce domaine particulier m'a apporté des faits de connaissances utiles pour mon objet de recherche, je les ai énuméré. Je pensais naïvement que ce travail exploratoire préparait l'entrée dans le vif du sujet. Chemin faisant, une éclaircie sur la profondeur de mon métier, la nature et la qualité de la dimension expérientielle portée par le rapport au Sensible m'a réellement surpris et enchantée. Le processus rencontré a pleinement répondu au premier objectif annoncé de ma thèse.

L'arbre de l'affectivité depuis la notion d'expérience

6.4 Le retour au corps, mais un corps comme manifestation des régimes de l'activité

Pour la toute première fois dans mon parcours théorique, je trouve un langage reflétant la mise en lien du corps avec l'activité, la présence et le mouvement. Le corps change de statut en devenant le lieu de l'activité dans des régimes variés dont certains

sont inconnus parce que tout simplement le corps se constitue comme la totalité souveraine des facultés, des forces et des ressources, à la fois connues et inconnues. Dans ce sens, il est le lieu de tous les possibles et parmi eux, celui de phénomènes de nature affective. L'émotion vient du corps, de son activité propre suivant le régime de son activité. L'évocation du conatus spinozien fondé dans le passage d'un degré de perfection à un autre, montant dans la joie, stagnant dans l'ennui, triste lorsqu'il est descendant, émerge avec évidence.

6.4.1 Une visée pratique pour saisir la diversité des modes de présence à soi, à l'autre, au monde

Cependant la proposition de Billeter est plus élaborée, discursive. Elle ouvre une autre voie compréhensive de la réalité quotidienne. Dans le paradigme du corps comme action, le mystère de la manifestation de la vie est bien logé dans le corps, charnel. L'affectivité inscrit son sceau dans le paradigme en question, elle est intracorporelle, intra personnelle et se déploie dans le monde depuis ce socle. Son mode d'agir est l'intégration du vivre dans l'activité, et toutes les formes d'activités. La fluidité et l'accordage entre l'énergie déployée par le mouvement et l'attention conscience du sujet à ce qu'il fait, ou ce qui se passe dans son corps dont il est le témoin-gardien génère le sentiment de liberté, et dans un point culminant, à
la grâce.

6.4.2 Corps et affectivité : une physique élémentaire de la subjectivité commune ?

Le rapport à une physique élémentaire de la subjectivité génère tout en s'appuyant sur des données affectives sous la forme d'une gamme de tonalités bien connues comme par exemple, la tristesse, l'ennui, la joie, l'émerveillement, l'angoisse, etc.. En insistant sur la dimension pratique, la pensée exposée par Billeter rejoint précisément mes préoccupations. Dans une réduction triviale, la vie phénoménologique de la pédagogie perceptive est la manifestation d'un régime de l'activité extra-quotidien au départ, qui par la suite peut et demande à s'intégrer dans le régime de l'activité quotidienne pour l'enrichir, l'embellir, la soigner, la créer. La vie subjective révélée ici est une puissance d'agir inséparable d'une dimension émotionnelle qui en précise les degrés d'accordage. Dans cet entendement, l'affectivité sort des rangs de grandes

avenues conceptuelles et emprunte de nouveaux chemins. Le ton est plus ténu et moins objectif. Seul un sujet attentif, dans un effort et sous une forme d'éveil peut entendre cette mélodie, la goûter et la manifester.

6.5 La fonction 'épiphanique' du mouvement

Barbaras propose un autre renversement à l'origine du paradigme de la manifestation dans lequel une hiérarchie bien établie dans les représentations se trouve délogée. La vie, dans sa subjectivité agissante sous la forme d'un désir en tant que mouvement est à l'origine de toute manifestation des corps du monde. La puissance du monde est donc logée dans le corps, puisque ce dernier en est une des manifestations. Je ressens la vie, parce ce que l'être de la vie m'a fait être qui je suis à travers le mouvement de mon apparaitre dont elle est la manifestation. La vie ne se manifeste pas depuis mon corps, mais mon corps et mon âme se manifeste depuis le mouvement souverain de la vie elle-même. Dans ce contexte et sur un certain plan, la personne que je suis vit sur le mode de l'exil – de la vie et son mouvement continu à l'infini -, tout en étant sa 're-conquête' dans ses apparitions subjectives sous la forme de tonalités affectives. Ce qui m'affecte est à la fois un sentiment vécu d'être un prolongement dans la manifestation et une rupture de l'être de la vie. Le corps-affecté par le mouvement pouvant l'actualiser dans l'expression de son existence est un corps indissociable du corps-mouvement du monde. L'affectivité de l'homme endosse un nouveau manteau bien plus large, interpénétrant à la fois corps et monde. Le mouvement se dévoile comme étant le mode actif et subjectif de la vie dont le désir en constitue la trame affective ; un désir d'être qui ne se désintègre pas dans l'apparaître qu'il manifeste. Ainsi, je comprends la force ontico-ontologique de l'affectivité dans un paradigme de la manifestation où le corps change de statut, et avec lui toutes les formes d'activités qui constituent le vivre et ma présence au monde.

6.6 La vérité aperceptive : la place de l'affectivité charnelle

Maine de Biran introduit une pensée novatrice de l'affectivité. Le tact passif devient un tact affectif par le biais du sentir de la chair. Dans un jeu *touché-touchant,* naît un sujet auto-affecté. Avec Bégout, je comprends une dimension émotionnelle du sentir actif (personnel) et du sentir passif (impersonnel), comme un mode affectif

singulier. Ce phénomène est bien explicite dans la pratique de la pédagogie perceptive. Il existe donc un sentiment personnel d'auto-affection se définissant comme le tact affectif né d'une sensibilité aiguisée. Il prend le statut d'un savoir affectif vrai et utile (puisque il est l'outil mis en œuvre dans ma pratique du Sensible), présent dans la chair et se donnant depuis elle très concrètement. Le toucher enrichi par cette donnée subjective de nature affective initie en même temps qu'il rend accessible des variations affectives, des dispositions affectives pures (sans la participation volontaire de sujet).

6.7 L'apport de nouvelles catégories phénoménologiques de la dimension émotionnelle

Les analyses de Scheler ont permis des questionnements nouveaux et une autre perspective de mon objet de recherche à travers plusieurs questions. La dimension émotionnelle que je cherche à comprendre relève-t-elle d'un *état affectif* rencontré ou d'une *fonction affective*, ou des deux ? Il y a-t-il des passages ou des chevauchements possibles de l'état affectif vers de la fonction affective, ou inversement ? La distinction entre état et fonction dépasse le fait de connaissance pour moi. Il m'a mis en chemin d'une reconquête du sens de ma vie affective, de ses conduites, et de ma pratique d'accompagnateur. Nommer l'expérience émotionnelle depuis ces nouvelles balises, c'est permettre une intention discriminante sur deux aspects de la vie affective en opérant des renversements de conscience troublants mais salvateurs. Scheler pose une réserve sur la validité de nombreuses descriptions du phénomène de l'émotion, ainsi que sur la rigueur scientifique de figures célèbres de la recherche dans ce champ en raison de leur confusion initiale entre état et fonction à propos du phénomène étudié. En prenant l'exemple de la tradition, les mouvements de masse et toute dynamique communautaire, le phénoménologue met en perspective un *'constructivisme affectif'* à l'origine des formes sociales comme la tradition (et la famille) à partir de la fonction affective et de l'illusion ou l'hallucination affective. A partir d'une gradation de la participation affective, Scheler nous amène aux racines affectives de l'amour (et du mépris, son antonymie) en nous livrant magistralement au moins une des clés processuelles à l'origine de la valeur de tout objet du monde. En cheminant avec un phénoménologue inspirant, le vocabulaire affectif s'étoffe dans des termes opérants pour mon métier d'accompagnateur et de formateur. Participation, compréhension, illusion, hallucination, fonctions affectives remplissent une corbeille vide préparée pour

donner du sens à l'expérience affective du Sensible. Avec Scheler, la récolte est abondante au niveau conceptuel comme praxique dans la mesure où sa conception invite l'attention à se diriger sur des cibles claires, accessibles, presque palpables au regard de la vie quotidienne.

6.8 La phénoménologie du cœur : une voie innovante à plusieurs entrées

Avec les propositions philosophiques et pratiques de Natalie Depraz, l'emboîtement avec mon objet de recherche trouve un fondement nouveau, l'édifice entier de ma thèse bénéficie de l'apport d'une pensée originale, pleine de bon sens et de délicatesse ; pleine de cœur au sens propre et figuré ! Tous ces éléments ont contribué à un sentiment d'accordage (inespéré). En parcourant les sentiers proposés, se donne à vivre une axiologie affective pour comprendre le vivre humain et social. Dans un sens, je suis sorti des rangs, me suis déplacé d'un propos et en quelque sorte, j'assiste et participe à une remise des pendules à l'heure ; chemin faisant, s'approche l'essentiel, il se touche, me touche. S'intéresser à la dimension émotionnelle et à l'affectivité, questionner ce phénomène en y plaçant au centre, le cœur de l'homme lui-même, dans sa structure organique, pulsionnelle, vivante, comme 'métaphore phénoménale'[476] de l'existence est une gageure à laquelle tout chercheur sur les émotions ne peut se dédommager.

6.8.1 Nuances phénoménales et régimes émotionnels

L'aspect du ressenti, la notion de pulsion et l'aspect atmosphérique, (Gefühl, Trieb et Stimmung) forment un espace phénoménal multi sensoriel de l'affectivité du coeur. Dans l'aspect atmosphérique toujours lié au ressenti, la sensation peut prendre la forme d'une irritation émotive dans le sens qu'elle exaspère l'attention, faisant sortir la conscience affective de son assoupissement. Dans certains cas, dans un très bas régime émotionnel, ces trois catégories de phénomène se jouent dans un univers marqué par l'in-intentionnalité qui n'est pas pour autant un degré zéro (0°) d'affectivité. Des manifestations émotionnelles semblables à une basse continue faite *d'infinitésimales*

[476] En écho à la pensée de Nagel qui définit la métaphore comme « l'effet que cela fait pour un organisme d'être ce qu'il est ». En ce sens, utiliser l'expression « métaphore phénoménale » peut paraître tautologique, à moins, et c'est le cas ici, qu'elle évoque la place de la subjectivité animée du phénomène affectif puisé dans le rapport au cœur comme phénoménologie de l'existence.

variations altèrent mes conduites sans que je m’en aperçoive. Sans rapport à avec la catharsis, ni avec les passions, les tonalités affectives et émotionnelles sont autonomes à toute volition. Elles sont ces ’affections pures’, silencieuses mais altérantes du Moi bien différentes du ‘bruit’ émotionnel des phénomènes plus ‘mondains’ que l’on connaît et d’autres dans des moments extraordinaires. Mais quel que soit l’angle pris, le cœur est invariablement à la fois un cœur organique (Herz), une chair pulsionnelle, un cœur vécu cardial (Gemüt). Le cœur est donc ce corps qui bat, et cette chair qui résonne au flux de la vie et de l’existence qui est la mienne.

Cette équation deprazienne me permet une analogie sous la forme d’une contagion. Comme le cœur, le corps organique - biologique – est toujours un corps ’ zoïque’ (de Zoï – la vie, en tant vie de l’homme, c'est-à-dire en tant que *vécu*). Le cœur comme le corps sont à l’origine de ressources perceptives à l’origine du sentiment identitaire et du sentiment d’existence et de la variation de leur état. Je me suis posé la question du ‘rangement’ du *mouvement interne* dans la sous-catégorie des kinesthèses au sein de la cœnesthésie. Expérientiellement, les nuances phénoménales telles que présentées par Depraz recouvrent des aspects de l’expérience affective telle que je la vis en pédagogie perceptive. Par analogie, l’aspect atmosphérique du Sensible, par analogies voisines de celle proposées par Depraz, en plus des kinesthèses sensorielles, se présentent des kinesthèses émotionnelles, je veux dire, de nature affectives et à bas régime émotionnel.

6.8.2 L’attention : une réception affective (à la première personne) à la situation du monde

Introduire l’attention dans une recherche sur la dimension émotionnelle ne tombait pas sous le sens au début de ma recherche. Une fois n’est pas coutume, le dernier ouvrage de la phénoménologue, m’a été offert dans le sens que je n’en connaissais pas l’existence, et qu’il s’est présenté à moi ‘accidentellement’ alors que je flânais dans le dédale d’une grande librairie parisienne à la veille d’un retour en Amérique du Nord. Cette thèse n’aurait pas eu la même teneur sans ce livre et ses joyaux ; parmi eux, la notion de vigilance, d’attention-vigilance, comme l’acte de remarquer ont été l’occasion de précisions inattendues faisant émerger de nouvelles questions à propos de la dimension émotionnelle et de l’affectivité en pédagogie perceptive. Présentée comme un opérateur éminent de la vigilance, l’émotion prend une

place nouvelle, celle d'une fonction singulière au service de l'acte de remarquer. Le couple attention-émotion résonne avec celui de vitalité affective. Sans attention, pas d'émotion et sans émotion pas d'attention (Stumpf). Des données relativement récentes en neurosciences confirment les liens entre l'attention et l'émotion en confirmant ce qu'Alquié a prononcé bien plus tôt : les effets affectifs peuvent précéder les effets attentionnels. L'émotionnel précède donc l'attentionnel, en particulier dans le domaine perceptif (visuel), qui peut s'étendre au toucher. Combien de fois, les personnes accompagnées en pédagogie perceptive vivent des expériences de nature affective (tonalités affectives entre autre, mais pas uniquement) et voient leur attention redirigée ou orientée par cette émergence émotionnelle. Le fait d'expérience prend sa source dans un fait affectif premier avant tous les autres. Ce cas particulier incite à penser autrement la sensibilité rencontrée en pédagogie perceptive comme dans tous les secteurs du vivre.

6.9 Le cas de l'empathie : confirmation d'une inter-affectivité comme inter-attentionnalité à la base de l'intersubjectivité dans l'univers inter-expérientiel du monde-de-la-vie

Le domaine de l'empathie fait l'objet de plusieurs introspections et développements dans les thèses de collègues-chercheurs du Cerap (Bourhis, 2010 ; Rosier, 2012). L'approche deprazienne de l'empathie pointe des éléments nouveaux liés à l'attention-vigilance. L'empathie se présente comme une gradation de présence attentionnelle aux états émotionnels, cognitifs et plus subjectifs. Cette notion est l'occasion d'ancrer le corps et le monde des sens, des kinesthèses, de la cénesthésie, comme les assesseurs d'une réalité relationnelle subjective. On comprendra aisément la place de ce phénomène dans les métiers de l'accompagnement et l'apport d'une pratique d'éveil de la conscience sur la subjectivité corporeisée. La formule rogérienne « comme si » résume bien la posture empathique, tant sur le plan psychologique qu'émotionnel.

La dimension émotionnelle et l'affectivité sont au cœur du phénomène de l'empathie dans une gestalt relevant de la participation affective, et qui cependant, selon Petit, demande une temporalité fusionnelle. Lors d'une sorte d''acrobatie' de conscience au sein d'une dynamique qui est à la fois singulière et individuante, plurielle et communautaire, il me faut d'abord être capable de me reconnaître comme un corps vécu, conscient d'être lui-même pour pouvoir reconnaître l'autre comme un *idem* – détruisant

tout égoïcité - et le mettre en place dans un espace commun où lui et moi sommes dissociés.

Très justement, Depraz présente des modalités distinctes de trans-portation ; par analogisation en phénoménologie, imaginaire avec une intention affective de haut-niveau dans certaines pratiques méditatives (Tonglen). Depuis ces repères, les spécificités de la pratique du Sensible émergent et permettent l'appellation « empathie sur le mode du Sensible » dont 1/le caractère d'intrasubjectivité corporeisée comme racine de l'intersubjectivité et de l'interexpérience la distingue des autres gestalts présentées précédemment, 2/un principe actif et circulaire faisant évoluer la nature empathique elle-même de la relation propre à la vitalité du Sensible, 3/ une ouverture de ce phénomène à tous les objets du monde présentant potentiellement une matière subjective animée et vivante[477] (environnement, nature, art, objet) ; une âme en quelque sorte.

L'apport des pratiques empathiques individuelles, groupales, communautaires, est de plus en plus remarqué comme formant un adjuvant aux démarches de résolution de conflits, d'amélioration des modes communicationnelles, de réduction des déroutes comportementales (agressivité, isolement, violences physiques et verbales, etc…). En ce sens, la pensée husserlienne insérant une composante communautaire et spirituelle à tout processus empathique touche ma fibre sensible. Comme l'a pensé Simone Weil, l'attention est une forme rare de générosité envers les hommes et leur humanité. Cela démontre, s'il était nécessaire, la contribution de toute forme de travail sur les émotions et à partir d'elles d'une part, d'autre part, l'apport sans limite de l'affinement des perceptions et de l'accès à des régimes d'affectivité peu fréquentés (infra-consciente et subjective). En imaginant une courbe ascendantes du nombre de personnes et de citoyens empathiques, ne plaçons-nous pas l'être à côté du faire, voire légèrement en avant de lui afin de rester collé au monde-de-la-vie ? La notion de sensibilité prend des contours différents dans l'activité circulaire et spiralée entre attention-vigilance, perception et dimension émotionnelle telle que je l'ai envisagée dans la dynamique empathique avec Depraz. Une expression éloquente, celle de « l'obscurité affective

[477] De façon très surprenante qui peut paraître étrange pour la personne non entraînée, des objets comme un instrument de musique ou une raquette de tennis, peuvent être l'occasion d'une relation empathique. S'il n'est pas difficile de repérer les rapports affectifs – d'amour – entre un artiste et son instrument, - de passion ou de colère – entre un tennisman et sa raquette, il est moins courant de faire l'expérience d'une réciprocité actuante, c'est-à-dire, d'un lien perceptivo-émotionnel évolutif en terme de mouvement et de changement d'état de la matière subjective de part et d'autre par une pratique de la pédagogie perceptive ciblée sur ces types d'activité par exemple. C'est ce que j'ai personnellement pratiqué et enseigné pendant de nombreuses années dans ces deux domaines, comme dans la pratique du Golf.

inconsciente » (Depraz) permet une analogie antonymique, l'« éclaircie affective consciente », qui n'est pas une émotion construite mais immanente et cependant convoquée par une procédure attentionnelle, intentionnelle pour guider une agir objectif – c'est le cas en gymnastique sensorielle ou en approche manuelle. Sans confondre attention et sensation, ni sensation et émotion, j'ai l'intuition d'un usage futur de cette expression à la faveur de mes expériences. Certaines kinesthèses propres au mouvement interne et à ses effets sortent d'une cécité perceptive[478], cécité enfermant un contingent de nature émotionnelle. En ce sens, je ne m'avance pas tant que cela en misant que la praxis du Sensible, considérée dans une perspective sensualiste, permet une éclaircie affective consciente dans une phase particulière que nous découvrirons dans la quatrième partie relative au paradigme du Sensible.

6.10 La vie : le point de départ de toute affectivité

Dans un renversement radical, le phénoménologue rediscute les grands fondements de la phénoménologie en plaçant la Vie elle-même avant tout autre principe phénoménal. Michel Henry ancre l'affectivité au cœur de la chair et fait du corps le lieu de manifestation et d'incarnation de la Vie. Dans une expérience radicale, en tant que propriété inaliénable de l'être humain, l'affectivité proposée dans la pensée henryenne place le sujet affecté en première ligne sur le stade de la vie. Un sujet auto-affecté contemporainement à une Vie auto-affectée elle aussi, les deux sous le sceau témoignent d'« une vision ontologique de la subjectivité et de la subjectité affective » (Meyor, 2002, p.186). La philosophie de la chair propose un chemin de subjectivation de tous les objets du monde dans la souveraineté d'un auto-affectional[479], qui est le seul moyen permettant le « se-sentir-soi-même » et le « s'éprouver-soi-même ». L'auto-affection est la marque d'une mise à l'épreuve certificative d'un Moi[480] n'étant plus à côté d'une part de lui-même, attendant sa libération ; il manifeste la signature du Soi. En un mot ici, l'essence de la subjectivité est affective, elle est l'affectivité elle-même. Cette vie affective est plus originaire que toute forme d'objectité, y compris celle

[478] C'est ce que nomme Danis Bois dans sa thèse : « (…) je constatais que les personnes que j'avais en charge de soigner semblaient n'avoir aucune relation de présence avec leur propre corps. Elles souffraient sans le savoir d'une sorte de « cécité perceptive » qui leur interdisait l'accès à une certaine qualité de subjectivité. » (Bois, 2007, p. 32)

[479] Par analogie structurale passant le qualificatif au substantif, comme le passage de « matériel » à « matérial » ou « existentiel » à « existential », etc., « affectional » désigne un principe et non un état.

[480] A attendre avec Meyor comme n'étant pas seulement une représentation, mais volonté, imagination, perception et affectivité.

comprise dans l'apparaître du Dasein – l'être-là .Finalement, Henry se présente à moi dans la lumière alquienne et en prolonge phénoménologiquement le faisceau dans la chair ; l'un et l'autre gravent l'affectivité au panthéon de la connaissance et du savoir auxquels les hommes et les sociétés ne peuvent déroger sous peine de chaos. L'être de l'auto-affectional produit une énergie, une synergie indomptable, celle du mouvement de la Vie. Cette dernière trouve toujours une gestalt : dans la folie urbaine et la violence quotidienne des cités lorsque l'homme s'en éloigne, dans la création de cultures et de pratiques vivantes, dans le moment propre à l'esthétique et à la beauté soignante lorsqu'ils s'y accordent pleinement. D'où le fait que le souci (*Sorge*) de l'homme passe par le celui de la vie et de la Vie, scellées pour le meilleur et pour le pire dans la barbarie.

6.10.1 Une culture du sentiment de la Vie

Les propositions d'une affectivité comme manifestation d'une conscience consciente d'être affectée rénove la culture égoïque du sentiment. L'auto-affection n'est pas un projet narcissique mais égocentré ouvert sur le monde de la Vie. Le corps connaissant précède le corps perçu et connu. Le fait d'expérience à l'origine de tout fait de conscience est purement un fait affectif vibrant au ton de la vie la plus subjective.

6.10.2 Le rapport à la subjectivité affective : l'invisible comme figure d'attachement

Depuis la pensée henryenne avec laquelle l'invisibilité se voit promue à une place plus essentielle que toute manifestation objective dont elle se sert pour s'éprouver, une progression peut être déclinée à partir d'un attachement premier, celui de l'être de la Vie comme essence et absolu attaché à tout paraître, sentir, agir, émouvoir. De mon passage dans l'espace philosophique de la vie et de la chair, je ressors avec un fait de conscience. Il concerne le lien matriciel de l'homme à la vie. Des caractères analogiques à ceux d'une figure d'attachement permettent une herméneutique sous la forme d'une structure concentrique en sept niveaux toujours interdépendants les uns des autres et pouvant aiguiser le regard sur différents espaces d'interexpériences. Dans une corporéité originaire se laisse sentir et s'émouvoir l'être de la vie, la vie (Bio), les figures humaines signifiantes pour moi, l'existence (Zoï), la reliance sociale, la culture et l'environnement et tous les objets du monde. Une perspective de la Vie comme

matrice de tout ce dans quoi elle se manifeste par l'épreuve affective d'elle-même donne à penser une nouvelle figure ontologique et charnelle de l'attachement. Si cette proposition peut paraître 'farfelue' au regard de la culture scientifique occidentale et de la pensée laïque, elle se présente en revanche très banale au regard du christianisme (chez Henry) et toutes les traditions religieuses et pratiques spirituelle. Dans d'autres lieux de la planète où perdure une tradition écologico-théiste - comme c'est le cas de la culture amérindienne -, ce point de vue est paradigmatique. Les liens qui relient l'homme à la nature sont aussi puissants et ontologiques que peut l'être l'air à ses poumons.

En résonance avec mon expérience sur le terrain personnel et professionnel, la pratique de la pédagogie perceptive met en évidence une dépendance à la vivance interne une fois qu'elle a été rencontrée, et par contraste, la rencontre avec la subjectivité corporeisée, prend parfois des allures de retrouvailles ontologiques. A la clé, un bouleversement ontique prend la forme d'épousailles, comme cela a été mon cas. Cet attachement à une subjectivité corporeisée met en perspective une notion affective qui par analogie retrouve des principes similaires aux processus d'attachement tels que théorisés par Bowlby et ses successeurs. Je ne citerai que celui de la figure d'attachement totalement subjective dans le cas qui m'intéresse et sous la forme d'une présence aimante et des attributs que l'on connaît. La confiance, l'autorisation à être (sentiment de soi), le sentiment d'amour inconditionnel, le sentiment d'existence dans un espace de sécurité ontologique et enfin l'ouverture à l'exploration sont les items insignes à la base des découvertes des attachementistes les plus célèbres sortant l'affectivité et des liens fusionnels des griffes de la seule interprétation pulsionnelle freudienne. L'homme est un être ontologiquement attaché à la vie et semble être mal à parti avec ses représentations du détachement. Faire l'expérience de ses liens génériques à sa manifestation dans le monde pourrait libérer l'homme de charges émotionnelles étant la manifestation d'excédents d'une énergie vitale ne trouvant pas son lit pour s'écouler librement.

6.10.3 A contre-courant de la solitude héroïque

Mattieu Ricard, Lytta Basset, Fabrice Midal ou Bernard Honoré, chacun à sa manière, reprennent la logique henryenne. En plaidant pour un ancrage au subjectif, en suggérant une attention-vigilance sous l'influence d'une affectivité enfuie au cœur du

cœur et de la chair, ils nous convient à des pratiques de connexion à une source de tendresse dont le monde, paradoxalement, crie sa dépendance. Dans sa déroute à l'individualisme, à l'hyperconsommation et à la performance (dromologie), bref, l'homme post-moderne est assujetti au dogme de la solitude héroïque dont Laing et Bauman nous ont averti l'issue dramatique. Le sentiment d'appartenance peut-il être adjuvant du sentiment d'existence ? Le second ne prend-il pas toute sa valeur que depuis le fait d'expérience, le fait de conscience puis le fait de connaissance du premier ? Expérientiellement parlant, ma pratique m'amène à répondre assertivement à cette question.

6.10.4 Une phénoménologie de la Vie : sur les traces du Sensible

La phénoménologie assubjective et non-intentionnelle[481]de Michel Henry étaye ma vision en la théorisant. La phénoménologie du Sensible, à l'image de la praxis proposée par la pédagogie perceptive, s'allie à la « vérité de la Vie », en fait le pré-mouvement, le pré-sens, le pré-affectif de « la vérité du Monde ». Le propos du Sensible est de créer la rencontre du sujet avec l'essence de la Vie depuis un fait d'expérience baignée dans l'aune de la Vie subjective en misant sur les faits de conscience, des faits de connaissance, des prises de conscience menant à un changement des représentations et sans chercher à travailler les comportements pour eux-mêmes. Comme Henry, Bois mise sur l'auto-donation de la Vie, l'auto-révélation de la Vie et l'auto-affectivité de la Vie pour mettre au Monde un sujet- corps-vivant et sorti d'une cécité perceptive d'un 'corps-déserté-objet' retrouvant un « Se-Vouloir-de-la-Vie » comme désir manifesté par l'animation interne de la matière. Les pratiques du Sensible s'ancrent dans un *Pathos-avec* (Henry, cité par Tarditi[482], 2012, p. 58) défini ici par défaut comme une

> intersubjectivité vivante et pathétique en laquelle je suis avec l'autre, l'intersubjectivité en première personne. (Henry, cité par *Ibid.* p. 65)

[481] Ce terme très peu employé dans ma thèse m'a été inspiré par Catherine Mayor, car c'est ainsi qu'elle dénomme la phénoménologie de M. Henry. Ce qualificatif précise que seule la perception de la vie dans son essence peut expliquer les phénomènes qui nous apparaissent, ils sont la conscience affectée de la Vie elle-même et non pro-jetés comme des objets ex-istant par une intentionnalité tenue par principe de se découplerde la Vie.

[482] Voir : Le "Pathos-avec" Intersubjectivité, Intropathie et Regard clinique Claudio Tarditi Journal of French and Francophone Philosophy - Revue de la philosophie française et de langue française, Vol XX, No 2 (2012) pp 57-74 Vol XX, No 2 (2012) ISSN 1936-6280 (print) ISSN 2155-1162 (online) DOI 10.5195/jffp/2012.529 http://www.jffp.org

Expérientiellement, la proposition d'Henry assignant au Moi invisible une ipséité radicale, la seule qui puisse révéler le sujet à lui-même et en lui-même résonne avec la problématique et ma question de recherche. Rien de moi ne se rapproche plus de moi que cet « autrui de moi-même » (Bois, 2010) lorsqu'il m'affecte dans le sens qu'il irrite mon attention, m'introduit, dans son bas régime de présence, à mon corps, au corps que je suis, et m'émeut d'une affectivité originelle, donc première dont la seconde lui est adossée. Mais l'une et l'autre doivent-elles être écartelées ou cloisonnées pour autant ? Expulsée, sacrifiée l'une par l'autre ? Il convient d'abord d'en distinguer les contours, les chevauchements possibles. Avec Henry, la lumière de l'une éclaire l'autre, chacune pouvant donner trace à l'autre, car, en définitive, le corps originaire est toujours un corps affectif et affecté.

6.10.5 Une corpspropriété, l'âme et le corps subjectif

Toujours en chemin avec le phénoménologue français, la communauté des corps originaires donne à toute singularité une contingence plurielle. Toute mise en œuvre et actualisation est praxis seconde de la praxis originelle du-monde-de-la-Vie. En utilisant le terme « Œil-corps », Henry relie dans une solidarité inaliénable chaque être à la terre, faisant de lui un habitant-propriétaire de cette terre. Loin de n'être qu'un fantôme, un souffle innocent, le corps subjectif est la manifestation objective d'une âme toujours mêmement âme du monde.

6.10.6 L'empathie henryenne par contraste à l'intropathie chez Ricoeur

L'entendement henryen d'un corps de la subjectivité pure retentit sur la notion d'empathie déjà discutée au cours de cette partie. Il me semble qu'en plaçant le corps originel de toute expérience d'autrui au sens d'un être réel pour lui-même et d'abord cela modifie la notion d'*intropathie* (chez Husserl) introduite par Ricoeur pour remplacer le terme « empathie » ; L'intropathie est un vécu primordial qui reconnaît la présence de l'autre. Ce que Ricoeur nomme

> la lecture du corps d'autrui comme signifiant des actes qui ont une visée et une origine subjective. La subjectivité est donc interne et externe. (Ricoeur P. , 1988, p. 14)

L'intropathie envisagée par Ricoeur nie un fondement posé par Henry, celui de l'auto-affection, en privilégiant une hétéro-pathie vécue en soi certes, démontrant une

capacité de rencontre affective en soi-même tout en étant une activité cognitivo-affective qui sait se déplacer et se replacer en plaçant un autrui là où il est vraiment. L'être-homme est la possibilité originel d'un pathos-avec ; ce que l'intropathie ne signifie pas, c'est bien que l'affectivité est première et non noématique comme l'entend Ricoeur à la suite de Husserl. On voit la complexité conceptuelle à l'œuvre ici. Je retiens du détour fait ci-dessus une emphase sur les effets philosophique et épistémologique de la pensée assez radicale de l'auto-affectivité. Finalement, à la faveur de la notion d'auto-affection et d'intropathie, je comprends mieux encore le mode empathique sur le mode du Sensible - bâtie sur la réciprocité actuante ou l'interréciprocité - que je peux situer à la fois henryenne et Ricoeurienne. Henryenne car elle s'ancre dans la Vie, Ricoeurienne, car elle s'altère au contact de la singularité d'autrui. Les deux conduisant à une herméneutique du soi.

6.11 La place de l'affectivité dans une phénoménologie asubjective

Ma rencontre avec Patocka a un point commun avec celle de Laing. Elle est bouleversante, humanisante, trouvant des recoins les plus retirés de ma conscience, il me semble que la pensée tchèque va chercher le fond de solidarité présent en chaque être. La pensée patockienne affecte, rapproche du cœur de l'homme-citoyen non séparé de l'homme intérieur. Les penseurs dont la vie bouleversée (Hillesum, Semprun) par l'autoritarisme m'éveillent profondément dans mon humanité lorsqu'ils trouvent les ressources pour faire de leur existence une œuvre pour leurs frères humains. Dans la veine d'Henry, la phénoménologie asubjective de Patocka rapproche deux univers, pour ne pas dire unifie, celui de l'être toujours présent dans le moindre des actions quotidiennes en tant que pratiques civiques, sans quitter la ressource ultime de la liberté souveraine, celle existant en soi-même. La responsabilité d'être sujet prend une valeur singulière chez cet auteur car elle fonde le sens citoyen et politique (et non de la politique) dans un corps sujet toujours présent. Un corps vivant portant à la fois la subjectivité et étant porté par elle, dans une totalité non séparée de nous-même par quelque intentionnalité ou pro-jection. Dans ce cas, que devient l'affectivité ? Elle se trouve sertie dans le mouvement corporel manifesté dans la dynamique de l'acte d'accomplissement et de réalisation unique à chaque personne.

6.11.1 Se laisser toucher par l'horizon : une pensée de l'advenir

L'affectivité patockienne est un mouvement que je comprends comme étant le désir générique de la croissance de l'être toujours inscrite dans une réalité historico-social. L'affectivité est ce passage de la subjectivité à l'objectivité, de l'objectivité à la subjectivité et dans ce jeu, la mise en sens de l'existence d'un devenir toujours là, en attente de son incarnation dans le monde et dans ce même mouvement, de l'incarnation du monde lui-même auquel on aspire. « Soyez le changement que vous voulez voir dans le monde » disait Gandhi. Le changement patockien se situe dans la liberté intérieure sans le déterminisme d'une dictature intérieure précédent celle de l'extérieure ; il y a une quasi-équivalence entre le monde et les tonalités affectives qui l'a habitent, elles sont les balises permettant au sujet de se dire à lui-même où il se trouve, dans quel espace il évolue. La disposition spatiale, psychique, pratique au monde est attirance, élan, ouverture, rétention, rétrécissement ; elle est éminemment affective. En gros, Patocka nous dit : « regarde où est ton corps, il te dira comment tu vas ». Le corps patockien est un corps sujet, un corps affectif puisqu'il qui porte en lui des possibilités à actualiser dont l'affectivité donne les indices de son actualisation. Les tonalités du vivre sont affectives à travers l'intérêt, l'ennui, la répulsion ou la souffrance et l'espérance. Ces deux situations affectives dont on comprend qu'elles soient récurrentes dans son œuvre, comme chez d'autres penseurs résistants, sont l'occasion d'une voie de libération ultime face à toute oppression (intérieure ou extérieure) pour la souffrance, et un horizon à maintenir constant pour la seconde. Être conscient, être ce un corps-sujet est l'ultime résistance face au totalitarisme où le dessaisissement des évidences apparentes de soi peut être l'occasion de l'acquisition la plus souveraineté de soi, toujours tissé dans la communauté qu'elle tisse en même temps.

Le concept boisien de l'advenir, bien qu'il ne pointe pas la vie citoyenne, me semble proche et résonne par certaines analogies à celui de Patocka. L'advenir est la voie de la vie elle-même, au-devant de nous et c'est le rapport au mouvement d'une subjectivité arrimée à un corps-sujet, un corps vécu, ressentant la vie dans son essence, et qui nous conduit à la bordure du futur. Le sujet actif et passif à la fois en lui-même est acteur de son accomplissement dans un rapport aux événements qu'il traverse.

6.11.2 La réciprocité et la présence comme attente de possibilités

Patocka inaugure une perspective sur la mort, la séparation, la distance à travers une notion qui ramène l'affectivité au premier plan du vivre-là dans l'existence avec les multiples épreuves joyeuses et dramatiques dont elle est le caractère le plus concret. En prenant l'exemple du deuil, l'auteur m'a montré et confirmé combien toute relation porte en elle une possibilité d'advenir qu'il n'est pas évident de réaliser et pas forcément à actualiser dans le présent de la relation. A rebours de mon histoire de vie, la logique patockienne est brillante et bienveillante, soignante même. Elle met en chemin une herméneutique de la relation à soi, à l'autre, au groupe à la société et la construction de son histoire (je devrais dire de ses histoires multiples ou de l'historial). Dès que je suis et où que je sois, lorsque la réciprocité se donne dans la présence ou dans l'absence, s'ouvre à moi l'accès à une énergie en attente. Elle porte une réalisation potentielle au cœur de moment présent d'un vivre, d'un vivre ensemble, mais également après, et longtemps après. Le vivre est porté par une énergie de possibilités dont certains empans ne pouvaient être actualisés dans les contextes de la vie telle qu'elle se donnait. Chacun peut avoir sous la main des exemples concrets de réalisation faîtes qui sont, sans qu'il s'en soit rendu compte, des possibilités nées de relations passées (aux personnes, aux lieux, aux objets). Cela rejoint peut-être la pensée sartrienne qui définit le sujet comme la personne comme une possibilité de faire quelque chose de ce que la vie a fait d'elle. Les résidus de présence d'autrui sont des sources de création, leur force tient dans la manière dont ils nous ont affecté ; l'histoire ne montre-t-elle pas cette loi invisible ?

6.12 Le monde magique : l'émotion créé avec la complicité du corps !

Avec Sartre, le substantif « émotion » reprend sa place en toute logique à la faveur d'une esquisse de la théorie des émotions. La philosophie présentée ici donne au corps un pouvoir tout en lui reconnaissant une passivité – qui n'est autre que le pouvoir de la réceptivité - puisque la conscience émue imprime un certain état dans le corps, par un mouvement en spirale, le corps et la conscience s'en trainent et s'altèrent mutuellement jusqu'à modifier le monde dans lequel ils se tiennent, solidaires dans leur création. L'affectivité sartrienne est 'alchimique' et son issue, le monde magique. Ce phénomène donne à la dimension émotionnelle une vertu herméneutique et heuristique insignes. Elle est aussi l'intuition de l'absolu en procédant par magie. L'émotion non

seulement créé le monde triste ou joyeux dans un corps en larme ou tout sourire, mais ces pleurs et ces rires est un ris sont des incantations – enchantements des sens, du cœur et de l'esprit. Dans cette optique, l'émotion peut être définie comme un rituel de passage et de transformation d'une réalité du monde à une autre. Elle altère l'être-au-monde et constitue son dévoilement (du monde)

6.12.1 L'émotion fournit à l'objet qu'elle atteint une structure affective : elle est réalisation

La cosmogonie affective sartrienne donne à l'émotion un statut particulier en l'élevant au rang de conduite, d'entreprise, d'œuvre (*ergos*). L'émotion est un agir et a sa gestuelle propre dont j'ai donné le caractère plus haut. L'émotion porte donc un projet, elle pousse et précipite le sujet dans l'advenir qu'elle imagine pour lui. Elle est par essence protension en raison de sa double possibilité : émouvoir et s'émouvoir d'elle-même ou de ce qu'elle émeut. Dans cette dynamique, l'émotion unit les deux entités constitutives à l'origine de l'Être : l'En-soi (essence) et le Pour-soi (le manifesté dans un corps, par un agir). L'émotion, l'être et le corps forment un espace évolutif de création du monde. Le corps par sa nature d'objet dans le monde et vécu immédiat de la conscience se trouve au centre d'un processus herméneutique comme je l'ai nommé précédemment.

6.12.2 De la nécessité de l'empirie

Dans la conclusion de l'Esquisse, Sartre pose deux idées maîtresses incluant et dépassant le cadre de son projet d'une phénoménologie des émotions. Dans une figure rhétorique, l'auteur, promeut une entreprise phénoménologique pure et progressive pour rendre compte de la complexité de l'émotion en lien avec la facticité de l'existence. Nécessairement, cette phénoménologie doit avoir recours à l'empirie pour rendre compte du phénomène de l'émotion.

6.12.3 La dimension émotionnelle sur le mode du Sensible : une chute dans le magique ?

En parcourant les propos de Sartre, je ne peux m'empêcher certaines analogies avec l'univers du Sensible. D'ailleurs, l'usage de ce substantif appelle à monde

spécifique, doté de ces incantations propre, c'est-à-dire de ces rituels de passage comme des guets pour passer d'un monde à un autre. Métaphoriquement, les processus et les états décrits par les personnes pénétrant la demeure du Sensible, sonnent dans un ton étrange (avertissement donné au lecteur par Danis Bois dans sa thèse) et défient la rationalité. En soi, rien que ce fait, mettre à jour la transformation d'un monde, d'une tenue dans ce monde, d'une disposition singulière qui s'accorde avec la thymie du Sensible dont les tonalités affectives marquent le sceau. Nous le verrons dans la partie suivante, le climat du Sensible change le monde, dans le sens qu'il altère le rapport à lui en passant par une modification du corps lui-même, du sujet qui y séjourne, du groupe et de sa vie Pour-elle. En ce sens, la philosophie des émotions proposée par Sartre donne un souffle nouveau aux ailes de mon moulin.

7. L'ETAT DES LIEUX A LA FIN DE MON ENQUETE : UNE FORET DE SENS…

Penser c'est comme l'acte de marcher dans une forêt
où les chemins ne sont pas sûr « Holzweg »,
ils peuvent à n'importe quel moment finir dans l'impasse.

Ainsi est le chemin de la pensée ! Il est plus clair pour ceux qui en ont l'expérience,
ils y passent en faisant usage de leurs expériences,
cela ne veut pas dire que ces chemins sont faciles pour eux,
mais ils ont conscience de son aspect imprévisible.
Tribak Ahmed

Je viens de dégager les points saillants pouvant servir le projet de ma thèse, celui d'aller à la rencontre de la dimension émotionnelle du Sensible depuis une vision devenue bien plus vaste et riche que celle disponible à l'issue de ma première expédition théorique dans le champ des théories classiques et contemporaine de l'émotion et de l'affectivité. Métaphoriquement, je dirais qu'a poussé une véritable forêt de sens sur ce que peut être l'émotion et l'affectivité humaine. Je réalise qu'il ne s'agit donc pas de marquer une ligne compréhensive droite, mais de mesurer la réalité caléidoscopique de mon objet de recherche. La métaphore de la forêt et du chemin[483] s'accorde avec le sentiment qui m'habite à ce stade de ma recherche. En sortant de la route qui nous emmène là où nous voulons et où le connu nous attend, le chemin, lui, prend sa valeur dans la promesse de rencontres imprévisibles. Il nous

[483] En résonnance avec Heidegger M. : " Chemins qui ne mènent nulle part " Gallimard, idées

> promet des choses imprévisibles, des choses qui seraient la voix ou le visage de ce qui est resté pour longtemps caché, voix et visage de ce que nous pourrons dévoiler par la force que nous faisons subir aux choses pour qu'elles se dévoilent. Le chemin n'a d'importance que pour celui qui en connaît l'importance, que pour celui qui est en quête de quelque chose ! Comme cette forêt où bûcherons et forestiers ont beaucoup de choses à faire et à voir. Le chemin n'est en position de chemin qui ne mène nulle part que pour ceux qui n'y ont aucun intérêt. Le chemin de la pensée, n'est pas un chemin bouclé et fermé, il est pour ceux qui s'y connaissent bien une aventure méritée vers quelques choses qu'on devrait faire parler ! Mais le chemin est fermé lorsqu'il y a désintéressement. Le chemin est une affaire d'intérêt ! Cherches-tu quelque chose dans ce chemin ? Alors il est bon pour toi d'y marcher ! Tu n'as rien d'intérêt dans ce chemin ? Alors tu n'y trouveras rien ![484]

L'analogie heideggérienne me permet proposer une synthétise graphique de mon exploration de l'approche phénoménologique de mon objet de recherche. Les figures présentées ci-après (A, B, C) m'ont permis de recentrer l'essentiel de chacune des contributions des auteurs concernés dans un ensemble unifié structurellement et métaphoriquement par un arbre : 1/des racines – fondements de la pensée de l'auteur sur la dimension émotionnelle et l'affectivité ; 2/ Le tronc avec sa pastille blanche donne à voir au passage l'originalité la voie de passage empruntée et l'apport générique de chaque phénoménologue ou philosophe consulté ; 3/ les branches principales donnent à comprendre les axes de compréhension déployés ; 4/ les branches de section plus fines rendent compte de sous-catégories phénoménales. Le tout constitue un arbre parmi les autres dans un ensemble constituant une forêt de sens émergeant de mon exploration, et dans laquelle mon esprit peut maintenant se promener et marcher. Il est capable de décrire des manières différentes et complémentaires de concevoir mon objet de recherche. Je peux intégrer et comparer chacune des poussées de sens émergentes de ma rencontre plurielle.

Sur le plan pragmatique, dans mon métier d'accompagnateur et de formateur, ces schémas se présentent comme des voies de vulgarisation de champs théoriques plus ou moins ardus. Ils forment une synthèse didactique et pédagogique précieuse pour mes cours à venir. En ce sens, à l'arrivée de ma troisième partie, je me retrouve avoir créé pour un outil pédagogique improbable il y a trois cents pages. J'alimente mon troisième objectif de ma thèse, celui d'avoir laissé émerger avant même d'avoir abordé ma cible ultime (l'émotion et l'affectivité présente dans la psychopédagogie perceptive) des espaces compréhensifs et pédagogiques nouveaux pour moi, mes étudiants et la variété du public intéressée par le domaine des émotions et de l'affectivité

[484] Voir : http://digression.forum-actif.net/t457-heidegger-et-le-chemin

Je garde à l'esprit ma question de recherche, elle reste en fond sonore dans la partie suivante, étayée par le travail qui vient d'être réalisé et illustré par ce qui suit.

7.1 Résonances graphiques : les arbres de la dimension émotionnelle et de l'affectivité

Je viens de dégager les points saillants pouvant servir le projet de ma thèse, celui d'aller à la rencontre de la dimension émotionnelle du Sensible depuis une vision devenue bien plus vaste et riche que celle disponible à l'issue de mon premier parcours dans le champ des théories classiques et contemporaine de l'émotion et de l'affectivité. Métaphoriquement, je dirais qu'a poussé une véritable forêt de sens sur ce que peut être l'émotion et l'affectivité humaine. Je réalise qu'il ne s'agit donc pas de marquer une ligne compréhensive droite, mais de mesurer la réalité caléidoscopique de mon objet de recherche. La métaphore de la forêt et du chemin[485] s'accorde avec le sentiment qui m'habite à ce stade de ma recherche. En sortant de la route qui nous emmène là où nous voulons et où le connu nous attend, le chemin, lui, prend sa valeur dans la promesse de rencontres imprévisibles. Il nous

> promet des choses imprévisibles, des choses qui seraient la voix ou le visage de ce qui est resté pour longtemps caché, voix et visage de ce que nous pourrons dévoiler par la force que nous faisons subir aux choses pour qu'elles se dévoilent. Le chemin n'a d'importance que pour celui qui en connaît l'importance, que pour celui qui est en quête de quelque chose ! Comme cette forêt où bûcherons et forestiers ont beaucoup de choses à faire et à voir. Le chemin n'est en position de chemin qui ne mène nulle part que pour ceux qui n'y ont aucun intérêt. Le chemin de la pensée, n'est pas un chemin bouclé et fermé, il est pour ceux qui s'y connaissent bien une aventure méritée vers quelques choses qu'on devrait faire parler ! Mais le chemin est fermé lorsqu'il y a désintéressement. Le chemin est une affaire d'intérêt ! Cherches-tu quelque chose dans ce chemin ? Alors il est bon pour toi d'y marcher ! Tu n'as rien d'intérêt dans ce chemin ? Alors tu n'y trouveras rien ![486]

L'analogie heideggérienne me permet de suivre mon élan de synthétiser mon exploration de l'approche phénoménologique de mon objet de recherche. Les figures présentées ci-après m'ont permis de recentrer l'essentiel de chacune des contributions des auteurs concernés dans un ensemble unifié structurellement et métaphoriquement par un arbre : 1/des racines – fondements de la pensée de l'auteur sur la dimension émotionnelle et l'affectivité ; 2/ Le tronc avec sa pastille blanche donne à voir l'originalité la voie de passage empruntée et l'apport générique de chaque phénoménologue ou philosophe consulté ; 3/ les branches principales donnent à comprendre les axes de compréhension déployés ; 4/ les branches de section plus fines rendent compte de sous-catégories phénoménales. Le tout constitue un arbre

[485] En résonnance avec Heidegger M. : " Chemins qui ne mènent nulle part " Gallimard, idées
[486] Voir : http://digression.forum-actif.net/t457-heidegger-et-le-chemin

parmi les autres dans un ensemble constituant une forêt de sens émergeant de mon exploration, et dans laquelle mon esprit peut maintenant se promener et marcher. Il est capable de décrire des manières différentes et complémentaires de concevoir mon objet de recherche. Je peux intégrer et comparer chacune des poussées de sens émergentes de ma rencontre plurielle.

Sur le plan pratique, ces schémas se présentent comme des voies de vulgarisation de champs théoriques plus ou moins ardus. En plus de former une synthèse de mon cheminement théorique, ils participent à un outil didactique et pédagogique précieux pour mes cours à venir. En ce sens, à l'arrivée de ma troisième partie, je me retrouve avoir créé un outil pédagogique improbable il y a quelques centaines de pages. J'alimente mon troisième objectif de ma thèse, celui de laisser émerger avant même d'avoir abordé ma cible ultime (l'émotion et l'affectivité présente dans la psychopédagogie perceptive) des espaces compréhensifs et pédagogiques nouveaux pour moi, mes étudiants et toute forme de clientèle pouvant être intéressée par le domaine des émotions.

Je garde à l'esprit ma question de recherche, elle va pouvoir se déposer pleinement dans la partie suivante, étayée par le travail qui vient d'être réalisé.

Place aux résonances graphiques et à une forêt composée de dix émergences d'arbre de l'affectivité.

Puis le lecteur pourra apprécier les détails de chaque arbre. Inspirés par les auteurs rencontrés dans lors de mon parcours exploratoire. Ils seront placés dans un ordre lié à la chronologie ou à l'importance des contributions dans l'histoire de la phénoménologie en lien avec l'affectivité. Métaphoriquement, le lecteur se retrouvera au milieu d'une nature colorée, composée par les points-clés de chacune des contributions perçues comme une valeur ajoutée à ma compréhension de mon objet de recherche :

1. Maine de Biran
2. Heidegger
3. Sartre
4. Merleau-Ponty
5. Scheler
6. Patocka
7. Henry
8. Barbaras
9. Depraz
10. Billeter

Une Forêt de sens : les émergences de l’arbre de l’affectivité

Emergence de l'arbre de l'affectivité
Inspiré par Maine de Biran et Bégout

La construction de l'arbre de l'affectivité à partir d'Heidegger, d'Escoubas et d'Honoré

Emergence de l'arbre de l'affectivité (émotion)
Inspiré par Sartre

La construction de l'arbre de l'affectivité
à partir de Merleau-Ponty et Mazis

Emergence de l'arbre de l'affectivité - Inspiré partir de Scheler

Emergence de l'arbre de l'affectivité - Inspiré par Patocka

Emergence de l'arbre de l'affectivité
Inspiré par Henry

Emergence de l'arbre de l'affectivité - Inspiré par Barbaras

Emergence de l'arbre de l'affectivité
Inspiré par Depraz

Emergence de l'arbre de l'affectivité
inspiré par Billeter

7.2 La phénoménologie : un bon paradigme pour comprendre et décrire la personne ému ?

A l’issue de mon parcours, cheminant dans les sentiers de cette forêt de sens sur ce que peut revêtir la dimension émotionnelle et l’affectivité, s’est confirmée la valeur de la phénoménologie pour délimiter le territoire depuis lequel peut se comprendre l’émotion du Sensible et l’affectivité propre à la pédagogie perceptive. Les réponses ont été nombreuses et certaines troublantes. Différentes facettes ont été mises à jours, et de façon générique, celle d’une subjectivité indissociable du corps vécu. Tout en constituant un miroir dans lequel ont pu se réfléchir la palette colorée de mes vécus, l’ensemble de ce corpus n’a pas pu saturer le sens et l’essence de ce qui constitue ma propre expérience et ma manière de me sentir ému, affecté, troublé au contact du Sensible. J’ai l’intuition que c’est en plongeant dans une expérience qui m’est devenue familière que je pourrais prendre totalement la mesure de la transformation de mon terrain d’accueil empirico-théorique ; il est la récolte de la partie que je clos maintenant sous la forme d’autres antennes pour réceptionner dans sa plénitude l’expérience de l’homme ému sous le mode du Sensible, la décrire, la comprendre. J’aborde donc le paradigme du Sensible avec de nouvelles sensibilités théoriques et empirico-théoriques. Vais-je pouvoir préciser les constituant d’un arbre de l’affectivité spécifique, celui de la dimension émotionnelle du Sensible ?

QUATRIÈME PARTIE :

LA DIMENSION EMOTIONNELLE ET LE CHAMP DE L’AFFECTIVITE DANS LE PARADIGME DU SENSIBLE

Pénétrer le monde de l'intériorité corporelle,
c'est explorer une « région sauvage »,
vierge de toute référence connue.
Danis Bois

Accompagner le changement humain exige d'oser
investir au présent sa propre subjectivité pour
se voir à l'œuvre dans les négociations importantes qui interpellent
les personnes, les groupes, les organisations et les communautés accompagnées.
Jeanne-Marie Rugira

OBJECTIFS ET MANIERE D'ABORDER CE CORPUS THEORIQUE

Dans cette partie, je retrouve mes terres et ses racines théorico-pratiques après avoir cheminé dans des espaces plus éloignés de ma culture. Le regard imprégné du parcours théorique et herméneutique précédent donne une valeur ajoutée à ma compréhension de la psychopédagogie perceptive. Le trajet mené jusqu'ici offre de nouveaux points d'arrimage épistémologiques sur la question qui m'intéresse et une autre perspective sur les travaux effectués et qui concernent le paradigme du Sensible, qu'ils aient été fait dans le cadre de notre laboratoire du CERAP ou dans d'autres instituts universitaires. Je prioriserai l'apport des cinq thèses de doctorat effectuées à ce jour, dont celle *inaugurale* du fondateur de la psychopédagogie perceptive, Danis Bois. Enfin, je prendrai appui sur ma recherche initiale de mestrado dont la présente thèse constitue le prolongement concret.

Dans son premier mouvement – chapitre 1 - cette quatrième partie prolonge en quelque sorte le deuxième chapitre de la première partie[487] dans lequel j'ai présenté une expérience subjective corpéoréisée et un ensemble de phénomènes vécus que j'ai détaillés. Je rappelle que j'y ai présenté un premier niveau de la théorisation de cette expérience, c'est-à-dire la rencontre entre trois pôles : *un principe actif, un support matiéré et une conscience du sujet.* Ainsi se profile un paradigme lui-même, au-delà de la simple théorie comme un ensemble de modèles et de pratiques : *le paradigme du Sensible*. J'y ai décrit deux modélisations ancrées, celui de la spirale existentielle du processus de renouvellement du Sensible et celui de la modifiabilité perceptivo-cognitive et comportementale permettant de mieux comprendre en quoi le paradigme du Sensible s'origine dans un intérêt porté au corps et au mouvement, à la perception, à la

[487] Chapitre 2, première partie : La dimension émotionnelle et le champ de l'affectivité au contact du Sensible – première approche et premières question, pp 86-124.

lenteur, au silence et à l'invisible, à la présence à soi et au monde. Le premier chapitre rendra donc compte d'une exploration théorique ancrée dans le vécu de personnes en contact avec l'expérience de soi, de l'autre, et du monde, et dont le sol est la présence d'une animation interne, perçue par la personne. Il fera rentrer le lecteur dans les coulisses de l'affectivité rencontrée sur le mode du Sensible et désignée jusqu'à présent comme une méta-affectivité[488]. Un personnage singulier se donnera à voir comme une figure de la personne affectée au contact du Sensible.

Dans un deuxième chapitre intitulé « Dans la peau de l'homme ému », le lecteur découvrira quatre récits phénoménologiques sélectionnés dans l'ensemble des entretiens menés pour cette thèse. Je précise d'emblée mon mode d'appréhension de ces données. Comme je l'ai spécifié dans mon devis méthodologique, ce corpus ne constituent pas en soi un résultat de recherche mais *une matière de résonances* dans ma réflexion empirico-théorique sur la question de la dimension émotionnelle et de l'affectivité sur le mode du Sensible. A partir d'une parole donnée à des experts en pédagogie perceptive, des résonances feront ressortir la couleur *phénoménale de l'homme ému.* Un regard herméneutique transversal des récits produits dont les contenus ont pris leur source dans une question simple et très ouverte, « Quand vous entendez l'expression « homme ou femme émus » qu'est-ce que cela vous fait ? Comment ça résonne pour vous ? », me permettra de revenir sur ma question de recherche initiale depuis des éléments nouveaux.

Le troisième chapitre sera consacré au dialogue entre la forme phénoménale de l'homme ému émergeant de mes interactions avec les données empiriques et la synthèse de mon parcours exploratoire théorique. A la faveur des éléments de compréhension offerts par la compréhension classique et contemporaine de l'émotion, l'apport spécifique du champ de la phénoménologie, puis ceux déjà élaborés dans le paradigme du Sensible, je rendrai compte dans une discussion finale des résultats de mon parcours de recherche. Les fruits de cette table ronde entre trois corpus et ma raison, mon affection et l'homme ému permettront l'émergence de l'arbre de l'affectivité sur le mode du Sensible.

[488] Dans la leçon N°1 : la nature Sensible de l'homme, D. Bois cite le niveau méta-affectif comme le deuxième changement d'état dans la rencontre avec le Sensible. Pour plus d'information, consulter le site personnel http://danis-bois.fr/?p=1147.

CHAPITRE 1 : DE LA PERCEPTION DES SENSATIONS A UNE AFFECTIVITE VECUE

Mais comment dire, sans pétrifier cette vie du sensible
qui se répand en imprégnant et en contaminant,
vie où tout se touche et s'échange, faite de plis,
dédoublements et redoublements
qui se densifient ad infinitum?
Comment dire, sans démêler,
ce qui est mélangé?
Isabel Matos-Dias

1. LES RECHERCHES EXISTANTES : LA PAROLE A L'EXPERIENCE TELLE QU'ELLE SE VIT

1.1 Un autre régime d'activité au service de cette étude

Je vais rentrer dans un autre régime d'activité au sein de cette recherche : celui ouvrant la porte aux témoignages de personnes interrogées dans le cadre des *recherches effectuées jusqu'à présent* dans le cadre du CERAP. Prendre en considération l'expérience de la personne, l'écouter, la laisser relater son vécu, recueillir la manière singulière de les nommer, c'est assurément pour moi donner de la consistance et de la vivance à mon étude. C'est conforter et confronter la pensée, les représentations ou/et les données théoriques présentées jusqu'ici au réel d'une vie phénoménale, celle de la dimension émotionnelle et du champ de l'affectivité que je cherche à élucider. Les recherches passées seront précieuses à plusieurs égards. Elles rendront compte du travail fourni sur le thème qui m'intéresse, mettront en perspectives de nouvelles compréhensions et de nouveau questionnements.

1.2 Petit inventaire des recherches consultées : plus que des prémices !

En regardant les recherches dans le cadre du CERAP, certaines parmi elles rapportent les effets – majoritairement positifs – liés au sentiment de bien-être émotionnel au contact de la pratique et des outils manuels, gestuels et introspectifs proposés dans le paradigme du Sensible. Nous voilà introduit dans la dimension

émotionnelle et au champ de l'affectivité. Certains travaux et publications offrent une compréhension et un développement plus poussé sur le champ de l'affectivité comme par exemple, les sentiments (Bois, 2006, 2007 ; Bourhis, 2011 ; Laronde 2012 ; Nottale, 2014), avec une attention pointant des phénomènes lui étant liés comme l'empathie (Bois, 2007 ; Cusson, 2010 ; Morgadino, 2011 ; Denardi, 2012), les tonalités affectives, (Bois, 2007 ; Humpich , 2007). Comme je l'ai relevé dans ma pertinence scientifique, ma recherche de mestrado consacré à l'implication et la résonance dans l'expérience extra-quotidienne du Sensible et trois autres publications (Humpich J., 2007, 2008, 2009, 2015), constitue à ce jour la masse critique du questionnement sur la question de l'affectivité dans le paradigme du Sensible. A partir d'un méta regard sur ces études, il est possible de déployer une réflexion sur les liens entre la perception des sensations propre au Sensible et l'ouverture à une affectivité vécue, de suivre le fil rouge d'un processus d'élucidation menant à l'émergence de deux notions propres liées à cette affectivité : l'émotion du Sensible et l'homme ému.

2. UN SENTIMENT PARTICULIER : LE SENTIMENT D'EXISTER ET LE SENTIMENT DE SOI

En lien avec le champ de l'affectivité, un sentiment particulier apparaît au contact du corps Sensible, il s'agit du sentiment d'exister lié au sentiment de soi. Le terme « sentiment » est utilisé ici comme une notion qui englobe la définition classique d'émotion secondaire tout en étant plus large et plus spécifique[489]. Dans sa recherche, Danis Bois relate l'analyse transversale des journaux de formation livre des itinéraires de transformation concrète et parmi elles le passage de sensations liées au mouvement interne à de véritables sentiments. Ce point ressort comme une des catégories émergentes de l'expérience en pédagogie perceptive et constitue le cinquième élément de la spirale processuelle du rapport au sensible (Bois, 2007, p. 290). Les descriptions suivantes montrent le passage d'une sensation à une dimension affective spécifique :

[489] Voir Bourhis, H. (2011). *De l'intelligence du corps à l'esquisse d'une théorie de l'intelligence sensorielle* In Réciprocité n°5, p. 10. « On trouve chez A. Damasio un regard qui associe perception, conscience et sentiment organique. La dimension perceptive renvoie ici au dialogue entre l'esprit et l'affect à partir d'une vision neurobiologique centraliste qui s'appuie sur un substratum anatomique et physiologique soumis à la dictée des fonctions cérébrales : « Les sentiments sont des perceptions, et il me semble que leur soubassement se trouve dans les cartes corporelles du cerveau. Celles-ci renvoient à des parties du corps et à des états du corps. » (Damasio, cité par Bourhis, p. 10)

> L'étape de la présence à soi signe le retour à soi qui se caractérise par un fort sentiment de plaisir, de bonheur, comme le précise A1 : « Je découvre le plaisir d'être avec moi, en ma compagnie » (A1 : l. 132), et cela avec la force de l'évidence : « Il est clair que j'ai de plus en plus de plaisir à rentrer dans la découverte de moi-même » (A1 : l. 338). La présence à soi est accompagnée d'une nouvelle façon de se percevoir : « J'ai la sensation très forte que je rentre de plus en plus dans ma vie » (A1 : l. 625). Aux stades précédents, l'étudiant décrit un univers de sensations et de découvertes d'une nouvelle intériorité. Au stade de la présence à soi, l'expression change ; par exemple, le mot sensation se transforme en sentiment d'être à soi : « Un sentiment de présence à soi bien réel » (A1 : l. 545) ; ou encore prend la forme d'un « présent corporéïsé » (J1, l. 262-263). Au contact de ce sentiment, certains évoquent des expériences inédites pour eux : « Je me surprenais à vivre des moments de grâce et de plénitude, de présence totale à moi même que je n'avais jamais vécu auparavant » (G1 : l. 423-425). Ce caractère inédit se retrouve très souvent : « Je ressens en moi des perceptions inhabituelles comme, par exemple, la présence à soi, à son corps » (N1 : l. 274-276). (*Ibid.,* p.305)

Ce sentiment peut être perçu par contraste à un manque de consistance existentiel précédent la rencontre de la dimension Sensible. « Une autre étudiante découvre, au contact de ce sentiment d'exister, qu'elle se vivait à côté, comme à l'extérieur d'elle-même : « Je ne me rendais pas compte que j'étais dans un processus de non vie, de non moi. » (D1 : l. 15-16) (*Ibid.,* p. 306). Dans son étude, sans en donner tous les détails, H. Bourhis rend compte d'une forme d'émotion permettant d'être à l'écoute de la matière vivante de la personne et celle de l'autre qu'elle touche. Cette émotion sous la forme d'une *résonance émotionnelle incarnée* participe au déploiement de ressources mises en œuvre dans le toucher manuel de relation[490]. Les personnes en cours de formation professionnelle relatent des critères d'ordre méta-émotionnels lié à une qualité de réciprocité intra et interpersonnelle touchante mais ne relevant pas d'une affectivité classique (2011, pp. 243, 246). Pour l'auteure,

> à l'évidence, la nature de la relation n'est pas émotionnelle, mais elle concerne les acteurs de la relation au niveau de leur fibre humaine : « Je souligne que je suis touchée mais pas au sens des émotions ou de l'affect, je tends à dire peut-être humainement touchée. » (J., l. 270-274). (*Ibid.*, p.286)

Plus loin dans cette recherche, l'auteure parle d'une émotion positive se situant dans un arrière-plan émotionnel où se décline un « sentiment d'existence », un contact avec le vivant. (*Ibid.*, p.377). À travers ces propos et ces témoignages, on devine des liens, des ponts et des ambiguïtés sémantiques déjà abordées dans le premier chapitre relatif au vocabulaire des émotions. La présence du corps, d'un émoi, d'une sensibilité

[490] Toucher spécifique de la fasciathérapie et de l'approche en psychopédagogie perceptive. Voir : Courraud, C. (2009). L'entretien tissulaire : une pratique de la relation d'aide en fasciathérapie, in Bois, D., Josso, M.C., Humpich, M. (orgs), Sujet Sensible et renouvellement du moi : les contributions de la fasciathérapie et de la somato-psychopédagogie. Ivry-sur-Seine: éditions point d'appui, p. 193-220.

et d'altérations diverses trahit un univers affectifs qui déborde ou place ailleurs les repères habituels. Ce phénomène se reconduit au sujet de l'empathie. Retrouvons figurés les premiers liens entre une rencontre corporelle, des sensations corporelles l'émergence d'une affectivité sous la forme du sentiment d'exister. Comme le relève Bois (2014),

> On a le sentiment de s'engager dans les instances les plus personnelles et intimes de l'être humain. (p.39)491

De l'expérience d'une sensation à une affectivité :
Le sentiment d'exister dans la spirale processuelle du Sensible
(Bois, 2007)

3. L'EMPATHIE[492] SUR LE MODE DU SENSIBLE : LA RECIPROCITE ACTUANTE

Une dimension empathique est logiquement convoquée dans le paradigme humaniste du Sensible dont une des particularités est la finesse des processus

[491] Extrait tiré du résumé de la thèse (Bois, 2007) et schéma reproduit sur le modèle présent dans cette recherche. Voir : http://www.cerap.org/pdfs/memoires/these-resume-db-fr.pdf

[492] J'ai évoqué la notion d'empathie à plusieurs reprises dans cette thèse, ai donné des éléments spécifiques dévoilées par la pratique de la pédagogie perceptive. Pour plus de précision, voir le développement sur cette question dans la thèse d'Hélène Bourhis. Bourhis, H. (2012). Toucher manuel de relation sur le mode du Sensible et Intelligence sensorielle - Recherche qualitative auprès d'une population de somato-psychopédagogues. Thèse de doctorat en Sciences de l'Éducation, Université Paris VIII, (2.2.6. Les caractéristiques de la modalité relationnelle : empathie, intersubjectivité et réciprocité) pp 93-97.

attentionnels à l'œuvre, une qualité d'écoute, une présence à soi et à l'autre et ce, depuis un ancrage corporel. La prospection du corps Sensible permet de faire l'expérience d'une modalité de présence à soi et à autrui que Danis Bois a qualifiée de « réciprocité actuante » (Bois, 2007, Berger, 2009, Bourhis, 2012). La qualification d'« actuante » renvoie à la part très active du praticien ou du praticien-chercheur. Le substantif « réciprocité », quant à lui, renvoie au renoncement à l'asymétrie établie dans l'attitude empathique, puisque l'empathie est un mouvement qui consiste à se mettre à la place d'autrui sans qu'autrui se mette pour autant dans la nôtre. Certes, cette occurrence existe dans la dimension du Sensible, mais dans la réciprocité dite *actuante*, il est contrebalancé par un mouvement dans lequel chacun laisser autrui 'entrer' en lui, altérer son paysage perceptif, affectif, réflexif. Pour Marc Humpich et Danis Bois,

> la nuance peut paraître anodine mais ne nous y trompons pas, elle signe une différence de taille, celle-là même qui permet d'installer une présence à soi dans l'acte de connaître l'autre. C'est bien à la lumière de cette présence à soi que le praticien-chercheur est capable de réguler l'influence qu'il exerce dans sa double tentative d'aller vers l'autre et de l'accueillir. La réciprocité marque ainsi le rapport à l'autre d'une symétrie conscientisée. La présence à soi au sein de l'acte d'écoute donne l'opportunité au chercheur de réguler l'influence de ses habitudes conceptuelles bien sûr, mais donne également à voir le jeu déformant de ses habitudes perceptives et motrices. Là où l'empathie s'offre comme un pont invisible et impalpable entre la subjectivité du chercheur [du praticien ou formateur] et celle des participants à sa recherche [du patient ou de l'étudiant], *la réciprocité se déploie comme un liant sensible dont la texture peut être aperçue, dont la tenue peut être évaluée* (…)[493] (2007, p. 482) (Je souligne).

On se rapproche d'une nature d'affectivité spécifique sortant des sentiers battus donnant lieu aux tonalités du Sensible (chaleur, douceur, globalité, présence à soi, sentiment d'existence). Elles sont liées à trois phénomènes entrelacées : 1) le ressenti organique qui désigne l'ensemble des sensations classiques de perception de son corps (musculo-squelettiques, intéroceptives, etc.) ; 2) le ressenti émotionnel qui témoigne de la façon dont la personne vit cette expérience corporeisée ; et 3) l'éprouvé du Sensible qui concerne les contenus de vécus spécifiques de la relation au corps sensible (Bois, 2007)[494]. Dans ces processus inter reliés s'opèrent un glissement délicat à expliciter,

[493] Voir : Humpich, M. & Bois, D (2007). Pour une approche de la dimension somato-sensible en recherche qualitative. IN RECHERCHES QUALITATIVES – Hors-Série – numéro 3 Actes du colloque BILAN ET PROSPECTIVES DE LA RECHERCHE QUALITATIVE © 2007 Association pour la recherche qualitative ISSN 1715-8702
http://www.recherche-qualitative.qc.ca/documents/files/revue/hors_serie/hors_serie_v3/Humpich_et_Bois-FINAL2.pdf

[494] Voir : Duprat, E. (2009). Relation au corps sensible et image de soi in Sujet sensible et renouvellement du moi. Les apports de la fasciathérapie et de la somato-psychopédagogie. BOIS D., JOSSO M-C., HUMPICH M. (Dir.). Ivry-sur-Seine : Editions Point d'Appui - Collection Forum : 361-376, p.374.

celui d'une génération de ressentis corporels d'une part, donnant lieu à une émotion d'autre part, sans quitté la conscience du *ressentir* et ce, dans un régime d'activité particulier.

- La présence-caresse

L'empathie sous le mode du Sensible incarne un *régime de l'activité affective* bien singulier. L'expression, « *la présence-caresse »,* évoque une certaine allure de la dimension émotionnelle telle qu'elle peut se donner ici ; caresse dont l'étymologie médiévale latine, *caritia*, *chares,* relie à l'affection*, au* 'cher' et au 'bienveillant'. Je pourrais écrire à la faveur d'une heureuse analogie musicale et phonatoire : « chair ». Expérientiellement parlant, ce mode empathique convoque la ou les personnes, le groupe, dans une danse émouvante de la chair drapée de silence et de lenteur (sans ces deux éléments, le ressentir ne peut se donner dans la richesse de ses textures). Elle est l'évocation d'une attention à double face et d'une double intentionnalité charnelle, celle d'un *savoir-être, d'un savoir-faire, et d'un savoir-faire-être à la fois touchant et touché.* Ce processus est proactif, il est tension vers le futur. Futur, dans la mesure où nous sommes dans une interexpérience affectivo-charnelle orchestrée par un mouvement qui, dans son essence et par lui, constitue son actualisation. Il produit le lien et ne le quitte pas, ni son épaisseur, ni sa saveur, transportant la rumeur de nouveaux possibles pour chacune des personnes au sein d'une co-présence-émue. Dans un espace et une temporalité où pourrait régner l'incertitude relationnelle et identitaire, s'opère une mutation, le passage en mode d'ouverture vers une base de sécurité qui diffère de celle à laquelle se réfère la tradition attachementiste. Cette dernière porte une dimension émotionnelle où s'entrelacent l'ontique, le noétique et l'ontologique.

A ce stade, me semble-t-il, nous touchons un hylémorphisme [495] que je qualifierais à la fois d'affectif et de relationnelle par l'accès à une matière émouvante sous-tendant à la fois la *hylée* et la *morphê* d'une reliance, la contenant et la dépassant toujours. Chacun se découvre augmenté et augmentant. En posant la réserve des conventions du langage à propos du terme « ego », ce moment en devient hylétique, au sens ou Ricoeur en parle,

> une hylé de l'Ego lui-même comme il y a une hylé de la perception, du désir et des sentiments. (Ricoeur, 1949, p. 348)

[495] Voir : Édouard-Henri WÉBER, « HYLÉMORPHISME », Encyclopædia Universalis [en ligne], consulté le 15 juin 2015. URL : http://www.universalis.fr/encyclopedie/hylemorphisme/

Dans une certaine mesure, et pour marquer l'aspect précieux de l'expérience rencontrée, l'empathie sous le mode du Sensible accompagne une « résurrection du *sujet »*[496] (Lavelle , 2012) à travers l'émergence d'un sujet auto-affecté. Dans mon expérience de l'empathie sur le mode du Sensible, la nature de la participation affective (Scheler) prend sa racine dans les profondeurs de mon être sentant et se ressentant, dans ma forme eidétique par l'accès d'un Moi émergeant du lieu du Sensible et faisant l'épreuve affective d'un *autrui en soi,* comme le précise D. Bois (2013, p.25). En étant à la fois affecté par le lieu de la Vie en soi, par le lieu de la Vie en l'autre, bien qu'étant à la fois différent et en dehors de moi, il est pourtant semblable dans son agencement subjectif, charnel et affectif. Dans une même temporalité, je suis donc en mesure d'être 1/ ce « Je, autrui de moi-même » - sujet placé dans une disposition (Sensible) à l'énonciation discursive de l'émoi - ; 2/ ce « Moi » - sujet du vécu personnel - ; 3/ ce « Moi » social – sujet du rôle social qui se joue, puisque l'autre est là, interagissant depuis la même structure organisationnelle mais dans sa tonalité existentielle singulière -, et enfin 4/, ce « Nous-création » dans lequel s'opère à la fois un processus expérientiel d'individuation (ou d'individualisation) et de personnification (ou de personnalisation).

- L'autrui en soi, une interaction émouvante : un autrui 'émouvable' ?

Expérientiellement, socialement et spirituellement, la 'résurrection' du sujet affecté que signifie l'émergence et le redressement d'un humain en lui-même, en reliance avec un autre humain, une personne différente et qui m'est semblable dans son essence. Alors que l'individu est un concept neutre, la personne, elle, apparaît comme cet individu réel, c'est-à-dire en chair et en os qui me ramène, par le flux évolutif de l'intersubjectivité, à ma propre chair et à mes propres os, toujours à moi-même. *« A travers l'autre, c'est lui-même que le sujet recherche »,* nous dit Levinas (Cité par Bois, 2013, pp.25, 26). La nature d'empathie, fondée sur la réciprocité actuante (Bois, 2007)

[496] Selon Lavelle, « le sujet est un spectre qui hante la philosophie occidentale depuis l'avènement de la modernité et de la révolution cartésienne qui l'a déclenchée. Il est question aujourd'hui d'un 'retour du sujet', après plusieurs décennies marquées par le mot d'ordre de la 'mort du sujet', mot d'ordre à la fois caricatural et caricaturé, porté et assumé par le structuralisme. Il est probable que la résurrection du sujet est aussi suspecte que sa disparition, mais aussi, que le structuralisme à la française incarnant la posture 'nécrologique' ne soit en fin de compte pas allé au bout de sa théorie, ni de sa pratique. » Voir : http://concertation.hypotheses.org/650/comment-page-1?lang=es_ES et Équipe hypotheses.org

signale l'accès à une participation affective insigne au regard des témoignages recueillis dans les recherches effectuées au CERAP.

L'empathie sur le mode du Sensible :
La présence-caresse

4. NAISSANCE DE L'EMOTION DU SENSIBLE : LA CONSCIENCE EMUE DU RESSENTIR?

Nous savons que nous ressentons une émotion
quand nous avons à l'esprit le sentiment de soi sentant.
Antonio Damasio

Les situations et les expériences sorties des rangs, pour ne pas dire les cas hors des normales établies[497], mettent le mieux en lumière ce qui n'est pas perçu ou implicite. Dans une étude originale, à rebours des représentations selon lesquelles l'expérience du Sensible est toujours l'occasion d'une rencontre positive et gratifiante, Aline Cusson[498] montre comment les personnes souffrant de difficultés perceptives initiales et persistantes en trainant des difficultés à vivre des sensations et des vécus du Sensible résonnent sur la sphère émotionnelle et affective de la personne en formation (honte,

[497] Je pense ici à G. Canguilhem (1996) et sa réflexion mémorable sur le normal et le pathologique ; la notion d'allure de vie me semble bien plus porteuse, et c'est elle que j'associe au sujet de la difficulté perceptive étudiée par A. Cusson (2013).
[498] Cusson, A. (2013) Enrichissement perceptif et sujet Sensible : traverser la difficulté perceptive. Revue Réciprocité N° 7, mars 2013. Pp 46-55.

dévalorisation du sentiment de soi, sentiment de vivre, etc.) (2013). Par contraste ou par défaut sont mis à jour des enjeux d'ordre intra-émotionnel et intra-affectif comme les moteurs d'un processus d'altération,

> c'est parce que la personne commence à se sentir touchée et à se vivre qu'elle prend la mesure de sa difficulté à se laisser toucher et rejoindre par elle-même. (Cusson, 2013, p. 53)

Pour certaines personnes, il semble que la souffrance perceptive les informe de l'enjeu de la rencontre entre ce qui appelle à vivre en soi d'un côté et cette part de soi qui a peur de vivre. Ces cas de figures montrent l'entrelacement entre des sensations vécues, un accès perceptif loin d'être naturel - d'où une pédagogie qui s'avère mise à l'épreuve face aux difficultés rencontrées -, et une nature d'affectivité. Cette dernière, dépend d'une qualité d'implication et de résonance. Elle confirme l'existence d'un registre d'émotions et d'affects propre à la pédagogie perceptive. Sur une toile plus délicate encore se tisse *une sensibilité corporelle émouvante* que nous allons découvrir maintenant.

4.1 Une sensation touchante : ouverture à une auto-affection

Expérientiellement parlant, ma rencontre avec la dimension Sensible a été l'occasion d'un émoi qui ne désignait pas d'objet précis ni ne répondait à quelque sollicitation extérieure ou psychique. Lors d'une méditation sur le mode du Sensible, j'ai fait l'expérience d'une sensation d'un mouvement linéaire subjectif, en tant que fait d'expérience, accompagnée d'un fait de connaissance[499] percutant : « Tu existes car tu es là avec toi et en toi ». Cette première rencontre fut l'occasion d'une émotion-choc au sens où Quarty & Renaud l'évoquent, c'est-à-dire, une mise en émoi « brutale », d'origine vitale et totalement inattendue (Quarty & Renaud, Neuro-psychologie de la douleur, 1971). Dans ce moment spécifié, le phénomène se déploya dans une tonalité remarquablement positive et s'est accompagnée d'un émerveillement. L'événement composé de deux phénomènes, un corpus de sensations corporelles issues du mouvement interne d'une part et d'un fait de connaissance contemporain à ce fait d'expérience d'autre part, une mise en sens dans « tu existes car tu es là et en toi »,

[499] Il faut situer le terme de « fait de connaissance » dans le contexte du modèle de la modifiabilité perceptivo-cognitive établie par D. Bois (2007) et repris par E. Berger (2009), c'est-à-dire, consécutif d'un fait d'expérience issu d'une mise en situation extra-quotidienne telle qu'elle est orchestrée par la pratique de la pédagogie perceptive.

évoquent l'*émotion instinctive pure* et ont permis la création d'un apprentissage immédiat après un unique essai. (*Ibid.*). Ainsi comme le montre ce témoignage, « ce qu'elles m'apprennent [les tonalités du Sensible] ; elles me l'apprennent définitivement » (A1, l : 872) (Humpich J. , Psychopédagogie perceptive et expérience de l'implication : Exploration de l'émotion et de la résonance au contact du corps sensible., 2007, p. 137).

Ce vécu fondateur n'est donc pas restreint à mon cas. Des étudiants, patients ou collègues vivent sous des formes variées une résonance singulière qui n'est pas tout à fait une émotion tout en lui ressemblant, empruntant pourtant certains aspects connus des processus émotionnels[500]. A titre d'exemple, cette personne partage son vécu :

> Je baigne dans la qualité du Sensible, elle porte en elle une nature d'émotion que je peux nommer (A1, l : 758-759). (Humpich J. , Psychopédagogie perceptive et expérience de l'implication : Exploration de l'émotion et de la résonance au contact du corps sensible., 2007, p. 114).

L'analyse des données issues d'entretiens effectués avec des experts en psychopédagogie perceptive révèle un contenu sensoriel inhérent au corps Sensible en tant que substratum d'un émoi singulier. Bien qu'empruntant dans son mouvement le langage corporel des émotions « ordinaires » (chaleur, vasodilatation, modification du tonus), nous nous retrouvons dans un paysage expérientiel peu courant. Une personne interrogée confie :

> C'est que je suis dans mon être, dans mon corps, dans mon psychisme, dans ma compréhension, je suis, sans distance, et c'est ça qui est touchant. (C1, l : 834-825) (*Ibid.*, p.110)

Faisant référence au mouvement interne, les personnes interrogées témoignent du flux circulant localement ou globalement tout en déclinant des éléments nouveaux lui étant directement associés. L'univers des sensations décrit au début de ma thèse est débordé, dépassé par de nouveaux vécus. Conjointement à l'expérience d'une nature d'implication et de résonance propre aux sensations du Sensible, la personne s'ouvre à un univers sous la forme de tonalités corporelles. Ces tonalités peuvent traduire un sentiment de concernation dans une occurrence « affective ». Comme nous l'explique C. Courraud à propos du toucher manuel et de la main Sensible,

> la main Sensible, quant à elle, accompagne en temps réel le dialogue tissulaire dans une réciprocité évolutive qui épouse les variations toniques et psychiques du patient. La main Sensible touche *la personne,* qui se sent alors concernée. Quant

[500] Voir ma recherche de Mestrado. Humpich, J. (2007). Psychopédagogie perceptive et expérience de l'implication - Exploration de l'émotion et de la résonance au contact du corps sensible. Université Moderne de Lisbonne.

> au praticien, il est lui-même touché parce qu’il éprouve dans son geste thérapeutique. Nous sommes au cœur d’une rencontre touchante et émouvante. (Courraud, L'entretien tissulaire in Sujet sensible et renouvellement du moi - Les apports de la Fasciathérapie et de la somato-psychopédagogie. Bois, D. Josso, M.C., Humpich, M. (2009), 2009, pp. 208, 209)

Dans le jeu de ce type de réciprocité, chacun est renvoyé à sa propre sphère de résonance et d’implication, au cœur de sa matière. La forme affective présente le profil d’une auto-affection. Pour le dire autrement, l’univers des sensations issues d’un rapport au corps Sensible porte en lui une qualité de réciprocité intra personnelle et inter personnelle, une affectivité intra et interpersonnelle, une dimension touchante et émouvante :

> C’est doux, c’est une fluidité, et à un moment donné ça crée une tension, tu vois, c’est à - dire que, ça interagit, c’est comme si, petit à petit, ça créé une tension, plus seulement une espèce de flux qui diffuse, c’est vraiment une tension dans les fascias, une tension dans les vaisseaux, et à un moment donné, ça s’intensifie où le sang…, ça pulse, tu vois, ça devient plus physique et à un moment donné, les larmes viennent aux yeux. » (A1, l : 344-348). (Humpich J. , Psychopédagogie perceptive et expérience de l'implication : Exploration de l'émotion et de la résonance au contact du corps sensible., 2007, p. 129)

Le terme d’auto affection en référence à la pensée henrienne[501] trouve toute sa pertinence dans ce témoignage. La question des caractéristiques de la qualité d’émotion manifestée dans l’expérience du Sensible ouvre-t-elle une avenue dans l’univers expérientiel et conceptuel des émotions et de l’affectivité? Comme l’exprime très justement D. Bois,

> L’homme vit chaque jour dans une proximité d’un corps qu’il ne connaît pas. (Bois D. , 2006, p. 53)

En ce sens, le terme de « naissance » dans le titre de cette section n’est pas exagéré pour désigner le passage de la perception des sensations et des états propres à la praxis proposée à l’expérience d’une affectivité vécue. Il restitue l’ouverture pratique et conceptuelle d’une dimension constitutive de l’homme et du vivre en général : celle de l’affectivité sous le mode du Sensible.

4.2 Un « bas régime » affectif ouvrant sur une « vivance émotionnelle »

Sous des conditions extra-quotidiennes propre à la dimension Sensible, les personnes vivent la présence du mouvement interne comme une expression de soi

[501] On l’a vu, la pensée de Michel Henry qui s’avère être un point d’arrimage théorique essentiel pour ma recherche actuelle.

presque 'muette', c'est-à-dire, en tant qu'un vécu se faisant jour dans une fréquence très basse, depuis la profondeur silencieuse du corps. Les expressions « à bas régime » et « vivance émotionnelle »[502] renvoient au fait que les tonalités du Sensible, bien qu'elles ne relèvent pas des émotions inventoriées habituellement dans la catégorie de la sphère affective, peuvent être intensément ressenties par le sujet. Elles ont la particularité d'être identifiables et conscientisables[503] (Quéré, 2009). Le simple terme d'émotion ne semble pas suffire pour restituer l'expérience dont il est question. Une forme de vivance[504] en tant que rayonnement intime habite la personne et émane d'elle dans certains moments. *La vivance émotionnelle désigne ici le phénomène d'intimité perceptive sans débordement dans lequel la personne expérimente un rapport vivifiant à elle-même, rapport qui procède d'une dynamique ontologique émouvante.*

> C'est toujours cette nature d'émotion où il n'y a pas de charge affective, c'est calme, mais c'est très profond (C1, l : 661-662) ; dans les moments d'intensité touchante, ça correspond exactement au moment où je suis capable d'être, d'être ce que je vis, sans distance, et c'est ça qui est touchant. (A1, l : 820-821) (*Ibid.*, p. 116)

Les personnes recourent au langage issu de l'univers émotionnel pour rapporter des vécus du Sensible peu orthodoxes si on se réfère à la description courante :

> Je fais l'expérience que je peux avoir des émotions moins extériorisables. Il y a des intensités de totalité qui ne font pas pleurer, mais qui sont aussi intenses. (*Ibid.*)

L'accès au corps Sensible renvoie à des manifestations de nature émotionnelle tout en dépassant l'horizon sémantique de ce qu'on appelle ordinairement « émotions ». À travers différentes catégories de vécus qui s'entrelacent (kinesthèses, sentiments, états d'être, émotions), *l'univers des sensations du Sensible déploient dans le silence du corps un flux à bas régime générant une auto-affection*. Les témoignages présentés ci-dessus confirment que la somesthésie est à la source de l'affectivité. Ils semblent confirmer que par l'exercice d'une grande subtilité attentionnelle, une nature

[502] J'ai entendu pour la première fois ces deux expressions lors d'une soutenance de projet de thèse à l'UFP de Porto en juin 2010 pour désigner la tonalité affective décrite dans certains travaux de recherche au sein du CERAP. C'est Pierre-André Dupuis, Professeur à la faculté de Nancy II et philosophe contemporain, qui en référence à la pensée de Bion, les a évoqués Je trouve ces termes bien choisis pour exprimer la teneur et la délicatesse de l'expérience que je souhaite présenter dans cette partie. On l'a vu, la notion de « régime » est également abordée par N. Depraz et J.F. Billeter. Quant à celle de « vivance émotionnelle », son évocation est unique.

[503] Expérientiellement parlant, je rencontre des sensations corporelles associées à une forme d'émoi qui n'est ni une charge émotionnelle, ni un sentiment d'existence purement corporel comme on l'a évoqué plus haut mais je vis une tonalité d'ordre émotionnelle, ténue sous la forme d'une émouvante perception de moi. Cette expérience est partagée par des patients ou étudiants.

[504] Le concept de vivance est aussi développé par J. Salomé dans son ouvrage, *Le courage d'être soi* (2001).

d’affectivité différente est disponible. C’est à ce niveau que naît l’émotion du Sensible. Sa modélisation évoque certains aspects d’une auto-affection telle que Michel Henry en a parlé et que j’ai développée dans le chapitre précédent.

4.3 De l'émotion du Sensible à l’auto-affection du Sensible

L’auto-affection du Sensible désigne un état de réciprocité avec soi-même, avec les manifestations interne donnant le jour à une vivance plus nuancée que le terme « émotionnelle » peut laisser supposer ; la vivance est plutôt de nature émouvante. Le substantif « vivance » enrichi du qualificatif ’émouvante’ donne un ton plus authentique à mon vécu et celui des participants à ma recherche. La personne est touchée depuis la fibre sensible de son être qui s’émeut. Je reviens à ces deux témoignages qui illustrent mon propos :

> C’était nouveau dans le sens où je n’avais jamais vécu quelque chose de si tranquille, de si doux, d’avoir une telle intensité dans une telle profondeur (C1, l : 180-181) ; je baigne dans la qualité du Sensible qui porte en elle une émotion que je peux nommer. (A1, l : 758-759) (*Ibid.*, p. 124). Oui, dans l’implication, c’est moi et pas une autre (…) c’est le rapport singulier à moi-même, il y a une qualité d’implication différente et spéciale dans le rapport au Sensible. (A1, l 901-902). (Humpich J. , Psychopédagogie perceptive et expérience de l'implication : Exploration de l'émotion et de la résonance au contact du corps sensible., 2007, p. 123)

Tonalités affectives et émotion dans le rapport au Sensible

4.4 Un sentiment se donnant sur un mode pré-réflexif, voire, pré-affectif

Le terme pré-réflexif désigne un mode de connaissance différent de celui qui se donne habituellement. Bien qu'il soit différent de celui de la rationalité comme l'a énoncé Merleau-Ponty pour qui cette connaissance ce faisait dans l'ombre de la conscience. Dans le cas de l'expérience Sensible, le pré-réflexif ne s'attache pas à une part inconsciente en attente d'être saisie car comme l'énonce D. Bois :

> La dimension du Sensible, telle que je la définis, naît d'un contact direct, intime et conscient d'un sujet avec son corps. (Bois D. , 2009b, p. 26)

Depuis ce positionnement en soi et à soi, on observe des *vécus pré-affectives* et pré-réflexives. Ancré dans le corps perçu, *vécu depuis une intimité première*, un sentiment naît en amont d'une intellectualisation qui le désignerait, en amont d'une affection « mondaine » sur laquelle il pourrait s'édifier. Le sentiment dont parlent les personnes interrogées, c'est le sujet lui-même qui en est la cause contemporainement à l'émergence du Sensible ; cette rencontre est issue de la présence à soi et de la qualité de réception de ses contenus dont *la vie elle-même*. Le sentiment témoigné est immanent et en quelque sorte, il est un langage intérieur pré-réflexif, un langage pré-affectif.

> J'ai senti un sentiment que j'avais à l'intérieur de moi. (B1, l : 66) (Humpich J. , Psychopédagogie perceptive et expérience de l'implication : Exploration de l'émotion et de la résonance au contact du corps sensible., 2007, p. 97)

Dans son ouvrage sur l'émergence du Sujet Sensible, Hélène Florenson mentionne des témoignages éloquents dans lesquels la subjectivité corporeisée est désignée comme une entité capable d'offrir un dialogue entre corps et pensée :

> C'est le langage du corps, si le corps ne l'avait pas perçu, mon cerveau ne l'aurait pas accepté de la même manière (…). Louise situe l'expérience vécue au contact de la somato-psychopédagogie non seulement dans le corps, mais au fond d'elle-même : « j'ai ressenti au fond de moi, ce mouvement de la vie si beau et si fort ». Le corps devient capable d'offrir en plus « d'un spectacle fabuleux », la connexion « à cet être, à mon moi profond ». (Florenson, L'émergence du Sujet Sensible , 2011, pp. 92,93)

4.5 Un sentiment à forte valeur existentielle

Nous l'avons vu précédemment, le sentiment d'exister figure au cœur de nos pratiques du Sensible et se place en haut de la spirale processuelle du rapport au Sensible, dans laquelle il résulte de la présence à soi (Bois D. , 2007, p. 352). La

personne montre des manières d’être à elle-même et au monde émergente de cette relation intime. Elle se sent située dans ce qu’elle ressent et valide sa façon d’être. Elle se vit ancrée dans sa subjectivité incarnée. Les personnes disent trouver leur place auprès des autres et osent être. « J’existe en tant que moi. Je me valide. Je suis autonome et adaptable. » (*Ibid.*). A propos de l’expérience rencontrée ici, une personne interrogée est assertive :

> Oui, elle [l’émotion du Sensible] me procure un sentiment d’existence unique !, la source de ce sentiment, c’était le rapport spécial à la vie qui le crée. (C1, l : 694). (Humpich J. , Psychopédagogie perceptive et expérience de l'implication : Exploration de l'émotion et de la résonance au contact du corps sensible., 2007, p. 115)

Une rencontre profondément humaine est convoquée ; elle donne à la personne la sensation d’exister au plus profond d’elle-même :

> ça touche plus la fibre sensible de l’être humain, mais plus dans la partie émotionnelle et affective de ma matière (B1, l : 533-537). (*Ibid.*)

4.6 La donnée émouvante du sens

Comme je l’ai précisé plus tôt, la question du sens s’associe spontanément une activité discursive de la cognition avec son lot de représentations ou de pensées, mais dans le rapport au corps Sensible, le sens

> se donne sur un mode pré-réflexif, [et] ce n’est pas dans l’usage habituel du préfixe pré-, qui pourrait signifier que la pensée pré-réflexive a vocation à devenir réflexive dans un second temps ; c’est surtout « au sens où son émergence n’est pas le résultat d’un processus de réflexion élaboré de la part du sujet. (Bois & Austry, 2007, p. 13)

Cette donnée de sens porte en elle une dimension émouvante. J’utilise l’expression « donnée émouvante du sens » pour qualifier un moment singulier. Ce moment singulier est précisément le temps spécifique où la personne s’émeut du jaillissement d’un sens sous la forme d’un fait de connaissance, inhérent à la vie intime et charnelle conscientisé par elle :

> Oui, dans la physiologie du Sensible, l’émotion est liée avec le mouvement interne, avec la pensée, qui va avec et sa signification, c’est une espèce de réciprocité entre ce que je peux verbaliser avec ce que je vis. (A1, l : 923- 924 ; 928-929) (Humpich J. , Psychopédagogie perceptive et expérience de l'implication : Exploration de l'émotion et de la résonance au contact du corps sensible., 2007, p. 122)

La donnée émouvante du sens intervient lors d’un accordage immanent entre pensée, émotion et vécu :

> C'est quand il n'y a pas d'espace, je sens que je découvre la pensée au moment où je vis les tonalités du Sensible, et je découvre les tonalités du Sensible. Il y a vraiment un entrelacement entre pensée, émotion et vécu, il n'y a pas de différence. (*Ibid.*)

Pour le sujet, le statut du lien corps/pensée subit un bouleversement dans le sens où comme le prononce la personne interrogé,

> j'observais que ma pensée était autant touchée que mon corps. (*Ibid.,* p. 106)

On assiste à une forme affective inattendue. Elle concerne simultanément la personne à plusieurs niveaux : *rapport au corps, rapport à une émotion, rapport au psychisme*. L'émergence émouvante du sens se donne sur un terrain d'accueil singulier et inhabituel comme l'évoque E. Berger, puisqu'il se fait à travers

> un savoir du corps, un état d'alerte somatique tourné vers la possibilité d'accueillir du sens, qui n'est pas encore à ce stade l'accueil d'un sens. Cet état d'alerte somatique repose essentiellement, dans l'expérience décrite, sur la mobilisation psychotonique. (Berger E. , 2009, p. 408)

Les personnes relatent la présence et leur rapport au mouvement interne comme étant l'élément fondateur à l'origine d'une posture d'implication et de résonance, d'observation et de l'expérience en train de se déployer :

> Oui, dans l'expérience du Sensible, l'émotion est liée avec ce le mouvement interne, avec la pensée qui va avec et sa signification. (A1, l : 923-924). (Humpich J. , Psychopédagogie perceptive et expérience de l'implication : Exploration de l'émotion et de la résonance au contact du corps sensible., 2007, p. 122)

4.7 Le sentiment de respect, de sécurité et de confiance

Dans un contexte expérientiel très spécifique lié à des conditions d'extra-quotidienneté, les personnes rencontrent trois sentiments qu'ils associent régulièrement entre eux. Le processus d'éveil du rapport à soi sous le mode du Sensible mène à une sensation donnant lieu à un *sentiment d'existence* comme nous l'avons vu précédemment ; à cela vient s'ajouter un *sentiment de confiance* et un *sentiment de sécurité*. Ces trois tonalités affectives forment une subjectivité opérante dans le cadre d'existence de la personne ;

> Et le miracle du Sensible, c'est qu'il me fait traverser ça [une épreuve de vie] avec la bienveillance qu'il contient. (B1, l : 989-995) (*Ibid.*, p.119)

La personne se sent accompagnée par une force interne sous la forme du mouvement interne. C'est cette rencontre intra personnelle qui fait naître ou renforce les sentiments en question ici.

> J’ai le sentiment d’être guidée par une intelligence sensible, dans laquelle j’ai une confiance absolue. (A1, l : 733) (*Ibid.*, p.114)

Le sujet se sent respecter au-delà de toute attente et vit une rencontre aimante avec lui-même *via* cette vivance émouvante qui le porte :

> J’ai fait l’expérience d’un amour d’une autre nature d’intensité de ce que je vis d’habitude. C’était un amour calme. (C1, l : 540-541). (*Ibid.*, p. 120)

Un pouvoir-être plus authentique et plus autonome se fait sentir :

> Ce n’est pas mon être qui est différent, mais là, j’ai pas besoin d’être protégée, ni de demander de l’aide à quelqu'un, à personne, ni de demander d’exister. L’être, comme je le vis, il a trouvé sa place. (C1, l : 640-641) (*Ibid.*, p. 139)

Ces témoignages rendent compte d’un ancrage corporel, du point d’arrimage d’une attention vigilante à la matière vivante, et que ces deux éléments sont à la source de « sentiments corporels » ; pour la personne, il s’agit bien de

> tout le vivant, quand je dis matière, je veux dire cette espèce de matériau qui capte la Vie. Donc mon corps ! (B1, l : 538-539) (*Ibid.*, p. 120)

L’expérience telle qu’elle est présentée par les participants à ma recherche de Mestrado et celle d’autres travaux du CERAP montre une validation de soi, la révélation de l’identité de celui ou celle qui en fait l’expérience. Une alliance interne se construit portant un principe de sécurité, de sérénité et de confiance.

L'émotion du Sensible :
Premières caractéristiques

4.8 Une subjectivité corporeisée à l'origine d'une foi perceptivo-affective

Bien que je l'ai déjà évoqué, le retour sur l'ensemble de ce qui a été présenté concernant le passage de la perception de sensations à une affectivité vécue fait apparaître que la subjectivité corporeisée propre à la dimension du Sensible s'enrichit d'un principe d'auto-affection. Les témoignages sur lesquels je me suis appuyé dans cette section ont permis d'accéder à une expérience vécue par des experts de la psychopédagogie perceptive. Dans la variété des tonalités du Sensible apparaît donc une dimension émouvante qui change le statut de l'émotion-même : cette dimension ne procède pas d'un acte cognitif, ni d'une mobilisation externe, ni d'une activation neurobiologique telle qu'on la relate généralement. Par la proximité perceptive à une subjectivité ancrée dans la matière de son corps, la personne accède à un émoi singulier ; elle fait l'expérience d'une *affectivité intrinsèque au rapport matiéré.* L'expérience est émouvante comme le synthétise ce témoignage :

> C’est comme si tu étais touché au plus profond de toi (…) et cette douceur, elle a l’amplitude qu’il faut, la générosité qu’il faut, la lenteur qu’il faut (…). J’ai accès à la vie en mouvement, à un processus qui comprend des états d’âme et des émotions. (Humpich J. , Psychopédagogie perceptive et expérience de l'implication : Exploration de l'émotion et de la résonance au contact du corps sensible., 2007, p. 102)

- Une foi perceptivo-affective

Cette expérience affective de l’intime offre la faculté de juger depuis des mise en sens jaillissant d’une corporéité incarnée. Ce phénomène marque un territoire expérientiel et participe à la construction identitaire du sujet. Mes propres vécus et plusieurs témoignages mettent en évidence la conscience affective d’un *espace de sécurité* constituant une *base affective avec* laquelle la personne entretient un lien fondateur. Cette alliance évoque bien celle d’une ’figure d’attachement’ qui n’est rien d’autre que la vie elle-même et la possibilité d’en faire l’expérience dans la chair. Depuis cet arrimage se déploie *une sensibilité liée à un émouvoir de l’intime de soi*.

Finalement, nous touchons ici à une constellation de phénomènes liés à un pouvoir-être générique d’un savoir-vivre de puis ce que je désigne comme *une foi perceptivo-affective* en prolongeant la pensée de Merleau-Ponty pour qui la foi perceptive résiste au doute (Merleau-Ponty, 1964, p. 75) et Bois évoquant la santé perceptuelle comme étant le rappel quasi systématique du corps Sensible et du mouvement interne comme les vecteurs d’un rapport à soi plus vivant, plus confiant, plus serein, plus sécurisant. Ce phénomène renforce l’ancrage d’une affectivité Sensible à un *lien corporel spécifique* à la praxis proposée par la psychopédagogie perceptive et en fait une praxis affective dans le sens où elle altère la personne à la fois dans sa conscience perceptive, réflexive et émotionnelle.

L’expérience de la personne affectée sur le mode du Sensible

Nous parlons bien d’expériences qui construisent un rapport différent à la vie. En ce sens, elles sont formatrices,

> mais, pour qu’une expérience soit dite formatrice, il est nécessaire qu’il en soit parlé sous l’angle de l’apprentissage ; autrement dit que cette expérience symbolise des attitudes, des comportements, des pensées, des savoir-faire, des sentiments caractérisant une subjectivité et des identités (Josso M. , 2011, p. 32).

Autrement dit, les expériences « Sensibles » sont touchantes et émouvantes. Pour autant qu’elles se soient révélées dans un cadre extra-quotidien, elles sont celles d’un homme, d’une femme, d’un père ou d’une mère, d’un professionnel ou d’un ami, etc. Il me fallait insérer ’concrètement’ ma recherche dans une perspective humaine quotidienne et sociale, c'est-à-dire *opérer un glissement* de l’extra-quotidienneté *à la*

quotidienneté. C'est l'amorce d'un trajet herméneutique et heuristique que je propose de déployer maintenant.

5. ÉVOLUTION DE LA CONSCIENCE DES RAPPORTS A L'AFFECTIVITE[505] : ESQUISSE TOPOGRAPHIQUE EN CINQ PHASES AFFECTIVES

À la faveur d'une sensibilité accordée au corps et à ses tonalités propres, à l'issue d'une analyse herméneutique transversale de données empiriques pointant les modes d'implication et de résonance au contact de l'expérience extra quotidienne en pédagogie perceptive, j'ai proposé une modélisation ancrée de l'« évolution de la conscience des rapports à l'affectivité ». Cette schématisation répondait à mon désir de comprendre et d'intégrer différentes réalités intra, inter personnelles et socio-émotionnelles. J'emprunte l'expression réalité socio-émotionnelle à George White cité par Despret (Despret V. , 1999) pour pointer la dimension sociale incluse dans une rencontre subjective émouvante du sujet avec lui-même au sein de chaque phase affective que j'ai catégorisée. Je n'ai pas l'espace suffisant dans ce manuscrit pour déplier chacune des cinq phases, pas davantage pour les illustrer par des témoignages. Il n'est pas indispensable de le faire pour permettre d'en retenir l'élément principal, celui de la phase émue. Découvrons ces différentes phases à travers les schémas que je présente maintenant.

5.1 Une ligne de démarcation progressivement altérée entre la dimension réflexive et la dimension sensorielle (schéma de base)

Le point commun aux cinq schémas qui sont présentés est une ligne centrale qui compartimente deux zones — supérieure et inférieure — volontairement placées dans une configuration où nos pensées, nos représentations, nos croyances sont en haut alors que le corps et ses attributs perceptifs sont en bas. Cette figuration apparemment naïve ou simpliste est pourtant bien engrammée dans nos cerveaux et dans nos cellules depuis des siècles (Damasio, L'Erreur de Descartes, la raison des émotions, 1995; Berthoz, La

[505] J'ai présenté cette schématisation à plusieurs reprises depuis 2007, ce qui m'a permis de peaufiner son contenu et sa présentation. Ce qui suit est développé de façon plus complète dans une publication collective. Voir : (Humpich J. , 2015) *Approche de l'expérience affective du Sensible et des tendances relationnelles de l'homme ému* in Austry, Berger, Grenier & Leger (2015). Identité, Altérité, Réciprocité – Pour une approche sensible de la formation, du soin et de l'accompagnement. Tome 2, Edition point d'appui, pp 367-392.

décision, 2003). On pourrait penser qu'il y a de bonnes et de mauvaises phases. Ce n'est pas le cas. Il s'agit d'organisations plus ou moins bien ajustées aux contextes existentiels. En effet, ces phases peuvent être:

- des réponses à des moments de la vie en fonction de déterminismes (physiologiques, héréditaires, familiaux, communautaires, culturels, *etc.*),
- la résultante d'apprentissage et de désapprentissage avec ce que cela implique comme remises en question identitaires et par ricochet, comme modifications relationnelles,
- autonomes les unes par rapport aux autres,
- inter-reliées de manière à constituer une évolution comme nous le verrons dans certains témoignages.

5.2 La phase alexithymique (schéma 1)

La phase alexithymique (schéma 1) présente un barrage défensif de part et d'autre du trait central. En résumé, la personne alexithymique est peu douée pour identifier et nommer ses émotions (André, Les états d'âme , 2009, p. 39). La tendance observée est le gel des perceptions sensorielles pour protéger la vie psychique d'un envahissement préjudiciable. Une opacité s'intercale entre la vie psychique et la vie du corps. En ce sens, la personne alexithymique est isolée d'une forme de communication avec elle-même et avec autrui. Le déni de consultation est l'attitude d'évitement de soi caractéristique des troubles post-traumatiques qui permet en quelque sorte d'immuniser la personne face à la confrontation intolérable d'événements passés, présents ou projetés. Cette phase met en évidence le silence des émotions.

5.3 La phase intellectuelle réflexive « sèche » (schéma 2)

La phase intellectuelle réflexive « sèche » (schéma 2) présente une *pauvreté des rapports* entre la dimension réflexive et le corps. *L'isolement corporel* entraîne une barrière perceptive dans un mode relationnel sous la *domination de la pensée*. Dans cette phase, la place à l'intuition, à l'émotion et aux perceptions de soi ou d'autrui est restreinte. J'ai nommé cette tendance, phase réflexive intellectuelle « sèche » par contraste à un mode réflexif plus « humide ». Pour le psychologue James, connu pour ses batailles en faveur de la dimension sensorielle comme fondement de l'émotion, une

vie n'est plus une vie quand elle est privée de tout sentiment corporel, c'est-à-dire, de toute émotion. Dans le même sens, « si nous ne faisons fonctionner notre cerveau que pour faire les choses, et nous oublions de nous sentir être, (…) nous passerons à côté de la moitié de notre vie » (*Ibid.,* p. 80).

5.4 La phase murmurante (schéma 3)

La phase murmurante (schéma 3) montre un aspect changeant du trait central. J'ai choisi une expression – phase murmurante, associée aux mots *murmure* et *rumeur* et très présents dans l'œuvre de Ronsard - parce qu'elle évoque poétiquement l'écho lointain du Moi (Deauvois, 1983). Imaginons ce qui se passe quand devant un projet ou une situation, nous avons l'intuition que cela ne nous convient pas. Un *filtrage perceptif* donne accès à quelque chose en nous d'indéfinissable orientant notre disposition ou notre décision. L'expression connue : « je ne le sens pas! » décrit bien cette *rumeur corporelle*. Dans cette phase, des données organiques (plutôt viscérales que musculaires) amorcent une *ouverture des rapports* entre le sujet pensant et le sujet percevant. Le corps *murmurant* initie l'accès à des renseignements — certes flous — mais permet *le premier dialogue* entre la dimension sensorielle et la dimension réflexive. Cette prise en compte d'informations sensorielles évoque les marqueurs somatiques mis en évidence par Damasio (Damasio, 1999). Je considère que cette phase procède d'une affectivité au sens où elle conduit une préférence, où elle oriente l'appréciation que la personne fait dans sa discussion avec le monde.

5.5 La phase émotionnelle physiologique (schéma 4)

La phase émotionnelle physiologique (schéma 4), bien connue et balisée, est caractéristique d'une *mobilisation forcée des rapports* entre les deux zones qui nous intéressent. Des *manifestations somatiques perçues et peu contrôlables* signent un *envahissement perceptif* chez la personne affectée jusqu'à venir perturber l'activité cognitive en cours. L'événement affectif peut prendre forme à travers des perturbations socialement détectables, comme des manifestations visibles dans la posture, dans le tonus musculaire et la coloration du visage, dans la gestuelle ou encore, dans l'activité vocale. Par contraste avec les schémas précédents, on voit ici une perforation du trait central: les échanges sont imposés. La vie psychique et organique vit un chaos plus ou

moins important dans son intensité et dans sa durée.

Voici le moment d’aborder la dernière forme affective dévoilée par la praxis proposée en psychopédagogie perceptive.

5.6 La phase émue (schéma 5)

La phase émue (schéma 5) se caractérise par une *mobilité fluide des rapports* entre la pensée et les informations sensorielles. La porosité des rapports entre la dimension réflexive et la dimension sensorielle bouleverse le dialogue entre ce que l’on pourrait nommer l’être pensant (disposition réflexive) et l’être percevant (disposition perceptive). Une interactivité s’installe entre les deux dimensions autorisant l’échange d’informations et une circulation fluide de part et d’autre d’une frontière qui s’efface peu à peu. Chacune des dimensions sort de l’exil dans lequel elle se trouvait lors de la phase alexithymique et réflexive intellectuelle sèche, s’extrait d’une simple rumeur de co-présence comme dans la phase murmurante, et ne se trouve plus envahie comme dans la phase émotionnelle. La phase émue accompagne ou révèle une forme de renversement des valeurs : la pensée est « sentie », le corps « parle », l’émotion du Sensible naît. Des descriptions présentées lors de mes entretiens de recherche donnent les contours à cette expérience originale. L’activité réflexive émerge d’un rapport à des perceptions sensorielles qui n’empêchent pas son fonctionnement, contrairement à certaines émotions physiologiques.

À l’accès aux manifestations corporelles dans les deux phases précédentes (murmurante et émotionnelle) s’ajoute la convocation du rapport à la vie interne. Dans ce contexte expérientiel, une **personne émue** prend sa place, engagée dans le contact à son corps sensible et au mouvement interne qui y séjourne, se reconnaissant pleinement comme un sujet dévoilé à lui-même : un sujet mû et ému par la Vie dans sa forme la plus essentielle et verticale, mais également par la vie dans son caractère le plus horizontal. Il s’agit bien d’une rencontre dans sa contingence la plus invisible entrelacée de manifestations, dont celles émotionnelles plus concrètes, qui forment un quotidien. Dans un extrait de mon journal personnel, j’ai relevé un passage illustrant mon propos :

> La tristesse s’est déposée partout dans moi, mais en peu de temps, un mouvement, très doux, à l’intérieur de mon corps et de ma matière, continu, indépendant de toute volonté de ma part, m’a révélé à ma dimension sensible et verticale. En même temps, je me reconnais comme étant moi dans ma vraie identité de personne, c'est-à-dire moi dans l’existence triste liée cet événement (…) Je vis ce moment d’entrelacement comme si une double émotion m’habitait. C'est-à-dire

> qu'il y a cette tristesse qui m'envahit et qui trouve une nouvelle place dans moi pour se déposer, se transformer et se fondre dans une expérience émotionnelle au-delà de ma connaissance affective, plus vaste et non causale. Par contraste, je me sens maintenant affecté par un état aimant et plus plein que cette dimension affective dans laquelle j'étais cloitré. Le dialogue possible entre ces deux dimensions affectives m'émeut et transforme ma qualité de présence, ma confiance dans ce qui s'en vient. Il est peut-être là aussi l'homme ému que je deviens, dans le dialogue entre ma matière animée de la grande Vie, mon émotion de tristesse, ma pensée, ma conscience émue devant cet ensemble articulé dans un ordre inattendu. (Journal personnel)

Dans cet extrait, deux plans d'affectivité se chevauchent mettant à jour deux rythmes de l'activité affective. Cette possibilité est initiée par un éprouvé sensoriel convoqué et éduqué permet une auto-compréhension de la situation vécue, une prise de recul au sein d'un engagement total à vivre une émotion physiologique. Une conscience émue vient de ce que je peux vivre, dans une distance et en même temps une proximité qui me permet d'être ce témoin actif et en quelque sorte, libéré d'un affect sans avoir à l'expulser de mon expérience.

J'ai brossé les grandes lignes de cinq manières différentes d'investir le corps dans le dialogue avec soi, les autres et le monde. Nous avons touché la spécificité de l'expérience du Sensible, nous y avons découvert l'existence d'un émoi du vivant, d'un éprouvé de l'être indissociable d'une présence à soi et à un fond Sensible. Cet émoi naît de la relation *entre* une *intériorité vivante, émouvante et un sujet présent à sa chair et aux faits de son existence quotidienne.* De nouvelles alliances naissent et se tissent dans un rapport inédit entre sa vie affective, sa vie perceptive, sa vie réflexive. Finalement, c'est l'ensemble d'une posture existentielle qui s'en trouve altérée. Les cinq phases que je viens de présenter succinctement et qui sont illustrés par des schémas plus loin peuvent être compris comme des allures différentes de l'affectivité, allures ou *rythme de l'activité affective*, puisque chacune d'elle génère une modalité d'altération du sujet à la fois singulière dans son rapport au corps et à l'activité réflexive, dans son rapport concret à l'affectivité et à la dimension émotionnelle, dans son rapport à la subjectivité corporeisée, pour aboutir à une posture existentielle plastique et variable au gré de son rapport au corps. A la lecture de moments de vie jalonnant son existence, chacun de nous pourrait se reconnaître dans l'intimité silencieuse de sa vie ou dans ses relations interpersonnelles familiales et amicales, professionnelles, socioculturelles.

5.7 Schémas : évolution de la conscience dans les rapports l’affectivité humaine

Évolution de la conscience dans les rapports à l’affectivité humaine

Schéma de base : dimension réflexive et dimension sensorielle

Schéma 1 : Phase alexithymique

Schéma 2 : Phase intellectuelle réflexive «sèche»

Schéma 3 : Phase murmurante

Schéma 4 : Phase émotionnelle physiologique

Schéma 5 : Phase émue

6. RETOUR SUR LA PROBLEMATIQUE A LA LUMIERE DU PARADIGME DU SENSIBLE

6.1 Une méta affectivité : est-il possible d'aller plus loin?

À l'issue de ce chapitre consacré à l'approche de la dimension émotionnelle et du champ de l'affectivité dans le paradigme du Sensible et au vu de l'état actuel de conceptualisation d'une dimension émotionnelle lui étant attaché, la dimension

expérientielle étudiée renvoie bien à une méta-affectivité[506] (Bois, 2010). Elle montre des potentialités en jeu et le développement de facultés humaines peu explicitées dans la recherche sur les émotions. Le terme de méta affectivité a le mérite de déplacer un contingent d'éléments de son appartenance initiale, c'est-à-dire qu'il distingue le Sensible des émotions dites classiques comme il décharge l'affectivité de ses constituants généralement relevés. Le préfixe « méta » - du grec *μετα* (après, au-delà de) - fait supposer que l'affectivité rencontrée dans les pratiques du Sensible est au-delà, ailleurs et autrement que les contenus qui se réfèrent habituellement à ce terme. 'Méta' peut évoquer un saut qualitatif comme si nous étions en contact avec une affectivité plus profonde, ce qui rend compte d'une réalité rencontrée. Dans ma modélisation en cinq phases distinctes - le terme « phase » désignant le mouvement d'alternance dans la disposition à être altéré et affecté - la phase émue rend compte d'un événement se déroulant au cœur de la chair, né d'une intéroception en tant que support organique d'un proto-soi[507] (Léao, 2003, p. 181).

Avec le recul, ma recherche initiale comme les autres travaux recensés, s'ils ont le méritent d'aborder de plus près la manière d'être affecté au contact du Sensible, n'établissent pas toute la richesse de ce phénomène, n'en déploient pas tous les attributs. L'expression méta-affectivité reste une poignée conceptuelle pour saisir un champ vaste et plutôt flou, dont cette recherche vise à apporter les précisions et possiblement des matériaux nouveaux. L'usage d'un personnage symbolique celui de *l'homme ému* est la procédure émergente pour incarnée cette dimension méta-affective en la questionnant et la mettant à l'épreuve.

6.2 La « dimension affective du vivre » sur le mode du Sensible : l'homme ému

> La particularité d'un vécu du Sensible est que la personne a accès dans le même temps, au vécu et à la dimension expressive de ce vécu. Elle ne fait pas que l'exprimer au monde, dans le monde, elle éprouve elle-même cette expression. (Berger & Austry, 2013, p. 87)

[506] Voir : Danis Bois, les leçon du Sensible, Leçon, n° 1.

[507] Le proto-soi constitue avec la proprioception l'ancrage organique de notre sentiment corporel, c'est-à-dire qu'il est à l'origine d'un sentiment de soi « corporéisé ». C'est Antonio Damasio, chercheur en neurophysiologie qui a mis en évidence l'importance de l'intéroception comme véritable support organique du proto-soi - *O protos* signifie *le premier* en grec -. On peut comprendre le proto-soi comme le 'premier soi', un soi corporel et organique.

Les alliances[508] entre le vécu du Sensible, son expression ou ses manifestations dans le monde, leurs éprouvés restent sous l'influence du dialogue entre deux dimensions qui caractérisent l'humain, *la dimension sensorielle et la dimension réflexive*. A plusieurs reprises, dans la donnée émouvante du sens ou dans le sentiment d'exister par exemple, nous avons vu que le dialogue entre ces dimensions peut être altéré. Il l'est encore plus dans la phase émue. La personne rend compte du rapport intime avec l'expression de la dynamique-même du vivant en soi, de son incarnation dans la rencontre avec sa propre chair qui la révèle dans toute sa singularité (Berger & Austry, 2013, p. 88). Ces alliances invisibles viennent altérer *des manières affectives d'être à soi et au monde*. Le modèle de la modifiabilité perceptivo-cognitive signe cette évidence *sans pour autant faire allusion à une dimension émotionnelle*. La diversité des formes d'alliances entre le réflexif, le sensoriel et l'affectif constituent *les modes diversifiés et non exhaustifs d'un vivre.*

- L'homme ému : un mode de vivre ?

A l'issue de la modélisation en cinq phases est apparue les premiers traits de « ***l'homme ému*** » comme le personnage métaphorique - c'est-à-dire fondé sur une relation d'analogie et de similarité - faisant référence à l'affectivité née de la praxis proposée par la psychopédagogie perceptive, une praxis qui tente et réussit le défi de donner au corps – et au rapport au corps - une place souvent niée, délaissée ou dévalorisée. Dans la première partie de cette thèse[509], j'ai dressé un panoramique non exhaustif de l'expérience du Sensible dans sa dimension fondatrice portée par une présence au mouvement interne. Je viens de donner les éléments constitutifs de sa dimension affective ; je le répète, cette dimension est constitutive du Sujet Sensible, l'homme ému incarne donc le versant de son émotionnalité. Emotionnalité, telle qu'en rend compte la parole à D. Bois décrivant la genèse du phénomène qui m'intéresse :

[508] Ce mot « alliance » résonne dans un ton particulier pour moi. Ce mot m'émeut ! René Kaès a consacré sa vie sur ce thème qui révèle des universaux anthropologiques. « Nous tenons ainsi les uns aux autres par des alliances, certaines secrètes, et pour une part inconscientes, mais qu'une parole, un geste, un acte peuvent révéler. » (Kaès, 2009, p. 1). Je prolonge cette pensée en prenant le risque assumé d'une migration de concept : Expérientiellement parlant, je sais des alliances perçues et conscientisées, d'autres inédites et pour une part toujours en devenir. Ces alliances se jouent entre ma 'personne Sensible' et celle 'émue', entre moi et le monde, Cette thèse participe à en élucider la trame. Le point de vue systémique de Kaès m'a permis de comprendre la puissance de la donnée affective dans toute forme de relation ; l'affect constitue le ciment de toute alliance.

[509] Chapitre 2 : La dimension émotionnelle et effective de l'expérience au contact du Sensible, première approche, premiers questionnements, pp 85-122.

> La philosophie du sensible que je prescris nous invite à réduire toute distance entre l'objet et le sujet, entre le corps pensant et pensée corporée[510], entre perception et pensée. La pensée est perception ; la pensée habite l'émotion, l'âme de l'émotion nourrit la pensée. On touche l'objet et on est touché par lui. On devient le mouvement et on se laisse toucher par lui. C'est alors le sensible, l'accès au goût de l'absolu, au goût de soi dans ses moindres détails, au goût de la vie, en tant que principe d'existence absolu, qui émerge du silence dans la majestueuse lenteur d'un geste incarné. (2001, pp. 138, 139).

6.3 Le régime de l'activité et l'affectivité sur le mode du Sensible

Les données empiriques sur lesquelles s'appuie l'établissement de la phase émue permette la perspective d'introduire un modèle d'affectivité. A la faveur de mon exploration théorique qui va alimenter ma discussion finale, je peux d'ores et déjà m'appuyer sur la notion de régimes de l'activité proposée par J.F. Billeter et N. Depraz et envisager que les « cinq phases » se transforme en **cinq régimes d'activité au sein de l'affectivité.** *La phase émue* porte avec elle *un régime d'affectivité spécifique.* Face à une tendance générale à la normativité, entreprise que R. Laing a toujours combattue, je suis interpellé par l'avertissement de cet auteur pour qui

> nous devons être très prudents en ce qui concerne notre aveuglement affectif. (…) L'histoire [de l'humanité] atteste notre intolérance à l'égard de structures fondamentales d'expérience différentes des nôtres. (Laing R. , La politique de l'expérience, 1969, pp. 56, 57)

Comment se situer face à la diversité des modes et des significations du vivre avec soi et du vivre avec les autres? Que faire quand l'un de ces régimes et les significations qu'il véhicule s'arrime à une *subjectivité peu explicitée* comme il me semble que c'est le cas ici ? Celle-ci s'ajoute-t-elle à une constellation d'autres sensibilités affectives, ou bien encore, les rejoint-elle ? Chacune d'elles contient et exprime un climat existentiel et un savoir-vivre qui lui est propre. Passer de l'une à l'autre, c'est briser une coquille, ouvrir une porte ou se séparer de quelque chose de nos habitudes : les rideaux s'écartent, un voile se lève sur la réalité d'autrui - et de l'autrui en soi ! Une nouvelle aventure relationnelle débute pour soi-même, avec et pour le monde. Cette vision par contraste pose la question des écarts expérientiels qui caractérisent nos manières d'être affecté. Elle invite à assumer des préférences et les alliances singulières en relation avec les significations existentielles, philosophiques voire, spirituelles qu'elles portent. Cette voie invite à accepter que nos sensibilités

[510] On retrouve régulièrement dans les écrits et le recherches le terme « corporéisé » qui signifie la même chose que le terme « corporée » présenté dans cette citation.

puissent faire de nous et des autres des personnes changeantes au gré de ce qui nous affecte.

Variation des régimes de l'activité : Spécificités de la phase émue

6.4 Une recherche sur l'ému menée par un homme, ému…

Je précise une fois encore, l'expression « homme ému » avec le nominatif 'homme' désigne le genre humain, comme se référant à la fois au sexe masculin et au sexe féminin, sans distinction ni hiérarchie entre l'un et l'autre. Sur le terrain de ma pratique comme dans les recherches faites sur le Sensible, je n'ai pas relevé des distinctions entre les hommes et les femmes dans les vécus tels qu'ils ont été relatés. Je n'ai engagé aucune investigation sur cet aspect et la littérature liée au paradigme du Sensible ne fait pas état d'une distinction homme/femme. D'ailleurs, aucune étude de genre n'a été faite dans notre laboratoire de recherche. Il y aurait assurément une pertinence à investir sérieusement cette question, en particulier, dans des recherches qui pointent la dimension affective. Je n'ai pas choisi cette option dans cette thèse.

Cette recherche est néanmoins entreprise par un chercheur, 'celui' - et non 'celle' - qui porte dans sa chair, le masculin et le féminin sous des formes singulières-plurielles. Comme l'a partagé Arouna Lipchitz :

> Il est très intéressant que ce soit un homme qui parle de l'ému. Une recherche sur l'homme ému faite par un homme ému redonne de la place à l'affectivité et à une sensibilité qui n'est pas réservée qu'aux femmes. Elle est présente chez les hommes, mais souvent cachée ou niée.[511]

6.5 L'émergence du concept de l'homme ému : une spécificité expérientielle à portée existentielle et universelle?

Par son existence-même, le *régime de l'affectivité de l'homme ému* donne à celui qui la vit l'ouverture d'un possible expérientiel universel. En effet, comme le précise P. Vermersch :

> S'il en existe un [exemplaire], alors cette catégorie existe, donc cela a une portée universelle, dorénavant et à jamais il faut le prendre en compte. (Vermersch, 2000, p. 24).

Si la réalité effective de l'homme donne aux qualités affectives une fonction essentielle dans les échanges humains (Scheler, Nature et formes de la sympathie, 2003), le sujet Sensible est alors aussi un homme Sensible[512], c'est-à-dire un homme en tant qu'*un être qualitatif et affectif qui déploie une activité. Il se saisit lui-même comme « humeur », « sentiment », « vécu », « émotion »* et habite la richesse des nuances de l'affectivité comme des manières d'être par lesquelles il se perçoit lui-même. (Misrahi, Le travail de la liberté, 2008, p. 47). En m'adossant à la pensée de Pierre Vermersch et celle de Robert Misrahi, le terme « homme ému » rentre en écho avec des spécificités expérientielles à portée existentielle et donc universelles. Préfigure-t-il un modèle de conduites relationnelles et communicationnelles porteuses d'un art de vivre en relation avec soi, les autres et le monde ? Est-il une utopie vivante, l'expression incarnée d'une promesse d'une évolutivité anthropologique et psychosociologique?

Je l'ai annoncé, peu de travaux ont été consacrés spécifiquement à l'étude de la dimension émotionnelle et du champ de l'affectivité. Mais ils ont suffi à donner de réelles pistes, ont été balisées et je viens de les présenter. A ce stade de ma recherche, je dispose d'un vaste répertoire théorique pour répondre à ma question de recherche. L'émotion du Sensible est maintenant bien circonscrite. Ce qui m'intéresse concerne *les dimensions comportementales, existentielles et dialogiques* ***des sujets émus****, leurs*

[511] Propos tenus par la philosophe de la relation et l'initiatrice d'une recherche en spiritualité des relations amoureuses : « La voie de l'amoureux ». Colloque international sur l'Identité, l'altérité et la réciprocité dans les pratiques d'accompagnement au changement, UQAR, juin 2010.

[512] Le terme d'homme Sensible est souvent employé comme la métaphore de la personne en relation ou habitée par la dimension du Sensible. On retrouve cette expression dans certains écrits de D. Bois comme dans son dernier livre, « Le moi renouvelé » (2006).

expériences sur le terrain de leur vie en lien avec cette nature d'affectivité. Il est clair que le concept d'homme ému renvoie à l'une des composantes de l'homme Sensible en éclairant ce dernier sur une 'dimension d'affectivité' dont cette thèse cherche à mieux rendre compte, à questionner de manière plus critique et donc plus approfondie.

Si l'expression « homme-ému » qu'il faut aussi comprendre comme « femme-émue », « enfant ou groupe ému » sonne et résonne dans un ton particulier et bien signifiant pour le chercheur que je suis, qu'en est-t-il dans la vie concrète, quotidienne, professionnelle et sociale ? A cela, je n'ai pas encore eu de réponse satisfaisante, ni les éléments empiriques nécessaires à l'investigation d'une telle aspiration. J'avais donc besoin de recueillir l'expérience concrète et restituée par les personnes elles-mêmes et ce, à partir d'une question de départ très simple et naïve : ***quand vous entendez l'expression « homme ému » ou « femme émue », qu'est-ce que cela vous évoque ?*** Pour alimenter la recherche en cours, je vais présenter dans un court aperçu, quelques éléments empiriques qui seront donc à prendre comme des résonances et non comme des résultats exhaustifs d'un processus d'analyse qualitative.

CHAPITRE 2 : DANS LA PEAU DE L'HOMME EMU : L'EXPERIENCE D'EXPERTS EN PSYCHOPEDAGOGIE PERCEPTIVE

1. OBJECTIFS ET MANIERE D'ABORDER CE CHAPITRE

D'entrée de jeu, je réitère l'avertissement que ce chapitre de cette quatrième partie de ma thèse s'inscrit résolument dans une perspective de résonances ; résonner : le verbe se comprend littéralement comme *produire un son amplifié*. C'est bien cela mon objectif. En présentant un matériau empirique à propos de l'homme ému tel qu'il s'est donné à penser, à vivre dans le cadre professionnel et personnel de quatre praticiens-chercheurs experts en pédagogie perceptive. En fin de parcours exploratoire je laisse *l'expérience* – terme capital dans ma recherche et de la vie humaine – produire un son amplifié et mettre en relief certains aspects du phénomène que j'ai cherché à décrire et à comprendre dans les trois parties précédentes.

Se faisant, plusieurs actions se présenteront à moi. 1) Je vais pouvoir résonner avec chacun des récits présentés ; 2) à l'issue d'un mouvement transversal de ces résonances, je compléterai les données descriptives et conceptuelles présentées dans le premier chapitre ; 3) Comme je l'ai fait à l'issue de l'exploration classique et phénoménologique, la mise en dialogue de mes résonances aux quatre récits avec le corpus des recherches déjà effectués au sein de la psychopédagogie perceptive ouvrira sur une synthèse graphique sous la forme d'un arbre de la dimension émotionnelle et de l'affectivité sur le mode du Sensible. Je pourrais nommer cette résonance graphique : *l'arbre de l'homme ému sur le mode du Sensible.*

Me voici près de rendre compte de l'expérience vécue de personnes à qui j'ai proposé en quelque sorte de se mettre dans ***la peau*** - la leur -, celle ***d'homme ou de femme émus***, cette partie de ma thèse apporte une matière première, brute en quelque sorte, et un substratum empirique servant mon enquête exploratoire sur la dimension émotionnelle et l'affectivité telle qu'elle se vit en pédagogie perceptive. Bien que 'brutes', ces données constituent un matériau intéressant servant à éclairer ma problématique et à résonner à ma question de recherche que je redonne ci-dessous :

Qu'apportent les explorations théoriques et les vécus phénoménologiques du Sensible à la compréhension de la dimension émotionnelle et affective en psychopédagogie perceptive ?

Je souhaite : 1/ m'informer du paysage existentiel et expérientiel de la dimension émotionnelle qui m'intéresse, 2/ préciser et enrichir mon regard sur l'état des lieux du devenir de l'émotion sur le mode du Sensible telle qu'elle est intégrée, pensée et réfléchie à partir d'une peau affective et émotionnelle, celle de la personne émue ; pour le dire autrement, mon incursion dans la vie des personnes vise à répondre à cette question : qu'en est-il de cette dimension anthropologique (l'émotion) sur le terrain de la vie vécue ? 3/ Constituer un matériau empirique pour le mettre en dialogue avec les points saillants de mon exploration théorique.

L'organisation pratique et méthodologique de cette partie de ma thèse a subi des changements que je vais expliciter en guise d'introduction dans une première partie. Dans une deuxième section, je rendrai compte d'un regard transversal sur les récits phénoménologiques faits à partir de verbatims issus des entretiens de recherche effectués et sélectionnés. Dans une troisième partie, je ferai ressortir les points saillants de l'homme ému sur le mode du Sensible à la lumière des expériences telles qu'il m'a été donnée de les comprendre.

1. UNE EXPERIENCE QUI SE PARTAGE AU 'JE'

Dans cette section, je reviens à des vécus savoureux, ceux de mes entretiens de recherche. Certains de ces moments ont marqué et installé une sensibilité à l'œuvre tout au long de cette thèse. Nous rentrons en quelque sorte dans la peau de l'homme ému et de la femme émue.

2.1 Le récit phénoménologique de Pierre

« Lorsque j'entends l'expression « homme ému », j'ai plus l'impression d'être touché par ce qu'il y a derrière ces mots Je ressens un impact au niveau du cœur et du thorax avec autour de ce volume une sorte de déliquescence. Quelque chose fond en moi et m'attendrit. J'ai comme une émotion d'enfant qui me revient. L'émotion, ce n'était pas mon point fort ; elle venait toujours en troisième position après la pensée et

la sensation. Pourtant, je suis un hyper émotionnel tout en ayant appris à désinvestir mes émotions et leur besoin depuis mon enfance.

La première situation où je me reconnais être un homme Sensible dans une disposition à être ému, c’est lors d’une séance en fasciathérapie à l’occasion d’un stage que j’ai fait au cours de mes deux ou trois premières années de formation. J’étais dans la posture d’être soigné. J’ai vécu plusieurs phénomènes corporels touchants au point d’être en larmes ; non pas des larmes qui coulent silencieusement car il y avait de l’intensité, par vagues successives, avec des sanglots, avec des sons. L’expérience d’amour rencontré pouvait continuer parce que mes sanglots allégeaient ma tension psycho-émotionnelle. Je veux dire que l’émotion permettait que le processus continue. J’ai vraiment contacté un amour infini pendant une demi-heure. C’est la première expérience paroxystique vécue dans ma pratique de la pédagogie perceptive. La douceur était telle que je ne pouvais pas l’absorber, c’était insupportable énergiquement par contraste à un état zen dans lequel je me trouve habituellement. Il m’était impossible de ne pas avoir d’émotion. Ce moment n’a jamais été aussi paroxystique pour moi ! Un amour avec une telle puissance était quelque chose d’extraordinaire, hors de la nature de ce que l’humain a l’habitude de vivre et que j’aurais pu créer par moi-même. Cette expérience, je la comprends comme une co-création émotionnelle d’un moment, car à l’époque, j’avais besoin de cette intensité émotionnelle pour être capable de tolérer une autre intensité, à bas régime ; pour supporter la présence de cette animation qui rentrait en moi.

J’ai une autre situation qui me vient, c’est lors d’un stage de pédagogie perceptive. J’ai rencontré à nouveau cette perception, cet état inhabituel dans lequel il y a en premier lieu, un mouvement dans mon corps et une luminosité bleutée en moi. Cette fois-ci, c’était une forme de crachin de douceur, d’amour et de couleurs semblables à un bain extérieur à moi et qui pénétrait dans la profondeur de mes os et de mon être. J’avais l’impression que ma matière fondait et s’animait de partout. Je ressens beaucoup d’amour, je me sens aimé, aimé du dedans et ma matière est comme une substance et une pâte mouvante. La douceur accompagnée d’un amour rentrant et s’infiltrant dans la profondeur de mon être est d’une intensité telle que j’étais dans la jouissance. Dans mon expérience, tous ces phénomènes m’ont placé dans un espace vécu très chaleureux, protecteur, cocoonant et enveloppant, à la fois dans mon corps et à l’extérieur de moi. Ce qui était étonnant et intéressant pour moi, c’est cet état d’amour réciproque dans le sens que cette animation venait vers moi d’une part, mais d’autre part,

j’ai pu observer un mouvement autonome en moi, se glissant de lui-même en direction de cette animation. J’étais donc aimé par le mouvement et je l’aimais en retour. Contrairement à mes habitudes affectives et amoureuses où le mouvement de mon amour part en premier lieu de moi, là, quelque chose venait à ma rencontre, dans un mouvement rentrant dans mon intériorité, ma matière et mon cœur. Et cette rencontre avec le mouvement animé était de nature identique à celle que je pourrais avoir dans mes relations humaines. C’est pour cela que j’utilise le terme « aimé » parce que c’est comme le souvenir d’avoir été aimé par mes parents et par mes partenaires de vie. Je sentais une attention bienveillante à mon égard comme une puissance protectrice. Je me sentais être aimé comme un père peut aimer. Le sentiment organique d’enveloppement pouvait évoluer pour passer par moment d’une nature enveloppante à la nature d’amour d’un ami. Il y a des nuances, des subtilités dans cet amour-là que je recevais et qui chauffait mon intériorité et touchait véritablement mon cœur. Je le dis encore une fois : j’étais aimé et j’aimais ce qui m’aimait.

Pendant cet entretien, sous une certaine forme, je peux dire que cet amour aimant, aimé, c’est peut-être aussi moi. En effet, il y a une co-présence d’une part de moi et de quelque chose qui n’est pas moi ; plus précisément, quelque chose de moi et de plus grand que moi. L'homme ému, il n’est pas la relation à cet amour, mais plutôt l’homme touché par cette relation. Ce mouvement et cette relation m’intéressaient au point que j’en suis tombé amoureux dans une attraction. Je ne la contrôlais plus, j’étais nourri par lui de la même façon que lorsque l’on est amoureux de quelqu’un. J’étais attiré par cette subjectivité corporelle animée. Je voulais qu’elle soit là tout le temps et ne plus la quitter. J’étais mobilisé pour la rejoindre, la voulais et souhaitais en prendre soin comme quand je suis amoureux de quelqu’un.

Il y a un troisième moment d’homme ému que je peux donner, c’est tout simplement durant notre entretien de recherche. Là, maintenant où je ressens une présence d’amour déclenchée en moi dans le moment où on en parle. Puis ce mouvement qui porte une saveur d’amour devient une réciprocité d’amour dans une animation bleutée plus épaisse dans lui et plus éthérée à l’extérieur. C’est une présence aimante, et je perçois une onde d’amour en retour du mouvement.

Pour moi, « l’homme ému » existe et c’est quelqu’un qui a non seulement cette émotion particulière, se trouve imprégné par elle, mais est aussi habité par ses émotions et les exprime librement. Cet homme ému-là, il est beaucoup plus subtil que celui des émotions débordantes. Il rencontre facilement ce que j’appelle une émotion

paroxystique d’homme ému dans un moment où il est touché d’une certaine manière, à bas régime, dans une relation à cette animation interne au sein de son intériorité. Dans ma manière de vivre mon affectivité, je fais des liens entre les émotions, l’émotion du Sensible et l’homme ému. En fait, je réalise que j’étais sous le coup d’une émotion et de quelque chose en moi qui n’était pas de l’ordre de l’intellect, c’était plus dans mon corps et dans mon cœur. Je passais d’un contexte intellectuel à un contexte charnel ; et ce n’est pas de moi dont j’étais amoureux mais d’une force, d’une puissance, d’une énergie, d’une conscience qui avait son autonomie. Pour moi, c’est quelque chose de divin ou de sacré.

Mais ce n’est pas tout à fait cela qui me touchait le plus et me faisait pleurer, c’était bien l’état d’amour rencontré : un état auquel je ne pouvais pas dire non. C’était d’une évidence telle, que je ne voyais pas comment l’appeler autrement qu’un nectar divin qui rentrait en moi.

Dans ma vie quotidienne, je rencontre l’état d’homme ému dans mon lien avec la nature, au sein de mes relations profondes, dans notre entretien aussi, en ce moment-même, comme à l’occasion des courses au supermarché. Je me souviens que je captais les états d’âme de chaque personne que je croisais. Il m’arrive très régulièrement d’être ému par cet amour immanent, cette joie immanente, cet état à bas bruit dans lequel quelque chose se déclenche et me touche profondément et dont les effets peuvent durer quelques heures, quelques jours quand j’accompagne cette conscience en mouvement.

Je dois dire que ma première expérience choisie est arrivée plusieurs fois en stage durant les deux, trois premières années de ma formation en pédagogie perceptive. J’avais des explosions de larmes liées à un trop plein émotionnel qui avait besoin de se libérer. Aujourd’hui, ces manifestations sont bien différentes, et cela fait longtemps que je n’ai pas eu ces débordements. Il peut avoir une larme qui coule, mais elle est chaude et dans la douceur, mais je ne vis plus dans des explosions de nature paroxystique émotionnelle. Cette émotion de mes débuts, elle masquait l’homme ému que je ne pouvais pas voir à l’époque. Aujourd’hui, cet état, bien que n’étant pas permanent, est très fréquent.

Je précise encore que le ’Pierre ému’ et ‘l’homme ému’ ne sont pas la même chose. Dans l’homme ému, j’entends l’homme Sensible ému, l’homme ému par l’émotion du Sensible et non pas, par les émotions quotidiennes, habituelles. L’identité de Pierre ému ouvre sur l’homme ému, y compris aux émotions de Pierre. Dans la

première situation, j’avais l’émotion propre au Sensible à laquelle s’ajoutait une émotion comme un effet dû au dépassement de mes capacités de réception et d’intégration. Ce trop-plein se libérait par des sanglots agréables, des sanglots de bonheur. Ce phénomène, c’était ma tentative de gérer cet événement-là, ma relation intime entre cette chose-là et moi.

En fait, je vis ces moments paroxystiques comme lors des traitements ou lors du mouvement (gymnastique sensorielle), et d’autres moments spontanés où je suis touché dans l’homme ému sans pour autant m’identifier dans l’homme Sensible ému ou l’homme ému du Sensible. Je vis la présence d’un état de joie immanente ou un état d’amour immanent quand je suis touché, même sans raison, sans forcément être accompagné du mouvement interne. Ce qui ne veut pas dire que l’animation n’est pas là, mais plutôt que mon attention est présente et attirée vers d’autres éléments. Le mouvement interne est alors un moyen, la joie et le bonheur, les effets me conduisant à cet état d’homme ému.

Je ne me rends généralement pas compte de l’éloignement de l’état d’homme ému. C’est souvent à l’occasion de mes soins en fasciathérapie que je réalise combien cet état est savoureux, important pour moi et dans ma vie car quand je retrouve cet état, cela me permet de faire les choses plus lentement, en contact avec moi plutôt que d’être happé par les choses de la vie. Je remarque que je reste présent à moi-même dans la relation à l’autre, ce qui n’est pas le cas quand j’en suis éloigné. Je peux me reconnecter à l’homme ému tout seul en pratiquant du mouvement, en me mettant en conscience dans mon cœur. Par cette stratégie, je réactive l’animation et le moelleux en moi, c'est-à-dire que maintenant, de façon assez aisée, je retrouve l’homme ému en me mettant dans son cœur.

2.1.1 Résonances au récit phénoménologique de Pierre

L'homme ému, il n’est pas la relation à cet amour,
mais plutôt l’homme touché par cette relation.

Dans l’homme ému, j’entends l’homme Sensible ému,
l’homme ému par l’émotion du Sensible
et non pas, par les émotions quotidiennes, habituelles.
Pierre

La présence corporelle est présente et continue dans l’expérience de Pierre et reste le support de l’émotion tout en étant la source essentielle à l’origine de l’émoi. Je comprends un double phénomène. Se manifeste à la fois une forme de catharsis, à la fois un bas régime animé d’une autre nature d’intensité : le vécu d’un amour dépassant les capacités humaines du participant. Je vois dans ce qui est nommé comment l’émotion classique se trouve non seulement en co-présence avec une autre activité affective, mais elle est le support indispensable pour une émotion plus subjectivement ancrée dans une matière anatomique et dans un régime de l’activité très repérable pour Pierre. Le substantif « être » indique le niveau de globalité et de profondeur concerné. L’état de jouissance intra personnel dont le sens de la présence est relié au sacré et au divin fait apparaître une instance autonome et invisible mais perçue. Elle est aimante et protectrice. La présence est à la fois touchante et bouleversante tout en se laissant être aimée.

L’évocation de l’amour parental est explicitement partagée, comme celui d’un partenaire amoureux et d’un ami. Dans ce contexte, la dimension émotionnelle et l’affectivité présentées par Pierre m’évoquent une *figure d’attachement subjective* mais réellement intégrée comme telle. Pierre dit bien : « j’étais aimé et j’aimais ce qui m’aimait », puis, « je voulais qu’elle soit là tout le temps et ne plus la quitter », « le souvenir d’avoir été aimé par me parents ou partenaire de vie » et enfin « Je sentais une attention bienveillante à mon égard comme une puissance protectrice ». On voit ici un phénomène de dépendance affective, auto-affective en réalité, puisque l’amour rencontré reste dans la sphère intra personnelle tout en débordant les contours corporels.

Le témoignage suivant résonne comme un temps fort dans mon souvenir de notre entretien.

> L'homme ému, il n’est pas la relation à cet amour, mais plutôt l’homme touché par cette relation.

Les propos ci-dessus mettent en relief une capacité de (se) remarquer (si bien nommée par Depraz). L'homme ému sur le mode du Sensible se révèle être auto-affecté, sujet de cette auto-affection dont la nature est un sentiment organique *de mouvement, de force et d'amour à la fois humain, sacré et divin ; impliquant le cœur et le cœur de la matière (os).* Pierre emploie également l'expression « conscience autonome ». J'en déduis la présence de deux consciences entrelacées, émouvantes et émues à la fois, me ramenant à la pensée sartrienne.

> Pour moi, « l'homme ému » existe et c'est quelqu'un qui a non seulement cette émotion particulière, se trouve imprégné par elle, mais est aussi habité par ses émotions et les exprime librement.

Cet extrait illustre la cohabitation de deux dimensions émotionnelles clairement distinctes et le rapport au partage émotionnel, pour ne pas dire, un des traits de l'intelligence émotionnelle. Le récit de Pierre rend compte d'un processus évolutif chez l'homme ému, puisqu'après deux ou trois ans de fréquentation de ce phénomène, il ne vit plus de décharge émotionnelle liée à cette rencontre en lui. Un régime d'activité affective de fond semble s'être installé en lui, chemin faisant des années de pratique pour qu'aujourd'hui, ce phénomène l'accompagne dans son rapport quotidien au monde ; régime qu'il peut retrouver en se plaçant dans son cœur, dans un contact avec la nature ou en recrutant les outils de la pédagogie perceptive.

Pour finir, tout en distinguant homme ému et homme Sensible, Pierre jongle avec les expressions « homme ému », « homme ému par l'émotion du Sensible », « homme Sensible ému », « homme ému du Sensible ». J'y vois la complexité de mon objet de recherche, l'entrelacement des expériences de nature perceptive, affectives ou attentionnelles. Un point me semble très clair cependant, c'est le caractère immanent, émouvant, joyeux et amoureux de cette rencontre en soi, dans le plus vaste de soi, dans lequel,

> le mouvement interne est alors un moyen, la joie et le bonheur, les effets [me] conduisant à cet état d'homme ému.

2.1.2 Premiers liens spontanés avec mon parcours exploratoire théorique

Le récit de Pierre donne à voir certains éléments abordés dans ce parcours, en particulier, le sens spirituel de l'expérience telle que présentée résonne avec la pensée d'Alquié et d'Honoré. Comme l'a précisé le linguiste Bally[513], toute subjectivité se

[513] Cité par Kerbrat-Orecchioni, 2000, p. 43.

caractérise par la présence de nuances affectives et si les fonctions affectives du langage sont aussi importantes que celles intellectuelles, l'expression « homme ému » porte un sens bien particulier de la vie. Le sens qui lui est donné dans ce récit montre ce que Gaston Pineau[514] a repéré, à savoir, que le contact au corporel et à l'intime - fondant une expérience intérieure - peut être déclencheur d'une expérience spirituel. L'homme ému tel que Pierre nous le partage semble être un être relatif ouvert sur l'absolu. De même le sacré, en tant qu'il traduit le fait d'être touché d'une certaine manière par le rapport à un Moi-sentiment comme nous l'a précisé Honoré, peut introduire le territoire expérientiel de la dimension qui nous intéresse. Toujours avec la pensée d'Honoré, certains passages du récit de Pierre s'adossent à la notion d'expérience mystique, c'est-à-dire, comme l'épreuve d'un événement inattendu, et une expérience d'amour au-delà de tout raisonnement rationnel. Je rappelle avec Worms qu'il s'agit bien d'une rencontre vécue entre un individu singulier et un principe absolu, une expérience qu'il faut alors envisager dans sa dimension existentielle comme telle.

Ce récit révèle l'existence d'une conscience affective telle qu'en a parlé Alquié, dont une des figures se présente sous la forme d'une présence attachante propre aux descriptions des attachementistes Bowlby et les chercheures qui l'on suivis. Pierre confirme mon intuition sur un aspect fondateur de l'expérience de la dimension émotionnelle et de l'affectivité sur le mode du Sensible. Le phénomène porte-t-il un savoir et une connaissance singuliers ? Ecoutons Diane nous partager son expérience.

2.2 Le récit phénoménologique de Diane

Quand j'entends « homme ému » ou « femme émue », ça m'évoque quelque chose de grand, d'émouvant et de sensible. Là, j'ai facilement une première situation qui me fait penser à la femme émue que je suis. C'était lors d'un accompagnement en pédagogie perceptive d'un patient en fin de vie. Dans ses moments d'accompagnement avec Roger, j'étais touchée et émue, je me sentais dans un état général de grâce et de plénitude qui concerne aussi le psychisme. Quand je suis cette femme émue – et elle est réelle pour moi -, je vis un bien-être, un état positif, qui peuvent être presque de l'ordre de l'euphorie et parfois du sacré. Dans ce processus, je me vis dans une grande présence à moi, à l'autre avec un vécu mon corps qui est vraiment riche. Je se sens entièrement

[514] Voir l'illustration graphique, p.343.

dans ma globalité et accordée, dans mes contours et au-delà. Je suis touchée émotionnellement mais pas de l’ordre de la sensiblerie. La présence d’un silence rempli de paix, celui que je retrouve au cœur de moi-même me permet d’entendre au-delà des mots. Je sens dans moi, à l’intérieur de mon corps, cette lenteur qui donne la sensation de continuité et s’anime d’une intensité qui constitue ce qui pour moi est l’émotion propre au Sensible. Je ressentais une immense profondeur, une authenticité, une simplicité et une stabilité qui ne m’a pas quitté durant tout l’accompagnement. Je sens de la chaleur et une ouverture au niveau de mon cœur expansé, une chaleur vraiment interne. C’était goûteux, savoureux. Je me sens dans une grande solidité et dans une grande confiance quand je suis émue comme ça. Dans l’ému, c’est doux, c’est sensible, en même temps, il y a de la joie, il y a une chaleur humaine. Pour moi, il y a quelque part un pétillement à l’intérieur du corps, c’est doux, plein de douceur, vraiment beaucoup de douceur. Il y a cette notion de temporalité et de spatialité qui est différente. Je me sens touchée dans ma chair et dans ma profondeur.

Le regard envers l’autre change aussi car je rentre en relation en l’autre, avec la part la plus belle de lui-même, et lui offre la part la plus belle d’elle-même ; je peux même accueillir encore d’autres et encore d’autres personnes tellement il y a de l’espace. Durant mes moments avec R., tout me semblait juste. J’avais l’impression de me trouver au bon moment, au bon endroit. Il n’y avait aucune question, pas de problème, rien, c’était ! Dans ces états-là de femme émue, je me vis dans un emboîtement dans la vie, heureuse et consciente de vivre.

J’ai une autre situation qui me vient, c’est l’accouchement de ma fille. C’était un moment vraiment magique d’une émotion intense où j’explosais d’amour, dans une communion, une intimité, une proximité en moi, à mon mari. On accueillait vraiment le fruit de notre amour. Dans ce moment-là, où je me vis femme émue, je suis à cent pour cent dans qui je suis. Dans une confiance en moi d’abord, et où je me valide. Et puis, dans l’ému, je me sens touchée dans ma matière, touchée dans mon être, en relation. C’est de l’ordre de l’alchimie entre cette présence à soi et la réciprocité à l’autre, et c’est ça qui ouvre une rencontre où on est cet homme ému, cette femme émue.

Dans ma pratique professionnelle, le degré d’implication est un facteur décisif de l’accès à l’homme ému et à sa reconnaissance. Par exemple, en soin, dans ma pratique manuelle, par contraste à d’autres techniques, je reconnais bien si l’animation interne est accompagnée d’une saveur pour l’autre, à la qualité de son toucher, à la qualité de son entretien, à la qualité de sa présence, à la qualité de la réciprocité. C’est

comme ça que je peux percevoir et reconnaître l'homme ou la femme émue en moi et chez l’autre. Tu vois, durant l’accompagnement de R., j’étais dans un processus d’observation qui me permettait à chaque instant de vivre le moment présent, de me laisser agir, d’ajuster mes actions et de trouver des solutions adaptées. Il y avait une confiance énorme !

Quand je suis disponible et dans cet état de femme émue, je suis dans un accueil. Et tiens, par exemple, là, ma fille se pose en un quart d’heure alors que d’habitude, c’est impossible pour elle. Alors, ce sont des moments où on est, simplement, on ne se dit rien, et des fois, on est dans des discussions profondes sur des choses de la vie, c’est langoureux, calme. Le temps n’a pas la même valeur, on prend du temps, on se fait du bien. Ça se passe aussi dans mes cellules, dans mes pensées qui sont positives et stables. Je sens que j’existe en tant que Diane, je m’autorise à être authentique, à être accueillie dans tout ce que je suis, dans toutes mes facettes avec mes bons et mes mauvais côtés.

Pour moi, c’est dans la valeur affective, émotionnelle, existentielle, spirituelle donnée à ce vécu qu’émerge l’homme et la femme émus. A ce moment-là, dans cette situation, l’ordre des choses est autre. C’était différent du quotidien, comme un moment privilégié. Je me sens en sécurité et en confiance avec moi-même et avec l’autre. Je vis la vie dans un état de paix profond.

La femme émue, elle existe, c’est sûr. Elle existait avant d’être dans le Sensible, mais, aujourd’hui, je la vis avec un plus, avec un sentiment d’incarnation, plus dans ma matière, avec plus de confiance et de paix. Dans la femme émue, on est dans le plus grand que soi mais où on sait pertinemment qu’on est nous. On vit, on est et on accueille ! Être sujet de ce qu’on vit, de ce qui nous touche, c’est un critère important pour définir la femme émue. Car, c’est être profondément soi, oser être ce que je suis, être acceptée dans qui je suis, et sans la peur d’être jugée, c’est émouvant !

Je reconnais l’homme ému parce qu’il attire mon attention. C'est un état qui est communicatif. En pédagogie perceptive, grâce au sens du toucher en plus de l'approche verbale, ça me permet cet état de réciprocité où j’entre en résonance avec ma propre expérience du Sensible, mais également celle de l'autre… En même temps que je touche l'autre, je suis touchée par moi-même. En même temps, je sens ce que je touche chez l'autre. Il y a une nature de présence à moi, d’implication en moi-même et à l’autre. Ce moment est propice à la présence de l’émotion du Sensible. Intérieurement, ça se traduit par un état de continuité, une lenteur qui bouge sans se déplacer, le tout s'anime d'une

intensité. C'est cette intensité qui constitue et révèle l'émotion propre au Sensible qui me fait reconnaître l'homme ou la femme émue en face de moi. Durant l'accompagnement de Roger, je le sentais s'abandonner et dévoiler sa propre nature. Je percevais que ma présence elle-même était soignante et que celle de Roger me soignait. Je me sentais dans un bain vivant. C'est comme si je l'aimais et c'était réciproque.

Dans un tout autre registre de ma vie, celui de ma vie intime, de ma vie de couple, je note que l'homme et la femme émus sont là. Il y a un état affectif qui se mêle à la sexualité et qui apporte un plus, qui donne une autre dimension à l'acte pour aller dans une dimension sacrée avec l'impression de baigner dans l'univers, où c'est plus grand et ça déborde de nous.

Quand je perds cet état - par la fatigue et la préoccupation qui sont les principaux obstacles -, j'essaie de mettre en place des protocoles pour le retrouver. Je me fais traiter, je fais du mouvement et j'essaie de mettre en place des actions pour être juste moi. Je pratique sur moi-même une attention pour créer cette disposition de la femme émue. J'applique ce que je connais de la méditation sur le mode du Sensible.

2.2.1 Résonances au récit phénoménologique de Diane

Pour moi, c'est dans la valeur affective, émotionnelle, existentielle, spirituelle
donnée à ce vécu qu'émerge l'homme et la femme émus.
A ce moment-là, dans cette situation, l'ordre des choses est autre.

Dans la femme émue, on est dans le plus grand que soi
mais où on sait pertinemment qu'on est nous.
Diane

Je retrouve dans ce récit une sémantique particulière et évocatrice de l'expérience spirituelle. Cette notion est complétée de caractéristiques complémentaires de nature affective comme les sentiments de paix, de confiance, d'état général de grâce et de plénitude, d'euphorie. Le terme sacré renforce la tonalité précieuse de la dimension rencontrée. Pour Diane, l'auto affection ouvre sur une réciprocité au sein d'une présence porteuse de bien-être à la fois psychique et corporel, charnel et émotionnel ; et ce, dans une fréquence de sollicitude réciproque, joyeuse et humanisante. Lenteur, silence et douceur – bien connus en tant que tonalités du Sensible – participe à une rencontre de chair à chair, à la fois tournée vers le meilleur de soi et d'autrui et le faisant émerger. La notion d'accordage à différents niveaux semble chevillée à l'expérience de Diane ; accordage en elle-même, avec la Vie et les événements qu'elle

épouse dans une fluidité, une stabilité et une confiance intra et interpersonnelle insigne. L'évocation d'un principe d'auto-affection se réitère avec ici la mise en évidence qu'il est le point d'émergence de la relation, de l'inter action, de l'agir, le penser et de l'émouvoir lui-même :

> dans l'ému, je me sens touchée dans ma matière, touchée dans mon être, en relation. C'est de l'ordre de l'alchimie entre cette présence à soi et la réciprocité à l'autre, et c'est ça qui ouvre une rencontre où on est cet homme ému, cette femme émue.

L'activité attentionnelle est elle aussi prégnante :

> J'étais dans un processus d'observation qui me permettait à chaque instant de vivre le moment présent, de me laisser agir, d'ajuster mes actions et de trouver des solutions adaptées. Il y avait une confiance énorme !

Cette thymie positive est à l'origine d'une estime de soi, d'une authenticité, d'un sentiment de sécurité et permet un terrain d'accueil d'aspects positifs autant que ceux qui sont moins valorisants pour Diane. La présence à soi dans une conscience affective, auto-affective ressort également du récit de Diane :

> On vit, on est et on accueille ! Être sujet de ce qu'on vit, de ce qui nous touche, c'est un critère important pour définir la femme émue.

Une fois encore, l'homme ému est imbriquer à l'activité de remarquer puisqu'il attire l'attention d'autrui, dans un dévoilement de sa propre nature dans un bain d'amour. Cette dimension est présente dans la vie intime, dans la sexualité qu'elle vient enrichir et sortir des avenues perceptives et affectives connues. L'état d'homme et de femme émus semble constituer une valeur ajoutée à la dimension amoureuse de par la nature d'auto affection et du sacré qu'elle porte.

Les outils du sensible sont les bras de leviers de la remise en contact avec cette dimension chez Diane.

2.2.2 Premiers liens spontanés avec mon parcours exploratoire théorique

Le récit de Diane me ramène à la notion insigne d'expérience telle que différents auteurs l'ont abordée. Les précisions apportées par Depraz relatives au devenir-conscient plaçant l'affectivité au cœur de ce processus trouvent un écho dans le récit de Diane, notamment dans une nature de lâcher-prise permettant l'*accueil* de soi, de l'autre, de cette auto-affection matièrée. L'expérience à la première personne telle que Diane nous la livre – à la fois objective et subjective - valorise le rôle de la dimension

affectivo-perceptive de la chair dans l'émergence de l'homme ému et de la femme émue. L'expérience de Diane telle que je la comprends me ramène également à la pensée honorienne dans laquelle quatre composantes s'entrelacent : une présence, une mise à l'épreuve, un sentiment d'existence et une tendance affective. La notion d'interexpérience proposée par Laing et celle de la relation vitale chez Dilthey rebondissent au cœur de ce récit. En effet, dans le rapport à son patient ou à son conjoint, un espace de communion créé par un fond commun perceptivo-affectif rend possible une réelle interexpérience, semble réduire à néant l'écart dénoncé par Laing. La relation vitale en tant que réalité affective joignant ensemble le Moi, l'environnement (socio-professionnel, culturel, social et humain), l'être vivant, dans une expérience vécue illustre le territoire de la femme émue. Le régime de l'activité de la femme émue montre un Vivre comme l'activité d'un sujet touché au cœur de son expérience, impliqué dans la résonance à des phénomènes intérieurs sans être coupés de réalités extérieures. Par cet équilibre entre l'éprouvé et l'agir, la capacité d'en goûter les effets, nous rejoignons les propos de Dewey sur le fondement de l'expérience esthétique et le travail de l'intelligence. En suivant cette ligne de pensée, l'homme ému, par sa manière de se tenir au monde n'est-il pas un artiste performatif dégagé de la pression de performance et de rentabilité, ne se protège-t-il pas d'une forme de barbarie comme l'a dénoncé Henry ?

La pensée de Merleau-Ponty s'invite en résonance avec les propos de Diane, celle d'un monde que nous devons apprendre à voir autrement que dans ses apparences. Dans son récit prend place un lien inéliminable entre la chair du corps et la chair du monde. Il est animé par de grands courants silencieux porteurs d'une humanité dans les moments ultimes d'une existence comme au quotidien lorsque l'exercice de la vigilance s'opère.

Pour finir, la force du récit de Diane vient en partie de ce que Scheler a si bien décrit, c'est-à-dire, le mouvement de la *valeur* portée ici par un rapport à la vie vivante et subjective corporeisée telle qu'elle s'exprime en pédagogie perceptive. L'amour rencontré, partagé devient l'expression de ce mouvement et de ses variations hissant l'autre ou soi-même vers des hauts plateaux de l'être (Misrahi).

J'ai en mémoire une trace émerveillée de la rencontre à l'origine du récit phénoménologique qui suit pour y avoir vécu une jubilation particulière ne perdant pas sa vitalité durant la retranscription, ni dans mes premières lectures. Comme pour les autres récits, un sentiment resté intacte accompagne la production du récit phénoménologique, s'étoffe d'une conscience plus aiguisée suite à mon aventure

exploratoire. Je réalise combien la pensée d’Alice résonne de façon très proximale pour ne pas dire intime avec l’expérience qui est la mienne, mais dans un langage lui étant propre, innovant et … poétisant.

2.3 Le récit phénoménologique d’Alice

L’expression « homme ému », ça m’évoque d’abord l’intelligence du cœur ou de la relation ; des yeux brillants d’enfants qui regardent le monde avec tendresse, avec de l’âme.

J’ai un moment particulier de ma vie quotidienne qui émerge, c’était sur ma terrasse alors que j’avais décidé de me donner du temps, de suspendre toute obligation. Dans ce premier moment, je sentais l’air, j’écoutais les oiseaux. J’avais un contact corporel physique avec la nature et l’environnement ; le tact était différent. J’étais émue par le contact avec la nature, touchée. Ce qui me marquait dans ce cas, c’est la simplicité, même la pensée est simple. Il n’y a pas d’anticipation, pas de référence en arrière. Donc, il y a de la place pour que tout le potentiel de la rencontre se déploie. Je suis dans une intimité de relation absolument nouvelle, dans le moment de la rencontre avec moi, l’autre et le monde. Je dialogue avec le vivant en dedans et en dehors de moi et en réciprocité avec lui. J’étais en train d’aimer ma vie, de m’apercevoir que j’étais heureuse : c’est le pétillement de la joie de vivre.

Un autre moment, c’est une méditation dans un stage, dans le moment particulier du contact avec moi-même. Je pleurais, ça coulait sur les joues, des larmes chaudes, ce n’est pas la même chose que ces larmes froides quand j’ai une émotion et que je suis triste. Là, j’étais émue au moment précis d’un double mouvement. Celui où je vais vers moi-même et celui où quelque chose vient à ma rencontre. Dans cette articulation, je me rencontre dans ma singularité, celle d’Alice, avec un goût, celui de sa saveur, de son odeur et de sa couleur. Alice émue, elle est sexuée, distincte au sein du genre humain. Tout devient pigmenté, coloré, nuancé, spécifique et singulier. J’ai mes os qui apparaissent, la structure de mes muscles et de mes poumons. Je vois bien que je me constitue. Tout de ma matière apparaît et je suis émue par moi-même et par ma propre existence.

Une autre fois, c’est lors d’une prise de décision où j’ai réalisé que j’étais à la bonne place. Là, c’est du psychisme et je ne suis plus sur une résonance corporelle habituelle, mais dans une même nature de rencontre de femme émue. C’est comme un

rêve éveillé, c’est symbolique, je me suis vue me déplacer, c’est une image. Et pourtant, j’ai bien rencontré un sentiment où je vivais le moment assez incroyable de savoir que la Vie était bienveillante pour MA vie. C’est vraiment comme la totalité de ma vie qui est concerné par la Vie. Et là, je suis touchée autrement. Je suis émue par le sentiment de bienveillance de la Vie à mon égard. J’ai vraiment la sensation que ça me touche tous les niveaux. Je me sens concernée dans l’os, dans l’anatomique, dans le psychique, dans l’affectif, dans l’émotionnel et le réflexif. Toutes les dimensions de mon être sont concernées.

En fait, je trouve qu’on devrait davantage parler de chair, parce que l’homme ému, ça convoque un rapport à la chair et à la sensualité. Pour moi, l’intelligence de la femme émue que je contacte traverse toutes mes intelligences et leur donne une valeur ajoutée. Être dans la femme émue, c’est un état plus proche de l’organicité, plus proche d’une physiologie d’être en vie et vivante dans le monde.

La femme émue existe et c’est une qualité plus qu’un état. En fait, je ne suis pas une femme émue, je le deviens ; cette femme est en totale résonance avec tout ce qui se passe. Je fais corps avec le monde et suis à la fois séparée du monde et dans une intimité de relation absolument nouvelle. Je rencontre une voie de sécurité qui me permet tout le temps de partir de là où la personne est, pour la suivre pas à pas.

L’homme ému apparaît au moment de la rencontre de trois phénomènes : un sujet conscient, une matière et une animation. Ce moment de cette rencontre est créé par un émoi, cette magie qui fait qu’on ne veut pas le quitter, ni cette émotion de la vie, de l’âme. Je reconnais un homme ému ou une femme émue à sa force attractive, à la qualité de sa présence dans le silence mais aussi dans ses mots ; sans une dilatation car sa matière qui est plus large. Il a un état de disponibilité et c’est ça qui attire comme une présence à lui-même simple, ça dégage de la paix. L’homme ému, c’est un homme complétement dynamique dans sa vie. A ses côtés, je peux vivre plein de nuances, plein d’émotions et être beaucoup de choses à la fois. En fait, il y a plusieurs niveaux d’homme ému et on ne peut pas parler d’homme ému si on ne parle pas de terre d’accueil, c'est-à-dire d’une matière capable de recevoir, de recevoir… L’ému, ça parle de son histoire, de son vécu, de son incarnation et d’être émue de sa vie, de soi, de son existence, de la vie des autres, du monde. Quand je suis dans cette qualité, je me vis avoir des meilleures pensées, différentes. Ma pensée n’est pas la même, elle sait saisir le monde avec subtilité, avec nuances, avec saveur, avec le goût. J’ai plus de mots pour le dire et le partager.

Quand je suis coupée de cette qualité d’être, c’est lorsque je ne prends pas moi soin de moi. Je m’éloigne d’un principe d’attention à moi, à ma vie. Je ne veille plus et cela se dégrade. Les contextes extérieurs sont importants comme la pollution, le bruit, la surpopulation. J’ai des repères, c’est que corporellement, j’ai froid et ma peau s’assèche. Je perds ma forme, mes volumes. La qualité de mon humidité intérieure, même vasculaire, diminue. C’est l’indifférence au monde car je ne suis pas touchée par l’autre. Je suis moins concernée par les problèmes humains, car je ne suis plus en résonance, je n’ai plus de résonance. C’est comme mes états émotionnels qui reprennent leurs fonctions organiques. Je ne suis plus en lien avec mon état ontologique, mon arrière-plan. Le monde perd du relief, il apparaît plus plat, soit dans l’indifférence, ou chaotique dans le débordement. Il y a une déperdition de la qualité du rapport aux choses, de la manière de parler ou d’utiliser mes mots. Il n’y a ni empathie, ni réciprocité et ma pensée diminue, je me sens moins intelligente. Je commence à douter de moi avec plein de phénomènes émotionnels, des doutes...

Pour me reconnecter à la femme émue, la rencontre manuelle est le plus efficace. Ce doit être avec quelqu'un qui est en réciprocité, avec sa part Sensible à lui et à moi. La deuxième voie, c’est de discuter avec quelqu'un pour créer le lien, créer la relation. Quand je ne suis pas trop coupée, j’utilise aussi une cassette, et je peux méditer. En fait, j’ai surtout besoin de se dés-isoler du monde et de moi-même. Alors, j’utilise une voie interne - manuelle, méditation -, et une voie externe - relation, dialogue avec d’autres, avec la nature.

2.3.1 Résonances au récit phénoménologique d’Alice

Et pourtant, j’ai bien rencontré un sentiment où
je vivais le moment assez incroyable de savoir
que la Vie était bienveillante pour MA vie.
C’est vraiment comme la totalité de ma vie
qui est concerné par la Vie.

On devrait davantage parler de chair,
parce que l’homme ému, ça convoque
un rapport à la chair et à la sensualité.
Alice

D’emblée, l’évocation du regard propre à l’enfance m’invite à envisager la dimension émotionnelle et de l’affectivité sous l’éclairage d’une certaine candeur, transparence et vivance. Alice émue donne à voir une nature *de tact à elle-même et au*

monde, un tact imminent et sans référence. Elle semble être 'adossée' à la vie elle-même dans un dialogue dedans/dehors. Le récit d'Alice met en relief la dimension dialogique de la personne avec les matériaux de son corps en premier lieu, ses états, ses pensées, ses actes, sous le sceau de l'émerveillement, de l'étonnement, dans un pétillement propre à la joie de vivre. L'homme et la femme émus sont-ils fondamentalement un bienheureux ?

L'émergence d'Alice émue naît de la rencontre originale au cœur d'un rapport intime à elle-même – rencontre matièrée bien connue des praticiens en pédagogie perceptive -, avec dans ce cas précis, une nuance pour la participante. Le récit précise un des points d'émergence possibles de la dimension émue. Il se situe dans l'entrelacs d'une attention posée et orientée vers l'animation corporeisée telle que décrite dans les théories du Sensible, et un mouvement d'une instance invisible et vivante venant à sa rencontre. Dans ce croisement expérientiel se déploie *sa singularité*. Alice se valide dans son goût, son odeur, sa féminité et dans une reconnaissance de son existence. Cette rencontre émouvante est structurante, « je vois bien que je me constitue », nous dit Alice. Au-delà de la sphère perceptive, la dimension psychique peut être à la source d'un émoi, celui du sentiment de bienveillance de la Vie elle-même à l'égard de la vie d'Alice. Plus tôt que de parler d'état, de dimension, Alice préfère le substantif de qualité pour désigner le phénomène que j'étudie, une qualité de rapport à une émotion de la vie, de l'âme :

> Être dans la femme émue, c'est un état plus proche de l'organicité, plus proche d'une physiologie d'être en vie et vivante dans le monde. […] Ce moment de cette rencontre est créé par un émoi, cette magie qui fait qu'on ne veut pas le quitter, ni cette émotion de la vie, de l'âme.

L'articulation entre le quotidien et l'extra-quotidienneté est une donnée forte de la qualité de femme émue, ce point résonne dans l'histoire de mon rapport au Sensible dans le sens qu'il met en jeu un projet essentiel pour moi. Alice évoque combien la qualité de femme émue,

> ça parle de son histoire, de son vécu, de son incarnation et d'être émue de sa vie, de soi, de son existence, de la vie des autres, du monde.

Le régime de l'affectivité de la personne émue se déploie dans une socialité et est socialisante à l'image de sa reconnaissance, puisqu'Alice en parle comme une personne attractive et dynamique, disponible. Vivre auprès d'un homme ou d'une femme émus, c'est être encouragé à vivre un rapport à soi et au monde dans un large spectre de couleurs affectives, de manières d'être, mais toujours dans une délicatesse et une dignité.

Par contraste négatif, Alice présente la qualité de femme émue comme une valeur ajoutée tant sur le plan de la physiologie à l'image de la texture du corps qui est plus humide et plus souple, de la cognition, de l'affectivité et du rapport au monde. Être ému sur ce mode, c'est se relier à l'organicité.

2.3.2 Premiers liens spontanés avec mon parcours exploratoire théorique

Avec l'évocation de la chair et une affectivité intra personnelle en reliance à la Vie s'invite avec évidence la phénoménologie de la vie d'Henry. Le monde de la vie semble bien être dans le sillon attentionnel et intentionnel de l'homme ému. Se relier au savoir de la vie *via* la subjectivité comme expérience d'un conatus (spinozien et davantage encore) conduit à la joie d'exister. Alice se relie à une force d'auto-réalisation dont l'expression une fois encore bien connue et théorisée d'une animation interne. La femme émue s'y relie comme à un savoir de la vie porteur de l'énergie originelle de l'être

L'usage du substantif « tact » dans le contexte de ce récit bien que différent, résonne avec la pensée biranienne de l'effort dans le sens d'un équilibre entre la passivité et l'activité, mais aussi un effort pour être heureux (titre d'un ouvrage de Danis Bois !). Le tact dont Alice parle, renvoie à un sentiment d'auto affection ouvrant sur une sensibilité aiguisée, dans un régime de délicatesse, de finesse donnant accès à un mode affectif singulier. Dans cette fréquence résonne une variété de tonalités internes, émotionnelles et affectives, dont certaines peuvent être qualifiées de pures dans le sens où elles ne sont pas le résultat de l'intervention du sujet, mais bien de la puissance de Vie elle-même. Par analogie, je relie l'expérience d'Alice au sentiment personnel de l'existence, de l'existence propre et dans ce sens la qualité émue prend une valeur de révélation de l'être tout et comme vérité aperceptive et certificative d'un moi.

La nature de régime d'affectivité présentée par Alice m'évoque également la catégorisation de Scheler. En effet, dans son récit, la modulation du rapport aux choses, aux événements, à la vie suit des courbes différentes et selon la variété de ses états corporels, psychiques, attentionnels et un effort intentionnel. Ces variations s'allient avec bonheur à la fois à la notion de régime présentée par Billeter et Depraz, et à la variété de la participation affective telle que Scheler l'a montrée. Ces deux notions se recoupent dans une forme d'économie affective et relationnelle au monde, pour ne pas dire, une forme d'intelligence affectivo-émotionnelle. Les conduites de l'homme ému

ou de la de la femme émue ne sont pas immuables. Elles sont mobiles et évolutives, d'où l'intérêt de faire appel au terme « qualité » pour désigner le phénomène.

Enfin, toujours en écho à Scheler, le régime de l'homme ému s'accorde avec une activité affectivo-émotionnelle toujours chevillée à la dimension Sensible, allie un moi formel à un moi ontologique. Dans le récit d'Alice, je comprends l'émergence de la femme émue - qu'elle *devient* et non pas qu'elle est - au point de ralliement de ces deux 'Moi', sans prédominance du l'un ou de l'autre. Le sujet ému sur le mode du Sensible montre une capacité d'observation et d'implication dans l'intégration de ces deux dimensions. Je vois dans cette dynamique intégrative – et le terrain d'accueil de l'homme ému – une nuance significative entre l'homme ému et l'homme Sensible.

Le récit d'Alice met en relief la *vitalité affective de l'intime* telle qu'en a parlé Honoré, la compétence vitalisante de l'attention-vigilance proposée par Depraz (et Husserl) portée par la qualité d'être de l'ému sur le mode du Sensible. Alice le dit expressément, un état de veille – au sens comportemental, cognitif, affectif et spirituel - (Depraz encore) prévaut au maintien de cette condition particulière du rapport à la Vie et à sa vie. L'homme ému porte en lui tout en la 'soignant' une activité intra affective et intra attentionnelle à bas régime, mais ayant un régime de résonances élevé par les effets dans la sphère de la vie.

2.4 Le récit phénoménologique de Thiébaud

Quand j'entends cette expression « homme ému », ça m'évoque en premier lieu le fait d'être touché et mis en mouvement. Puis cela évoque une transformation au niveau d'une émotion, d'un état de soi et un glissement d'un état vers un autre qui vient apporter une nouveauté. C'est être touché au sein d'une stabilité profonde et dans sa personnalité. C'est quelque chose de comportemental et de psychique, et un entrelacement de quelque chose qui est vraiment organique de l'émotion avec une pensée.

La première situation qui me vient, c'est dans ma vie personnelle. Ça a duré plus de trois semaines avec des intensités variables. Il y avait un sentiment et un état d'amour en rapport à une sensation de chaleur qui me prenait tout le corps et puis une sensation que je reconnais comme un état d'amour. J'étais étonné de faire une expérience qui se passe en général dans mon activité professionnelle du Sensible. Je n'avais absolument pas d'attention tournée vers cet endroit-là. J'ai perçu du mouvement,

de la chaleur et un sentiment de profondeur, comme une boule, un petit peu en dessous du plexus, presque au niveau viscéral et qui a commencé à prendre l’ensemble du corps. Je n’osais plus bouger parce que j’avais tout le corps comme pris dans cet état et ce mouvement. Ce vécu-là, même s’il ne se passait pas dans un cadre expérientiel habituel du Sensible, moi, je le reconnaissais comme un vécu du Sensible. C’était étonnement fort, paroxystique dans mon lien à moi. Dans cette rencontre, j’avais une activité cognitive et c’est elle qui faisait une révolution, car elle me plaçait dans une évidence qui n’apparaissait pas avant. Même si j’avais des réflexions, ça n’enlevait pas la base d’un vécu intense d’émotion. Et pour moi, tu vois, c’était vraiment, c’était une émotion d’amour. C’était dans un déploiement et une mobilisation à aller vers quelque chose de plus vivant, presque une nécessité interne qui jaillissait comme une fontaine et l’amorce d’une transformation. Et je peux te dire, qu’au moment de notre entretien, cette transformation agissait encore et cela, deux ans après. A ce moment, l’homme ému émerge, mais toujours avec un vécu subjectif corporel à la base. Ça se passait en moi comme un appel, dans une concernation d’un moi ’sujet’, dans le sens d’une concernation de qui je suis, dans ma vie et les actes que je pose. C’est moi qui émerge, moi ! Ce vécu interne était porteur de l’ensemble de mon questionnement. Ma rencontre et mon lien avec cet état d’homme ému a continué pendant près de trois semaines avec des moments plus ou moins forts. Mais je n’ai pas eu la sensation d’être submergé, ni d’être débordé. L’ensemble de mon expérience portait un questionnement qui se faisait non pas par des allers-retours entre la pensée et la sensation ou l’émotion, mais tout était ensemble : la pensée, la sensation et l’émotion. J’observais le dévoilement du sens, même de plusieurs sur un aspect de ma vie. L’état d’« homme ému », c’était à la fois un moment de révélation, un support pour accompagner la conscience d’un fait dans ma vie relationnelle lié à une insatisfaction dans ma vie et un appel au changement lui permettant de prendre des décisions. C’était vraiment dans une interface entre un vécu et une mobilisation cognitive.

Le deuxième moment qui me vient concerne mon activité professionnelle, c’est lors d’une improvisation. Et ce qui me marque, c’est surtout la rencontre d’une attitude en moi où la simplicité et l’authenticité sont présentes comme si j’étais posé, si je pouvais regarder le public à la manière de quelqu’un qui existe, sans plus. C’était vraiment un état de présence à moi-même, j’attendais qu’une information vienne sans me faire aucune pression, ni de la part du public. Je vivais une simultanéité de présence à ma partenaire, à moi et au public. C’est une intensité d’être, d’être là avec moi et avec

les autres. Je pouvais exister sans rien faire. Tout d’un coup, je ne suis pas obligé de séduire, ni de faire plaisir. Les choses et les fonctionnements que je peux porter en moi disparaissent. Je me sens plus juste, c'est-à-dire plus juste avec moi-même, avec mon propre vécu, avec la capacité de le traduire, de l’exprimer pour rendre visible ce qui m’habite avec une autre nature d’implication en relation, moins affective. Justement, je suis moins sous influence d’attentes et du coup, il y a moins d’enjeux et moins de besoin de reconnaissance, moins d’attente. Il y a quelque chose aussi de plus reposant pour moi et pour les autres. Il y a une intensité de présence, on se sent solide, appuyé et calme, extraordinairement calme et d’une extraordinaire présence. Tu vois, j’étais dans une espèce de point d’appui, dans un spectacle où tout est possible. La temporalité s’est comme dilatée et le temps se vit quand chaque chose se donne. J’ai le temps de vivre chaque chose et je peux être présent à moi-même dans cette intensité-là, comme à l’autre complètement, à ce qu’il fait, au public qui est complètement là. J’ai le temps de vivre mon temps qui n’est plus du temps à l’extérieur, c’est MON temps, il se déroule en même temps que mes gestes. Il n’y a plus d’urgence de faire quelque chose.

Pour moi, l’homme ému, ça existe, c’est sûr. C’est un mot que j’utilise dans ma vie, ce n’est pas une métaphore. C’est un homme concret, proche de sa chair et de son corps, de sa matière, dans une certaine densité. Dans cet état, j’ai la sensation d’être habité par mon corps, et c’est plus en adéquation. Il y a une sorte de concordance et d’équilibre entre les deux camps (physique, psychique et émotionnel) et du coup, une réponse adéquate de l’émotion. Quand je me vis homme ému, c’est ancré en moi. Je ne suis pas dans une réactivité à quoi que ce soit. Au contraire d’un état émotionnel, l’ému, c’est être touché au sein d’une stabilité profonde. Pour moi, être ému, c’est être matiéré, c’est être incarné, c’est aussi quelque chose qui se donne en réciprocité avec une pensée et qui n’est pas que de la sensation. C’est quelqu’un d’authentique. Je sens qu’il y a vraiment une disponibilité à ce qui vient, ce qui se donne, pas juste à ma personne. L’homme ému, c’est quelqu’un qui a une espèce de plasticité, pas seulement mentale et qui arrive à s’adapter.

Je n’ai pas cet état d’homme ému en continu, pourtant, j’aimerais bien l’avoir plus souvent dans ma vie quotidienne. Je quitte cet état parfois ; quand je suis fatigué ou que c’est difficile, ce qui ne veut pas dire que l’« homme ému » existe que quand je suis dans la facilité. Quand je quitte cet état, je m’en aperçois et de plus en plus vite. Avec le temps, ça devient plus clair. J’observe des effets comme la venue d’un Thiébaud distancié de lui-même ; dans en premier lieu de ma capacité d’être touché, puis une

forme d’absence du monde. D’un coup, le lien à l’autre n’est plus préhensible, il n’y a plus de réciprocité. Je suis soit dans une sorte d’indifférence ou alors dans une réactivité qui peut être colérique due à une intensité disproportionnée avec l’événement. Ce qui me manque le plus, c’est la présence du mouvement et la réciprocité avec moi.

C’est l’aide manuelle qui permet de me retrouver dans cet homme ému, surtout quand l’éloignement vient d’une fatigue psychique, émotionnelle, affective. La main de l’autre, être touché dans mon corps se révèle être le plus aidant. Je fais aussi un travail sur moi utilisant les outils de la pédagogie perceptive : la méditation, la régularité dans la méditation et le mouvement qui me met dans quelque chose de plus actif à l’intérieur de moi. J’utilise certaines musiques et les textes poétiques qui m’aident à me retrouver. La musique c’est très, très important, c’est comme si c’était une mémoire qui me remet dans un moment.

Pour moi dans l’« homme Sensible », on pourrait avoir une relation avec le mouvement interne alors que l’«homme ému », lui, il rend visible aussi quelque chose, une intériorité. L’homme ému, c’est montrer qu’on est ému, c’est partager ce qui se passe à l’intérieur de moi. Tu vois, je ferais une sorte de graduation. On peut être Sensible et ne pas être ému et pourtant, pour être ému, il faut être Sensible. Je pense que c’est possible d’être un homme Sensible sans être un « homme ému » dans le sens où certaines personnes vivent avec une intériorité et ne le montrent pas dans le visible. Je fais la différence avec l’homme Sensible où on pourrait rester avec le mouvement interne sans que ça devienne visible, que cette partie subjective devienne totalement ou partiellement observable et partagée ; que l’autre se dise : « là, il se passe quelque chose ».

Dans l’homme ému, on passe de quelque chose de complètement subjectif à quelque chose qui devient objectivable pour soi d’abord, et pour l’autre, les autres. C’est une mise en action dans le monde que l’homme Sensible ne sait pas forcément faire et peut apprendre à faire. Chez l’« homme ému », il y a l’acceptation d’une forme de vulnérabilité de soi, de montrer cette part changeante, émue, c’est aussi être mis en mouvement où on sent qu’il y a une intensité de relation, sans narcissisme, où il y a une authenticité.

2.4.1 Résonances du récit phénoménologique de Thiébaud

C'est un homme concret, proche de sa chair
et de son corps, de sa matière,
dans une certaine densité.
Au contraire d'un état émotionnel, l'ému,
c'est être touché au sein d'une stabilité profonde.
Pour moi, être ému, c'est être matiéré, c'est être incarné,

Avec l'homme ému, on passe de quelque chose de complètement subjectif
à quelque chose qui devient objectivable pour soi d'abord,
et pour l'autre, les autres.
C'est une mise en action dans le monde que
l'homme Sensible ne sait pas forcément faire
et peut apprendre à faire.
Thiébaud

La dimension ou puis-je dire avec Alice, *la qualité d'homme ému* telle que présentée par Thiebault met en scène un accordage psycho-émotionnel sur la base perceptive d'une animation interne et charnelle. La notion bien classique de mise en mouvement est présente avec la particularité d'un bouleversement corporel perçu dans des subtilités de concernation, qui elles ne sont pas banales. L'étonnement de Thiebault lié au déclenchement d'une expérience d'amour dans un cadre personnel et non professionnel de la pédagogie perceptive, puis dans un rapport totalement intra personnel, montre le caractère imprévisible, organique et en quelque sorte « visionnaire » de l'expérience d'homme ému, puisque ce moment est à l'origine d'un bouleversement de sa vie relationnelle et de l'agencement de son existence dont le déploiement se fait sur plusieurs années. Le régime d'activité de l'homme ému tel que nous le montre le récit s'ancre dans une activité cognitive scellée à une activité interne et organique conscientisée, dans un rapport impliqué à une manière de se situer dans la quotidienneté et les actes qui la caractérisent :

> A ce moment, l'homme ému émerge, mais toujours avec un vécu subjectif corporel à la base. Ça se passait en moi comme un appel, dans une concernation d'un moi 'sujet', dans le sens d'une concernation de qui je suis, dans ma vie et les actes que je pose. C'est moi qui émerge, moi ! Ce vécu interne était porteur de l'ensemble de mon questionnement.

A plusieurs reprises, le récit phénoménologique de Thiébaud montre le rapport dialogique simultané entre pensées, perceptions, émotions, et tonalités du Sensible. Comme dans les récits précédents, le *caractère identitaire* - comme vérité aperceptive et donc certificative du moi - de la rencontre est prégnant pour celui qui en fait l'expérience. La deuxième partie du récit met l'emphase sur le thème de l'authenticité,

de la simplicité. Ce phénomène est lié à un état de présence à lui-même du participant, dans un sentiment de justesse générant une intensité d'être sans pression en lui, pour lui, envers et de la part des autres. Bien que ce vécu se déroule dans un cadre performatif, Thiébaud partage son vœu de vivre cette qualité d'inter action dans sa vie quotidienne, dans une nature d'implication en relation moins chargée émotionnellement. Ce qui montre que le transfert du cadre professionnel à celui de la vie personnelle n'est pas spontané.

Le rapport au temps est transformé au rapport au temps de Thiébaud, pour Thiébaud ; c'est un temps accordé au geste et au faire. Un temps qui marie l'agie et l'éprouvée. Par analogie, le rapport à la résonance est lui aussi mieux accordé. Il peut s'exprimer dans la relation par l'émergence d'une conduite relationnelle dépouillée d'indifférence ou de réactivité.

Ce récit éclaire les liens et chevauchements entre deux instances phares que ma recherche met en dialogue, et du coup, l'expérience du participant – qui est un performeur - précise l'identité, voire la fonction pédagogique de l'homme ému dans l'univers du Sensible :

> Avec l'homme ému, on passe de quelque chose de complètement subjectif à quelque chose qui devient objectivable pour soi d'abord, et pour l'autre, les autres.
>
> C'est une mise en action dans le monde que l'homme Sensible ne sait pas forcément faire et peut apprendre à faire.

Enfin, avec la notion d'authenticité, s'est glissé l'accès, l'autorisation et le partage possible d'une vulnérabilité vécue intégrée comme scellée aux aléas du changement ; cette vulnérabilité n'est-elle pas la signature de notre humanité ?

2.4.2 Premiers liens spontanés avec mon parcours exploratoire théorique

Plusieurs auteurs se convoquent naturellement à l'issue de ce récit, ceux ayant une pensée à la fois ouverte sur l'ontologie et l'ontique comme Sartre, Henry ou Patocka. Dans l'expérience de Thiébaud, la dimension émotionnelle créé un monde magique, inattendu, mais en accord avec ce que l'être souhaite au plus profond de lui, et que le sujet peut capter, dans un processus où le corps est son incantation (de cette dimension). L'homme ému est touché, altéré par un projet plus vaste que ce qu'il peut imaginer.

A l'instar des cadres d'expérience évoqués par le participant, la qualité de présence de l'homme ému est tournée vers la relation à l'autre et au monde, depuis un bouleversement au sein d'une stabilité, un ancrage incarné dans la matière. Dans la cosmologie de l'homme ému, le 'sujet-ontique' ne fait pas que jouir de la présence et du rapport au sujet-ontologique, il en prend soin dans un dialogue avec une subjectivité dont les attributs sont propres aux tonalités du Sensible *et* par des actes posés ou à poser dans le cercle social de la vie quotidienne.

Sur ce point, je pense à la relation vitale telle que pensée par Dilthey, en particulier la reconnaissance et la validation indispensable - non narcissique mais noétique et 'ipséitante' – du sujet par la communauté. Durant son expérience professionnelle, Thiébaud rencontre des valeurs de soi, de l'autre et du public plaçant cet ensemble dans une réciprocité singulière. J'y décèle des conduites dans lesquelles les sujets-émus le sont d'une façon à la fois spirituelle et sociale, insérée dans leur vie depuis la vie. En ce sens, la quête d'intégrer des conduites vécues sur le territoire professionnelle dans celui de la quotidienneté représente à mes yeux une quête et un acte citoyen ; citoyen dans le sens d'une certaine qualité de comportements incarnant une intériorité et ne cédant pas aux pressions de l'extériorité. L'homme ému se présente comme une des figures possibles du gardien de la cité tel que je l'ai compris avec Patocka.

3. LA VALEUR AJOUTEE DE CE CORPUS DANS L'ETAT ACTUEL DES RECHERCHES EFFECTUEES

J'ai donné la parole à l'expérience concrète relative à ceux et celles qui ont joué le jeu de se mettre dans la peau de l'homme ému ou de la femme émue en avertissant le contexte exploratoire et partiel de l'usage de ces données. Cela étant, les informations livrées résonnent comme une valeur ajoutée pour saisir le sens de l'expérience et des contours du phénomène que j'étudie que je vais présenter maintenant.

3.1 Un sentiment de concrétude de mon objet de recherche

En restituant l'expérience d'homme ému ou de femme émue faites par quatre collègues experts dans quatre récits phénoménologiques, j'ai le sentiment d'alimenter

mon exploration d'une concrétude sur la dimension émotionnelle et l'affectivité telle qu'elle se donne en pédagogie perceptive. Mon objet de recherche a pris corps à travers un langage ancré dans le réel de l'expérience et par des acteurs en prise direct avec cette qualité d'implication et de résonance. Cet effet à lui seul rend justice à des efforts faits qui trouvent une autre forme d'utilité que celle déjà énoncée à plusieurs moments dans ma thèse, comme affûter ma sensibilité aux différents moments de lecture de corpus théoriques ou résonner à ma propre manière de me comporter en relation avec mon objet et la problématique de ma de recherche. La peau d'homme et de femme émus a une couleur singulière-plurielle. Elle contient des savoir-être et des savoir-faire, des savoir-passer (Lessourd) intuitionnés, explicités, et parfois théorisés. Cependant les données avec lesquelles je peux résonner sont tout à fait ajustées à la question de cette recherche. Sans les prendre comme une vérité, elles restent véridiques pour les personnes qui en ont fait l'expérience.

3.1.1 Valider l'existence de l'homme ému et de la femme émue tels qu'ils apparaissent dans l'expérience

Mon intuition à la fin de ma recherche de mestrado s'avère fructueuse puisque l'expression « homme ému » contient bien une réalité tangible pour un praticien en pédagogie perceptive et un praticien-chercheur du Sensible. En soi, les récits présentés plus tôt valident l'existence d'un phénomène local, celui de l'existence d'une nature d'émotion et d'affectivité. Plus encore, je peux affirmer l'existence d'une qualité de présence à soi, à l'autre et au monde animée par une conduite affective très singulière, celle de l'homme ému. A mon sens, à ce stade de ma recherche, nous passons d'une expression quasi-métaphorique à une réalité anthropologique à interroger plus rigoureusement bien évidemment. Me vient à l'esprit la remarque de Bernard Honoré déjà évoqué concernant la pertinence de l'expression « homme ému » pour rendre compte d'une des dimensions constitutives de la personne Sensible, du sujet investi dans la pratique de la pédagogie perceptive quelques qu'en soient ces formes et déclinaisons. A quelques pas de la ligne d'arrivée de ma course, la présence de ces quatre récits et la richesse de leur contenu valident *l'existence de l'homme ému sur le mode du Sensible*.

4. PRECISER LES TRAITS DE L'HOMME EMU SUR LE MODE DU SENSIBLE

Mais quels sont les traits signifiants que je pourrais dégager de l'ensemble des données présentées dans cette quatrième partie incluant celle des quatre récits ? Au risque d'être redondant voici en plusieurs points ce que mon regard et mon ressenti du moment sont capables de faire ressortir. Ce qui suit correspond aux attributs de l'homme ému sur le mode du Sensible.

4.1 La présence à soi : le sentiment de soi

Comme précisé dans la spirale processuelle du Sensible, l'expérience vécue dans les récits confirme une présence à soi singulière à l'origine d'un sentiment de soi. Ce sentiment de soi peut être qualifié comme l'affectivité primaire de l'homme ému ; primaire au sens d'originaire et de primordiale. Cette présence et ce sentiment se manifestent sous des traits caractéristiques :

4.1.1 La présence au corps : la base de l'expérience de l'homme ému

Indéniablement, la présence au corps constitue le socle sur lequel se dresse la réalité de l'homme ému. Ce rapport au corps désigne à lui seul une des spécificités insigne de la dimension émotionnelle et de l'affectivité du Sensible

4.1.2 Une somesthésie et une cénesthésie à la base de la dimension émotionnelle

Cette présence au corps s'appuie sur un substratum somesthésique et cénesthésique. Cette double matrice sensorielle au sens de matériau à percevoir en sensation forme un territoire à la fois soutenant et déclenchant l'activité émotionnelle. La dimension émotionnelle présente dans la pédagogie perceptive ne vient pas, ni ne se manifeste en dehors d'une incarnation. Elle a cette particularité de prendre toute sa densité dans l'aptitude qu'a l'homme ému d'ancrer son attention et sa vigilance dans une matière animée, de prendre acte de son existence et de sa résonance. Nous sommes dans la définition-même du Sensible.

4.2 L'auto-affection : de la participation affective à la conversion émotionnelle

Depuis le contexte placé au fur et à mesure, apparaît une nouveauté affective, celle d'un sentiment de soi émouvant en soi grâce à la nature de participation perceptivo-affective et émotionnelle du sujet. Dans une disposition attentionnelle et intentionnelle, la personne se laisser affecter par le mouvement, la conscience qu'il porte comme une auto-donation et auto-révélation de la vie. Emerge l'auto affection propre au Sensible et source épiphanique de l'homme ému sur le mode du Sensible. Il ne s'agit pas seulement de participer affectivement à donation et à la révélation, mais bien d'opérer une conversion émotionnelle : être ému de soi-même dans un pathos dépouillé des tendances égotiques habituelles. Ces modalités intra personnelles conduisent un chemin de rencontre avec une instance subjective et émouvante.

4.3 Un autrui ému et émouvant en soi : auto-affection et 'résurrection' du Sujet par l'émoi de la Vie

L'homme ému montre un contact émouvant à lui-même autant qu'il s'émeut du d'une intériorité venant à lui. Je me réfère à ce double mouvement – touchant/touché -, comme la révélation d'une instance elle-même émouvante et émue pour introduire en prolongeant la pensée à propos de l'autrui en soi (Bois, 2013) par *l'autrui ému en soi*. Le mot « résurrection » peut paraître excessif. Il ne l'est pas au regard des changements et redressements identitaires permis par cette conversion affective et émotionnelle à l'interface du Moi et du Soi, de la personne et de l'être, de l'ontique et de l'ontologique, de l'étant et de l'être, de la finitude et de l'infinitude. L'homme ému ou la femme émus, on l'a vu pour Pierre, Alice, Diane ou Thiébaud, naît dans le frottement de deux instances non plus duelles, mais unifiée, ou ré-unifiées. Dès lors, habité de ce savoir affectif immanent, le sujet accède à de nouvelles possibilités pour déployer un mode d'interaction originale dans lequel une nature d'authenticité est opérante à la fois pour l'estime de soi, par la valeur certificative du moi, *et* pour l'estime de l'autre, par la nature d'empathie émergeante depuis une profondeur au sens de « ce qui nous fonde » ou de « ce qui est » (Barbier, 2015, p.159).

4.4 L’inter expérience émouvante : l’empathie sur le mode du Sensible, l’extimité et la ‘présence-caresse’

Les modalités intra affectives – auto affection de part et d’autres chez les personnes ou dans le groupe – peuvent devenir le moteur d’une interexpériences émouvante dans laquelle peut co-exister un espace émotionnel en résonance avec une méta-émotion, celle propre du Sensible. Ce phénomène est brillamment illustré dans le récit de Pierre et dans un registre cathartique à ces débuts, puis de façon plus tempérée après quelques années de pratique.

Les modalités empathiques présentées par Alice m’évoquent une expression découverte chez Ouaknin au sujet de l’écriture et de la lecture. Par analogie, la « présence-caresse » exprime à la fois mon vécu personnel des manifestations invisibles objectivées par les experts interrogées, et l’origine d’un espace d’interexpériences animé dans une qualité de réciprocité où l’êtreté de la vie elle-même se fait la complice du processus empathique. Baignés dans une vivance émotionnelle, moi et l’autre bénéficions d’une vitalité affective bien différente des processus neurocognitifs habituellement mis en avant dans l’empathie. La nature d’expérience émotionnelle et affective dévoilée dans ce contexte m’évoque par analogie l’extimité (Tisseron) telle que j’ai intégré cette notion. Cette formidable compétence et nécessité humaine de rester soi tout en puisant dans l’altérité une possibilité unique de se réfléchir et de s’augmenter (ou l’inverse, hélas !) prend un sens nouveau au contact du corps Sensible. En effet, à l’appui de l’expérience qui est la mienne et des témoignages dans cette recherche, il peut être dit de la qualité de présence à lui-même de l’homme ému qu’elle favorise l’accès à cette part intime de soi d’une part, à l’autorisation interne et la confiance pour l’extérioriser sans se quitter d’autre part. Alice l’exprime clairement, en présence sécurisante de l’homme ému, assumant ses émotions et sa sensibilité, elle accède à des parts d’elle sous la forme de tonalités d’être et de dévoilement de potentialités qu’elles jugent très positives, enjouées, vivantes. Au contact d’une dignité, elle se sent autorisée à être pleinement elle et dans toutes ses facettes, sans honte, gêne, ou retenue. L’homme ému, par un rapport émouvant à la délicatesse du savoir de la Vie, dévoile une autorisation noétique (Marquez), et favorise sa contagion dans les liens.

4.5 Un bas régime de l'activité : la vitalité affective du Sensible

Comme le lecteur peut maintenant y être familiarisé, la notion de régime de l'activité est pratique et cruciale pour décrire le phénomène que j'étudie. Elle permet d'intégrer des paramètres présents dans les tonalités du Sensible, proche de 'l'in-intentionnalité', d'en faire une réalité opérante à travers l'usage de ce mot plutôt réservé à la mécanique ou à l'alimentation. Le sens de l'un et de l'autre ne sont pas si étrangers à mon propos. La modalité émotionnelle propre au Sensible suit à la fois une activité, et permet une allure – le régime comme le régime d'un moteur - de fonctionnement émotionnel ou de conduite affective bien illustrée dans chacun des quatre récits phénoménologiques. Le régime de l'homme ému, c'est aussi une manière de se nourrir, de s'alimenter ou d'alimenter le vivre en soi, avec l'autre et du monde. L'expérience de l'homme ému accueille des réalités paradoxales puisqu'il est ou devient un sujet relié à un bas régime de l'affectivité, proche de l'inexprimable, tout en accueillant un régime élevé de la résonance et des effets d'un flux imperceptible pour la personne non entraînée.

4.6 Le rapport à l'implication : une double sensibilité, voire, une triple sensibilité

Le rapport à l'implication et à la résonance de l'homme ému éclaire une double sensibilité ; sensibilité à un moi, sensibilité à la Vie en tant qu'une puissance ou une force subjective matièrée. Expérientiellement, et cela est confirmé dans mon interprétation des récits comme lors de mes autres entretiens, l'homme ému émerge depuis une troisième sensibilité. Celle dernière se manifeste dans la conscience affectée par les deux premières. Dans une véritable acrobatie attentionnelle, ou dans une forme de veille (Alice), ce qui émeut, c'est bien la rencontre d'une part de moi concernée par la Vie qui m'émeut, une part de moi impliquée et touchée par ma propre auto révélation à mon existence à cette occasion, *une instance éveillante, celle de me remarquer, moi, sujet de mon émoi et de celui de la Vie, et en train d'éprouver ce dialogue.*

4.7 Une valeur existentielle et identitaire : conversion affective certificative

L'assertion, « c'est moi, et pas un ou une autre !» s'est présentée à plusieurs reprises dans mes interviews comme dans les recherches exploitées dans cette thèse.

L’affirmation identitaire est la marque de l’homme ému. Dans la peau de l’homme ému, c’est à coup sur la peau de quelqu'un. Comme l’a prononcé Henry, la chair est toujours la chair de quelqu'un, encore faut-il que ce quelqu’un se valide comme étant le propriétaire de cette chair-là. L’homme ému extrait sa valeur certificative dans la sensibilité plurielle évoquée plus haut. C’est au contact de son ipséité que l’homme ému prend la valeur de sa manifestation et c’est dans la conversion à cet émoi que naît cette possibilité.

4.8 Chiasme expérientielle émouvant de quatre éléments caractéristiques de l’homme : pensée, perception, action, émotion

Comme le montre la phase émue telle que je l’ai conceptualisée (schéma 5 de l’évolution de la conscience dans le rapport à l’affectivité humaine), l’homme ému peut émerger à l’occasion d’un chiasme entre le penser, l’agir, le percevoir et l’émouvoir. Ce phénomène prend sa possibilité dans la porosité et la plasticité du jeu de ces quatre éléments qui font l’homme. Les extraits de verbatims tirés de recherches antérieures comme les récits d’Alice et de Thiébaud donnent à voir une confirmation de l’effet de ce chiasme, la personne voit ses capacités et ses sens augmentés, constate une aptitude plus élevée à s’adapter aux événements, à les transcender avec le sentiment d’être animé d’une puissance herméneutique lui permettant de créer sa vie plutôt que la subir.

4.9 La conversion affective à la Vie et ses manifestations dans la chair : une figure d’attachement

Si l’homme ému se dépouille de certains de ses habitus affectifs, se mettant à l’abri de l’ignorance comme de la dépendance, sur un plan, il présente une sensibilité particulière à l’égard de la Vie subjective, jusqu’à s’en faire un complice, un partenaire. Cette subjectivité aimante ou émouvante prend sa souveraineté dans les négociations de l’existence. Le récit de Thiébaud, comme celui de Pierre renforcent ce constat. Expérientiellement, ce fait est une évidence pour moi. L’homme ému rend compte d’un lien affectif avec une instance invisible à la présence humanisante. Les faits d’expérience et de conscience mettent en évidence l’accès à un espace ontologique de sécurité, un climat de confiance, le sentiment d’être respecté dans sa profondeur, une propension à l’exploration et à la créativité. Tous ces éléments sont bien ceux qui

permettent de qualifier un figure d’attachement. Comme l’a témoigné Alice lors de son entretien, si les personnes reviennent et reste assidus à cette pratique, c’est qu’ils sont attachés à ce qu’ils rencontrent et qu’un lien signifiant entre eux et ce qu’ils rencontrent s’est tissé.

4.10 Une foi perceptivo-affective

Dans une certaine cohérence avec les points précédents, à l’appui de ma propre expérience (pertinence personnelle et doctorale), en résonance aux témoignages sur lesquels je me suis appuyé tout au long de cette quatrième partie, il n’est pas exagéré de dire de l’homme ému qu’il est habité par une foi perceptivo-affective. La substantive « foi » a sa raison d’être à plusieurs égards. 1) L’adhésion ferme et entière de l’esprit, - plus que cela ici, puisqu’elle relève de l’êtreté et de la Vie d’un homme ou d’une femme–, 2) la nature d’engagement et d’implication *du corps et du coeur* telle qu’elle se donne à voir par les participants d’une part, 3) la vitalité et à la mise en sens des résonances au contact de l’expérience de cette dimension émotionnelle et de l’affectivité sur le mode du Sensible, sont autant de signes et de manifestations de cette présence. Cette foi n’a pas la figure religieuse, ni dogmatique et se rangerait plus volontiers dans la catégorie de la foi philosophique, praxique, démocratique et phénoménologique. Les récits (Pierre ou Diane en particulier) et mes entretiens dont je n’ai pas pu rendre compte dans cette thèse m’amènent à intégrer dans cet aspect de la personnalité de l’homme ému une foi spirituelle charnelle.

Le praticien-chercheur-ému adhère aux formes présentées ici, car c’est avec cette foi perceptivo-affective que je suis en train d’écrire ses mots. Sans elle, je ne me serais pas impliqué dans une thèse de doctorat sur l’émotion et l’affectivité. En cela, la foi de l’homme ému est aussi mystique, c'est-à-dire adhérente à un mystère que cette étude tente de percer dans le sens que bien que l’expérience vécue en dévoile l’existence, la sémantique et sémiotique pour la socialiser, elles sont encore à découvrir ou à inventer.

Les qualificatifs « perceptivo-affectif » désignent les modalités opérantes de cette conscience. La foi de l’homme ému se dresse sur un sol irrigué par une aptitude aperceptive et affective dont il a été montré que chacune d’elle se joue dans un régime d’activité peu courant mais accessible à tous. La foi perceptivo-affective est bien la marque, l’essence et le flux alimentant mon existence quotidienne dans tout ce qu’elle a

de banalité magnifiée par ce rapport magique et vivant aux choses de ce monde parmi lesquelles mon corps, ma chair, mon cœur trouvent une place singulière et essentielle.

De façon inattendue, l'expression « foi herméneutique » émerge en pensée, en même temps qu'un mouvement dans mon corps caressant le cœur dans mon thorax, m'invitant à déployer le mouvement d'une pensée qui se dicte depuis ma chair. Se peut-il que l'homme ému soit habité d'une foi herméneutique charnelle et cardiale ?

La foi, ce mot résonne en moi et dans ma chair dans une intensité douce, caressante (la présence-caresse chez Ouaknin). Dans une époque où les croyances de toutes sortes – dont sociales et citoyennes - s'effondrent une à une, ou à l'opposé, d'autres se dressent dans la folie dévastatrice et barbare telle qu'Henry l'a si bien décrit, la foi perceptivo-affective ou herméneutique charnelle et cardiale de l'homme ému se présente-t-elle comme une utopie salvatrice ?

En accueillant le génie et la poésie de Christian Bobin pour qui, *la foi, c'est la vie à sa plus grande intensité,* je clos cette section dédiée aux traits de l'homme ému tels qu'ils se présentent à ce moment de mon parcours.

5. SYNTHESE DE CETTE DERNIERE PARTIE : L'EMERGENCE D'UNE EQUATION FOUDROYANTE

5.1 Situer la nature du tissage existant entre l'homme ému et l'homme Sensible

A l'image de la dernière question de mon guide d'entretien, le questionnement de la nature du tissage expérientiel - et sémantique -, liant l'homme ému à l'homme Sensible colore en teinte discrète et continue la trame de cette recherche. Les réponses offertes dans mes entretiens, celles données dans les récits phénoménologiques ainsi que ma résonance à l'ensemble du corpus emprico-théoriques sur lequel je me suis appuyé dans cette partie de thèse confirment la porosité entre ces deux instances, l'intérêt de mon questionnement et le statut très ouvert et encore incertains de mon positionnement. Un thème signifiant pour moi émerge cependant, c'est celui de *l'émouvoir dans l'expérience du Sensible*. L'homme ému rend compte de cet émouvoir-là, il est particulier à l'image de la singularité du corps Sensible et de la pratique qui se fonde sur son existence.

A ce stade téléologique de ma recherche, dans ce moment d'écriture, de façon quasi organique, se 'dressent' à ma conscience et presque charnellement les termes et

expressions, « sensible », « du Sensible », et « sensibilité » tant dans leur forme substantive que qualificative. L'expérience est surprenante une fois encore, car subjectivement, une vivance les contenant semble s'adresser à moi dans un jeu d'altérité et de réciprocité. Je fais l'expérience en ce moment-même de ce que Larrosa et Ouaknin m'ont fait comprendre. Chaque mot détient une vitalité, un régime variable de mise en sens, que la sémantique et la sémiotique[515] scientifique tentent de saisir, que la disposition particulière du praticien-chercheur ému remarque pour lui-même d'abord, puis s'autorise à la restituer. Ainsi, en fin de parcours, revient en force la sémantique liée à mon objet de recherche. La boucle se referme-t-elle sur elle-même ou prend-elle la forme processuelle spiralée ? La question et le *terme de la sensibilité* s'invite spontanément maintenant, là ! – car je ne l'ai pas cherchée, elle est venue à moi !

5.2 L'homme ému est à l'émouvoir ce que l'homme Sensible est à la sensibilité : un choc heuristique !

Le mystère de la nature du tissage entre l'homme ému et l'homme Sensible peut-il trouver sa résolution dans cette révélation : *l'homme ému est à l'émouvoir ce que l'homme Sensible est à la sensibilité.* Par réflexe, j'ajoute l'interrogation : l'homme ému est-il à l'émouvoir ce que l'homme Sensible est à la Sensibilité ? La formulation jaillit de mon être, la question me remplit et me déborde, tout s'arrête dans un point d'appui ; émerge la remémoration de ce silence dans la ville d'Athènes le jour où s'est pris la décision de ce doctorat, ce mois d'octobre deux-mille-neuf. Un émoi me saisit, je suis bouleversé ! Je ne sais pas tout ce que contient la question, je fais le constat de son jaillissement, de sa fulgurance, et de la résonance en moi ; du silence intérieur relié à celui qui d'un coup, densifie la pièce où j'écris. Je vis le mouvement d'être rejoint et reconnu au cœur de l'intimité d'un mystère de mon existence - de celle de tout humain ? Je suis impressionné par l'intensité vécue. La première signification de cette expérience imprévisible est d'ordre auto-bio-zoï-graphique. Sans contenir les mots qui se précipitent, cette question se donne à l'issue de six années de ma vie, à lesquelles s'ajoutent mes deux années de Mestrado ; elle rend compte de mon parcours et d'une quête qui a été la mienne.

L'homme ému est à l'émouvoir ce que l'homme Sensible est à la sensibilité. Avant de la comprendre, cette phrase me *reconnaît et me rejoint* depuis la conscience et

[515] Qui se donne comme but l'exploration du sens.

un savoir affectif qu'elle contient. Savoir affectivement, c'est savoir autrement – ce qu'Alquié m'a appris. Elle reconnaît *l'absolu d'une expérience*, la ramasse et la condense dans l'entrelacs d'un passé, d'un présent. Elle se présente à moi, béante et débordante de sa promesse. Elle rend compte de la force bienveillante d'une *posture en vigilance qui veille et permet de remarquer*, ce qui m'a profondément touché de la sensibilité Deprazienne. Cette phrase me percute. J'en fais un piquet et la plante au sommet. Elle m'évoque la banderole au-dessus de laquelle se franchit la ligne d'arrivée d'une conscience en marche et bouleversée. Le *Savoir de la Vie* (Henry), *l'épreuve de la Vie* (Honoré), *le Sentir de la Vie* ; *équilibre improbable jaillissant entre l'éprouvé et l'agir* (Dewey) d'une pensée qui se fait chair.

Elle envahit le cœur de toutes ses nuances phénoménales (Husserl). Le corps est en émoi, la chair résonne, l'âme se fait caressante, je suis l'ému ! ; ému de la vivance de cette recherche, entité et unité magique transcendant mon égo, émotion qui créé son monde (Sartre) auquel j'adhère. Mon expérience et ses perceptions sont réelles, elles forment un tissu solide et un fond sur lequel tous mes actes se détachent (Merleau-Ponty). Loin de la fiction épistémologique, l'homme ému sur le mode du Sensible cherche la vérité de son incarnation dans son mode d'être dans le monde (Depraz). La vie se manifeste dans un flux autoréférentiel de l'expérience (Honoré), flux que l'homme ému accueille dans *un tact affectif* (Maine de Biran) animé par son rapport à la Vie elle-même. Elle se dresse dans son immanence à travers les sentiments qu'il éprouve et des fragments d'un moi intime offert au regard d'autrui pour être validés (Tisseron). Intime et sociale à la fois, sans rupture ni béance douloureuse d'un oubli de soi, ***l'expérience de l'homme ému*** est esthétique. Elle est *poésie*, c'est-à-dire expérience spirituelle de la vie et son intuition aveuglante (Bobin) ; elle se tend en direction du sacré par l'ouvert sur l'Être (Heidegger) qu'elle initie ; elle est éclaircie sur l'être-là du sujet à lui-même et au monde quand *l'état et la fonction* de l'émoi du Sensible sont réunis dans une même *vitalité affective* (Honoré, Husserl, Depraz, Alquié). L'homme ému sur le mode du Sensible m'évoque la quête de la *relation vitale* (Dilthey). Il montre une sensibilité discursive avec les événements depuis un *régime de l'activité* (Billeter) *affective* (Husserl, Depraz) imprégné de la richesse de la vie intérieure sous la forme d'une subjectivité corporéisé, à l'écoute de l'appel de conduites vitales et de leurs énoncés exprimant l'expérience de la Vie en dyade avec l'expérience de sa vie.

L'homme ému *aime* et consent à quelques déraisons car l'amour ne peut se satisfaire de l'objectivité (Alquié). Il se fit à la raison perceptivo-affective et aimante, à

l'intuition d'autrui. Pour se diriger, il garde le Nord indiquant l'équilibre entre son être et son ipséité. L'homme ému aspire au sens premier du Vivre, il se laisse émouvoir par lui pour faire paraître le monde qui lui répond (Barbaras). Il s'étonne de se sentir exister (Maine de Biran). Sa qualité tend à la fois du *sentiment spirituel*, *du sentiment psychique*, *du sentiment vital* et de *la sensation affective* (Scheler). Elle se fait l'éloge des sentiments sensuels. L'homme ému connaît et reconnaît la 'vérité' non seulement sur la raison mais par le cœur (Scheler, Depraz), non seulement par le cœur, mais par un rapport à la chair émue sur lequel il appuie son discours. Il fait l'expérience de l'élévation de la valeur par la nature de la participation affective et de son mouvement (*Ibid.*). Il expérimente qu'avec *l'amour*, on devient pour la première fois quelqu'un *d'important pour soi-même et pour les autres* (Osho) ; il expérimente que le cœur a son ordre, l'esprit a le sien (Pascal), et que le corps Sensible (Bois) détient une *Stimmung* qui lui est propre et dont la caractéristique est *une affection éveillante* (Depraz) toujours ouverte sur le futur ne niant pas un passé en demande d'actualisation.

Dans une tension et une motion ludiques entre le plaisir et l'attention, cet homme découvre une activité nouvelle, celle de *remarquer* (*Ibid.*). Par une manière singulière de remarquer son existence émerge la sensibilité de l'homme ému, elle a le sceau d'une présence-caresse (Ouaknin), celle de la Vie qui s'éprouve elle-même, auto-affectée et en chaque point de son être, dans l'ivresse et la souffrance de la Vie (Henry). Ainsi, il travaille l'attention à soi, à l'autre et au monde comme la forme la plus pure de la générosité (Weil). Il fait une expérience : pas de Vie sans chair et pas de chair sans Vie ! (Henry) ; une chair qui porte en elle un sentiment organique, une *existence intérieure heureuse* qui touche la fibre sensible de la nature humaine (Bois). Il fréquente plus souvent la joie que l'angoisse de vivre (Heidegger, Henry, Misrahi). L'homme ému sur le mode du Sensible vit dans un corps d*onnant le monde dans une joie d'exister* (Henry, Bois) et dans la peine assumé de ses limitations. Être dans sa peau, c'est en quelque sorte l'antidote à la fuite de soi et de la Vie puisqu'il la personne s'émeut de cette rencontre et depuis elle, en fait le mouvement de son existence (Patocka). Habité d'une conscience perceptivo-affective ancrée dans la chair, tournée vers la socialité (*Ibid.),* l'homme et la femme émus montrent une dynamique d'être au sein d'une tonalité de l'habiter dans l'existence (Merleau-Ponty) sans nier leurs épreuves en se laissant affecter par le négatif sans y sombrer (Patocka). Animé par de grands courants affectifs (Merleau-Ponty), leur présence se fait silence, et leur silence, présence. Dans

une majestueuse lenteur incarnée (Bois), l'ému sur le mode du Sensible est un projet en soi, une conduite particulière dans le monde et la cité (Sartre, Patocka, Misrahi, Honoré).

Ainsi, dans son dévoilement tout au long de cette recherche, l'homme ému tel que je l'expérimente et le comprends, ouvre un horizon et donne à voir une herméneutique du vivre depuis l'émouvoir en tant qu'acte fondamental de l'homme envers la Vie, lui-même, ses semblables et le monde; un acte dans l'existence et pour le monde qui est à la fois spirituel et citoyen, éthique et praxique, soignant et formateur. (Patocka, Henry, Honoré, Maine de Biran, Laing ou Depraz, etc.). Dans ce moment de révélation et de choc heuristique, je vis une expérience à la fois optimale, intuitive et paroxystique. Métaphoriquement, je me retrouve au centre d'un cercle silencieux et lumineux. Il est composé de l'ensemble des présences actives de ceux et celles qui m'ont rejoint tout au long de mon processus de recherche. Il y a tous les auteurs des livres que j'ai lus et qui ont inspiré mes écrits, les co-auteurs de mon parcours personnel et professionnel, les seize personnes interviewées dont les quatre experts en pédagogie perceptive et leur récit ; je suis présent à cette réalité intime, animé d'une gratitude pour ce parcours et mes rencontres. Le chemin emprunté, bien escarpé parfois, m'a mené devant un espace inattendu. J'y suis tout entier, ébranlé et émerveillé, animé et ému. Une instance en moi dicte les mots et fait naître la formule : **l'homme ému est à l'émouvoir ce que l'homme Sensible est à la sensibilité !** La phrase résonne en moi comme un « *koan* ». Ce terme donne le ton énigmatique, paradoxale, de mon vécu. En effet, le *koan* est

> une brève anecdote ou un court échange entre un maître et son disciple, absurde, énigmatique ou paradoxal, ne sollicitant pas la logique ordinaire.[516]

[516] Voir : https://fr.wikipedia.org/wiki/K%C5%8Dan_(bouddhisme)

Conclusion générale

REGARDS RETROSPECTIFS ET PROSPECTIFS DEPUIS L'ŒIL INTIME D'UN CHERCHEUR DE L'EMOUVOIR

Quand on a compris le cheminement intérieur de l'auteur,
les mots prennent un autre relief et n'ont pas la même résonance.
Ils n'en sont pas moins beaux.
Tout le monde n'a pas la faculté de « transformiste » de C. Bobin,
de reconversion des émotions.
Propos sur « La Plus que vive » de Christian Bobin

Je peux à présent exécuter un retour sur la problématique de cette recherche, la question qu'elle portait, mes vécus phénoménologiques, mes résonances au contact des données empiriques et du mouvement de leur analyse recélant des éléments bien tangibles qui doivent être pris en compte, et les éléments saillants de mon exploration théorique construite à partir de trois 'blocs' distincts : le champ classique et contemporain de la recherche sur les émotions, l'apport spécifique du champ de la phénoménologie, et le champ du paradigme du Sensible tel qu'il m'a été donné de le saisir à ce jour. Je commencerai par présenter les premiers résultats de ma recherche en termes de vécus expérientiels. Depuis ce point de repère, je vais effectuer un croisement avec les résultats de mon exploration théorique.

A l'issue de ces deux premiers mouvements émerge une modélisation que je nomme « L'arbre de vie de la dimension émotionnelle et de l'affectivité sur le mode du Sensible ». En fin de mon parcours advient un horizon ouvert sur le thème de la sensibilité en lien avec l'affectivité. Je le nomme dans ce moment ultime de ma recherche : *« L'horizon de l'émouvoir comme support de la sensibilité »*. Je pourrais parler également et par un jeu phonétique foisonnant de sens et de signification - pour moi et certains des participants à ma recherche -, de « *l'oraison de l'émouvoir comme support de la sensibilité* ». Oraison, le mot est délicat et accordé à la résonance finale d'une étude qui, à bien des moments et des égards, semble ricocher dans l'universel. Il rend compte de la portée existentielle et spirituelle de l'expérience investie pour et par ma recherche. Il marque une certaine attitude de *recueillement silencieux* et *dynamique* propre à l'homme ému sur le mode du Sensible, un *état* d'être au monde *porteur* d'une certaine *fonction* dans le monde.

Dans un méta regard sur l'ensemble de mon parcours et des données fournies se confirme la complexité de ma recherche sur *la dimension émotionnelle et le champ de l'affectivité* articulée à la psychopédagogie perceptive et le paradigme qui la sous-tend.

1. RESULTATS EN TERMES DE VECUS EXPERIENTIELS

Me voici dans la position du marcheur posant un dernier point d'appui, marquant un arrêt pour mieux mesurer l'état des lieux de son corps, de son cœur, du cheminement de sa pensée, de l'évolution de sa recherche dans un regard rétrospectif depuis l'œil intime d'un chercheur de l'émouvoir. Le parcours a été long. Plusieurs haltes ont été nécessaires pour ne pas perdre les éléments rencontrés en cours de route, pour garder le nord dans mon expédition. Aussi, cette partie finale de ma thèse se constituera par un retour sur chacune des résonances faites lors de mes haltes régulières en fin de chapitre et des quatre parties de ma recherche. Dans une vigilance pour ne pas être redondant, voici des résultats de ce parcours exploratoire en termes de faits d'expériences, de prises de conscience et de faits de connaissance contribuant à l'herméneutique du praticien-chercheur ému dans le processus d'élucidation de l'objet de recherche qu'il a choisi d'étudier.

1.1 Les faits d'expériences marquants

1.1.1 Évolution de mon rapport à la problématique de recherche

Le rapport à la place de la dimension émotionnelle et de l'affectivité dans la pédagogie perceptive, s'il a été un point d'impulsion majeur de mon engagement, s'est transformé au fur et à mesure de ma recherche. La formulation initiale de ma problématique ne me satisfaisait pas vraiment ; sans me l'avouer vraiment, je me sentais trop impliqué et à la limite, pas loin de revendiquer que cette réalité fasse l'objet de plus d'attention au sein de la communauté du Sensible. Assez rapidement, au fil de mes lectures et dans la diversité des sources dans lesquelles je puisais, je pressentais un questionnement plus profond en amont de mon élan premier. Il pointait une forme de mystère en lien avec nature de l'affectivité vécue. Le fait de m'atteler à sonder cette thématique en profondeur a permis de conforter mes intuitions. Oui, cette donnée expérientielle faisait partie intégrante du Vivre d'une part, et par conséquent elle existait

bel et bien en pédagogie perceptive, mais sa définition, ses contours, ses conditions d'expression étaient encore floues pour moi comme dans les travaux menés que j'avais consulté. Le problème ne venait peut-être pas que cette dimension soit reconnue ou pas, mais que le langage pour la nommer devait être revisité, consolidé, ou réinventé. Ce n'est qu'à mi-parcours en découvrant l'apport de la phénoménologie que la problématique a évolué. Et si le sens même de ce que le chercheur, le praticien où le bénéficiaire de cette pratique entend par dimension émotionnelle ou affectivité demandait à être moduler, transformer, révolutionner ? Cette nouvelle manière d'envisager ma problématique n'a pourtant pas été posée aussi clairement. Ce n'est qu'en fin de parcours que se réalise un pan entier de mon questionnement, sorti de l'ombre.

1.1.2 La densité évolutive de la question de recherche

En écho à ce qui vient d'être dit, le lecteur peut envisager que ma question de recherche a elle aussi bénéficié de mon évolution chemin faisant de mon parcours. Chacun des éléments la constituant a pris progressivement une autre densité. Initialement formulée dans une comparaison entre les champs étudiés et la théorisation de la dimension émotionnelle sur le mode du Sensible, elle a évolué, s'est simplifiée en ouvrant sur un jeu dans lequel les rôles se sont inversés. Ce ne sont pas que les champs de recherche explorés qui pourraient alimenter la compréhension de mon objet de recherche, mais la question renversait en quelque sorte l'énigme. L'élucidation de mon objet de recherche lui-même est venu participer à l'ensemble du corpus que j'examinais, connu et validé, en se plaçant dans une perspective inattendue, celle de pouvoir d'une part rejoindre son rang, d'autre part lui donner une valeur ajoutée. Ainsi, ma question s'est fait l'écho d'une complicité et d'une contribution à un champ de la recherche sur les émotions et l'affectivité :

> Qu'apportent les explorations théoriques et les vécus phénoménologiques du Sensible à la compréhension de la dimension émotionnelle et affective en psychopédagogie perceptive ?

Le mouvement de ma recherche s'est organisé en synchronicité avec l'agencement même de la question qui l'a fait naître. Il me fallait dans un premier temps accumuler un savoir à propos de la dimension émotionnelle et de l'affectivité pour pouvoir progressivement appréhender les composantes des vécus phénoménologiques du Sensible. Depuis ce deuxième pas, un mouvement rétrospectif, et par contraste, m'a

permis à la fois de clarifier ce qu'il y a de commun entre l'émotion et l'affectivité telle que certains champs étudiés le donnaient à voir et, ce qui ne se trouvait dans aucun parmi eux. En fin de parcours, de nouveaux traits inhérents au phénomène de la dimension émue sur le mode du Sensible trouvaient un espace pour se nommer. A l'issue de ce parcours, des premières réponses à ma question trouvent leur voie et une voix à travers les traits de l'homme ému tel qu'il s'est dévoilé à l'issue de la quatrième et dernière partie. Ma question de recherche a pris du corps au fur et à mesure. Sa portée heuristique s'est dévoilée dans la partie finale avec notamment des résonances aux quatre récits phénoménologiques et dans un retour sur mon exploration théorico-pratique.

1.1.3 Cette étude : une entité formatrice, soignante et transformatrice

C'est un peu paradoxal, vous faites un métier qui,
on pourrait dire, vous précipite dans l'homme ému tel que vous le définissez,
et en même temps vous l'êtes profondément ;
donc il y a un paradoxe magnifique je trouve.
Fabrice, un participant à cette recherche

J'ai nommé à plusieurs moment dans mon processus doctoral comment ma recherche se plaçait en synchronicité avec des événements signifiants de mon existence, comment la nature était venue mobiliser des secteurs de ma vie auxquels je n'aurais pas pensé d'emblée. Les liens que j'ai pu faire entre les événements de ma vie – ma paralysie faciale entre autre -, mon objet de recherche et certaines décisions douloureuses dont celle de renoncer à une analyse poussée de mes entretiens de recherche ont été l'occasion de chantiers intérieurs profonds. A propos de ces derniers, j'ai à dire qu'ils ont été l'occasion de rencontres subtilement transformatrices dont certaines ont été soignantes et formatrices car elles ont changé ma façon d'envisager mon objet de recherche et mis en perspectives nouvelles mes croyances sur l'affectivité.

- Une rencontre transformatrice

Je prendrais un exemple parmi un ensemble que je ne peux pas déployer dans ce manuscrit mais qui fera l'objet d'une recherche à venir. Mes rencontres avec des experts dans des domaines autres que celui de la pédagogie perceptive m'ont permis d'aborder mon objet de recherche avec une vision élargie des enjeux et des défis de ma recherche, de ses limites aussi. Parmi elle, j'ai en mémoire l'entretien avec un psychiatre lors d'une

rencontre époustouflante ; époustouflante car ce que j'entendais et vivait bouleversait ma cosmogonie sur l'émotion et l'affectivité. Chemin faisant, j'entrevoyais une manière inédite de concevoir ce phénomène, bien que ce qui était partagé se réfère à des contextes de crise et de détresse majeure.

Une forme de complicité a jailli dès les premiers échanges entre deux hommes émus, deux personnes, deux praticiens que cette étude faisait se rencontrer. Cela m'a émerveillé. Sans le nommer tout de suite, nous réalisions que nos pratiques prenaient soin de régimes d'affectivité totalement différents mais qu'au fond, un centre noétique – à la tonalité spirituelle - nous tendait la main. J'avais en face de moi un 'collègue praticien-chercheur de l'émouvoir' et il me transmettait un repère inattendu dans mon parcours, une sensibilité fondatrice à propos de mon objet de recherche bien qu'elle n'ait pas été approfondi. Pour mettre le lecteur dans l'ambiance de ce moment marquant, voici une première citation :

> C'est incroyable, c'est immédiat, ça se donne à vivre. Je vais pouvoir me lâcher à des niveaux qui ne sont pas forcément…et ça va être encore plus fort, parce que moi quand je me lâche, je me lâche. On verra bien.

Puis, cette personne contextualise mon objet de recherche dans sa vie professionnelle :

> Je vais le ramener [la question de l'homme ému] à qu'est ce qui peut se passer de mon vécu, de mon expérience de professionnel face à une situation où on me demande d'intervenir en situation de vécu extrêmement violent, tandis que mon émotion va me donner les moyens de travailler sur ce qui se passe par rapport à la situation où je suis responsable, où je suis acteur de ce qui va se passer. Les crises, c'est des situations de drame familiale, de vie ou de mort, de danger et que mon émotion va être un des outils que je vais utiliser pour pouvoir être acteur de ce qui se passe.

Puis, j'accueille une pensée, une réalité improbable pour moi. Elle a percuté un entendement à propos de mon objet de recherche :

> C'est à dire que 'ému', c'est un terme qui est un petit peu romantique. Un peu trop romantique. Je ne suis pas ému car si je suis ému avec eux, je vais mourir avec eux, je vais me liquéfier, alors que l'émotion est trop forte. Je peux avoir des ressentis qui sont émouvants, mais que je vais toujours utiliser pour être opérationnel. Si je suis ému, j'ai plus les moyens. (…) Ah oui, pour moi, c'est insupportable. Parce que l'ému, il ne me permet plus de travailler. Et j'ai beaucoup de mes collaborateurs qui sont émus, et je leur dis : « attention, vous êtes ému, *sachez l'utiliser d'une telle façon que vous n'êtes pas que ému,* si vous êtes ému, vous êtes foutu ! ». Je le raconte à vous, je ne leur dis pas comme ça. (Je souligne)

Comment intégrer cette réalité expérientielle dans mon parcours de chercheur et pour ma recherche ? Nous avons passé près de deux heures passionnantes et

passionnées, dans lesquelles l'émotion et l'ému étaient à la fête, de par l'enthousiasme, la générosité et le soin prodigué à notre insu dans un entretien au cours duquel mon guide de questionnaire a explosé en vol et ce, pour mon plus grand bonheur. Cette expérience m'a fait réaliser le microcosme dans lequel peut vivre le praticien-chercheur, le sas dans lequel il peut s'isoler en toute ignorance, mais aussi la spécialisation dont il est porteur. Ecoutons encore un 'personnage improbable' à la pertinence inspirante, invité dans ma vie par le fait de cette recherche :

> Alors si je commence à être ému, je me ramollis et je ne suis plus opérationnel. Je me ramollis, car ému pour moi, c'est la fusion. Alors là, je suis foutu. Mais 'ému' c'est l'émotion qui me donne les moyens de comprendre ce qui se passe dans la relation que j'ai avec l'autre, alors là, j'ai un outil qui faut que je sois opérationnel pour pouvoir sortir de l'ému, pour pouvoir être actif dans ce qui se passe, parce que l'émotion est opérante, mais elle ne doit pas être passive. (…) c'est [l'ému] un terme qui pour moi est tellement émotionnellement fort que j'ai du mal à le supporter !
>
> Vous n'avez peut-être pas la même culture que moi, mais pour moi, si on est ému, on fusionne et on colle et on a plus les moyens d'interpeller l'autre sur la différenciation et on peut plus l'aider à sortir de ce qu'il est. Et de l'émotion, ce qui est très problématique pour moi, c'est que l'ému, l'émotion ou le vécu, jouent sur la nature, sur l'humain naturel et oublie la personne, l'individu qui est capable d'être méta par rapport à l'émotion. Et là on rentre dans une anthropologie qui est très importante, surtout en occident. C'est-à-dire que l'occident à travailler tellement sur l 'émotion. Elle travaille sur la théorie et elle travaille sur l'émotion. Elle a différenciée la théorie et l'émotion. Et qu'aujourd'hui si on n'est pas attentif à différencier, c'est-à-dire à travailler sur la personne. La personne est actrice de son émotion mais elle n'est pas assujettie à l'émotion. Elle est libre. Si on est pris par l'émotion, on est foutu. Si on vit l'émotion mais qu'on sait comment l'utiliser, ça va. Mais si on sait l'utiliser et qu'on est tellement fasciné par l'émotion, on est foutu. Donc, il faut absolument être libre par rapport à l'émotion. Alors le terme émotion, je ne sais pas si c'est un bon terme. (…)
>
> Alors l'émotion est pour moi la dimension anthropologique la plus forte, c'est-à-dire que le génie humain, c'est qu'il peut être dans l'émotion dans la relation à l'autre. Et parce qu'il est dans l'émotion dans la relation à l'autre, il assujetti l'autre dans sa puissance de l'émotion. (…) Le paradoxe de l'anthropologie humaine est paradoxalement tellement fascinante au niveau du 'take care', être attentif à l'autre, 'être ému' par l'autre, et le soigner, prendre soin, mais si on prend soin de l'autre, mais qu'on ne le libère pas du soin qu'on porte à l'autre, on l'assujettit à nous. (Je souligne)

Ma recherche, elle est aussi l'occasion d'un partage libérateur :

> Sauf que j'ai la chance de vous avoir et que quelque part, là où je suis, je ne suis pas aussi libre de dire ce que je suis en train de vous dire à vous. (…) Mais vous m'interpellez sur des choses qui moi en retour me libèrent d'une question, donc je pense que si on avait des échanges à avoir, alors, allons-y !

Je découvrais chez cette personne une sensibilité commune avec un auteur-phare de ma recherche sur l'ému, je veux parler de M. Henry :

> Et que Michel Henry m'a donné anthropologiquement les moyens de dire : « urgence absolue de travailler sur l'authentique ! » alors moi, j'ai parlé de l'ému dans ce que l'humanité n'a pas transcendé, c'est pour ça que je vous interpelle, parce que l'auto ému et la transcendance de l'auto donation, c'est mystique et là, je peux vous dire, on n'est pas dans l'ému ! On est dans le mystère de l'anthropologie, du mystère de la personne. Mais en occident, l'ému est très assujetti à l'émotion, aux violons, etc. c'est pour ça, je ne parle que de mon quotidien de gens qui ne sont que dans l'ému.

Avec le recul de cette recherche presque aboutie, je mesure la pertinence de la notion de régime de l'activité, et donc de régime de l'affectivité, ce que prononce à sa manière le participant :

> Attention, on est dans l'urgence de la crise, avec toutes sortes de gens qui ont été assujetti à toutes sortes de modèles qui les ont amenées à être émus, et à être pris par leurs tripes, et qui se défendent par rapport à leurs tripes. Et *je vous parle de l'ému tel que le monde ordinaire en parle*. Au niveau de l'ému, *mais pas l'ému où je crois l'entendre*. Maintenant je crois que l'ému dont vous parlez est *le même que le mien*. Mais, ce n'est pas l'ému que je crois que l'on raconte dans notre monde occidental. Parce que je ne supporte pas cet ému-là qui est l'émotionné ; alors que l'ému, c'est plus proche de Michel Henry, c'est l'auto affection, c'est et là, on est dans le mystère du christ (Je souligne)

Je clos cette évocation par un commentaire encourageant pour le chercheur que je deviens, il me donne de la vitalité pour clore mon étude, et appuie le sens de ma démarche :

> C'est un peu paradoxal, vous faites un métier qui, on pourrait dire, *vous précipite dans l'homme ému* tel que vous le définissez, et en même temps *vous l'êtes profondément* ; donc il y a *un paradoxe magnifique* je trouve.

La mémoire du ton de la résonance qui m'habitait pendant, après et à la retranscription en verbatim est encore vive. Un sentiment de gratitude et de reconnaissance envers une générosité des situations me gratifiant de telles rencontres à mettre au pluriel, renvoie à l'âme de ce parcours qui est avant tout un chemin d'humanité humanisante (Honoré). J'espère avoir pu partager au lecteur la vivance de cette recherche, c'est-à-dire la magie d'un objet – un objet inustensile dirait Sartre - considéré par le chercheur comme une entité organique qu'il éprouve au sein d'un agir et depuis une sensibilité offerte et rencontrée. Cette nature de participation affective - fusionnelle sur un plan pour le coup - fait de la recherche qualitative en question une *expérience de vie formatrice, soignante et transformatrice.* Assurément, je ne suis plus le même à l'issue de ce parcours !

1.1.4 Une recherche menée par un chercheur de l’émouvoir…une valeur ajoutée de la présence et du savoir affectif sur le mode du Sensible ?

La question de l’apport de la posture que j’ai choisie pour cette recherche doit faire l‘objet d’un regard critique. Cela se peut en me posant la question suivante : qu’est –ce qui ne serait pas advenu si je ne m’étais pas mis dans la peau de ce praticien-chercheur ému ? Plusieurs éléments se bousculent et que je vais déposer sereinement en quatre points.

1.1.5 Le cours de cette recherche

En plaçant l’ému au cœur de mon processus, j’ai pris le risque de laisser ce qui m’affecte et m’altère inter agir - et non réagir - avec mes projets, mes rencontres, mes lectures, avec toutes les ressources communément présentes chez le praticien-chercheur du Sensible. La position « cardiale *et* ou *du* Sensible » assumée et mise en relief comme une axiologie de la conduite au service de ma recherche a laissé le champ libre à l’intuition et à l’incertitude féconde qu’elle porte. Je n’aurai pas rencontré ce psychiatre inspirant, ni les autres personnes aux talents variés si je n’avais pas suivi cette passion aventurière que l’émotion seule semble animer, que l’émotion du Sensible déplace tout en donnant une valeur certificative et noétique chez celui qui la vit, qu’elle rencontre et dont elle a besoin pour elle-même (Henry, Anderson).

1.1.6 L’audace de l’explorateur et la vulnérabilité consentie de l’ému

Sans ma posture, je n’aurai pas suivi cette soif déraisonnable d’aller à la rencontre de tous les auteurs du champ phénoménologique, ni assumé un long chapitre sur l’expérience. En suivant une foi perceptivo-affective, le souffle de la vitalité d’une affectivité qui ne renonce pas à la conscience qui lui est propre, j’ai pu prendre connaissance de nouveaux paradigmes, consolider des savoirs utiles pour la réflexion sur mon objet de recherche et dans ma vie. Cette vitalité est présente chez le chercheur du Sensible, mais ose-t-il l’exprimer et la poser en acte. Expérientiellement, l’entrelacs du cœur et du corps, de la chair et de la pensée, le tout souvent animé - mais pas toujours - de cette subjectivité-caresse, ont constitué métaphoriquement un quatuor dont je n’ai cessé d’écouter les notes, suivre la mélodie pour me guider dans ce parcours, en appréciée les tonalités, en suivre les mouvements, et faire de la période d’écriture une

sonate[517] ; ou encore, accueillir une temporalité *adagio*[518], celle de ma période noire, dont la posture de praticien-chercheur ému – bouleversé, sidéré, meurtri et vulnérable – a 'transformé le métal en or'. Comme l'a explicité un participant, l'homme ému n'a pas peur d'exposer sa vulnérabilité. Effectivement, je peux affirmer en fin de parcours que le choix de ma posture est le fruit d'une herméneutique, chemin faisant d'émois joyeux et douloureux, enthousiasmes et de détresse. Mon parcours est affectif, ému donnant place à la distanciation nécessaire comme le préconise Fabrice, et parfois jouant à fond la fusion avec ce que la vie me proposait. Si l'émouvoir est une marque de la sensibilité, c'est aussi peut-être un talent ; il n'est pas donné à tout le monde. J'ai ce talent-là, je le sais, et je m'en suis servi dans cette recherche plutôt que d'en retenir les courants.

1.1.7 L'originalité de cette recherche : mes résonances graphiques

Bergson présente l'émotion comme une création, Sartre pense à l'identique à sa façon. C'est en suivant un émouvoir lors d'un rêve à demi-éveillé que m'est venu l'élan de ce qui allait se révéler pour moi une originalité de cette recherche. Je veux parler du mouvement d'illustrations graphiques, de figures et de schémas (que des termes signifiant à peu près la même réalité) et que j'ai dénommées *résonances graphiques*. Le terme résonance est évocateur ; musicale, sensible, la résonance est ce qui répond à une fréquence à un certain régime de l'activité visible et souvent invisible ou inaudible. En participant à faire apparaître les structures du phénomène que j'ai souhaité étudier et mieux comprendre, mon processus de schématisation visuelle s'est révélé être une procédure d'une grande utilité dans cette approche qualitative de mon objet de recherche (Paillé, 2012, p.16).

J'ai vécu le processus à l'œuvre pour obtenir le résultat tel que le lecteur a pu l'apprécier comme un acte performatif servant à la fois mes objectifs de recherche, mon souci d'altérité et mon besoin de partager autrement que par le réfléchi ce qui se déployait en moi au sujet d'un phénomène que la pensée écrite seule a du mal à rendre accessible. Un sentiment émouvant tel que pourrait nous le faire vivre la mélodie

[517] Composition instrumentale en soliste ou petit ensemble dans laquelle se déroulent plusieurs mouvements, et pour rester dans l'analogie avec le régime de l'activité, ce qui est proposé suit différents régimes (argo, allegro, adagio, allegro ou presto). Au regard de mon parcours, j'ai bien traversé tous ces rythmes.

[518] Dans une pièce musicale, c'est un moment de repos, de calme ou de rêverie, un mouvement posé et sans précipitation.

caressante de « Spiegel im spiegel » pour violon et piano d'Arvo Part[519] - qui ne signifie rien d'autre que « Miroir dans miroir », c'est dire l'accordage entre les arts !- anime chacune de ces résonances graphiques. Elles sont en quelque sorte des incantations[520] positives et bienveillantes envers mon objet de recherche, pour ma compréhension en cours ; elles sont un pont jeté entre le lecteur et ces instances qui se cherchent en moi pour se dire et faire naître le sens de ce que peut être révélé par lui. Ces résonances graphiques sont bel et bien le miroir du miroir d'une manière de m'émouvoir au contact de données théoriques ou empirico-théoriques telles que j'en ai fait l'expérience.

1.1.8 Faire exister davantage la part émue du chercheur du Sensible et de tout chercheur : un terrain d'accueil

J'ai toujours dans ma poche, prêt à l'en extraire, cette phrase d'Eve Berger[521] : si tu veux sentir le mouvement, bouge ton bras ! Je pourrais transposer la formule magique : Si tu veux être un praticien-chercheur ému, 'émeus-toi'! Prononcée à voix haute, la phonétique de l 'émeus-toi' est évocatrice d'une auto-affection bienveillante (émeus-toi comme aime-toi !) Très naïvement, la posture adoptée a été présente pour qu'elle existe au monde. Comme l'homme ému, elle existe, est réelle puisque je l'ai adoptée, l'ai décrite à ma manière sans en faire l'objet de ma recherche actuelle, mais prévois (perspective de recherche ultérieure) d'expliciter ce parcours pour répondre de façon exhaustive à la question que je me suis posé.

1.1.9 La posture du praticien-chercheur ému : un résultat de recherche ?

A la faveur des différents constats déclinés dans cette section, la posture du praticien-chercheur ému présentée comme étant une posture épistémologique et méthodologique peut se définir comme une *valeur ajoutée* à celle du praticien-chercheur du Sensible décliné jusqu'à présent. Par une analogie à la notion d'émotion-choc, pour être fidèle à l'émergence-choc-positive[522] d'une équation sur laquelle je

[519] Pour entendre ce magnifique morceau, voir : https://www.youtube.com/watch?v=QtFPdBUl7XQ
[520] http://www.cnrtl.fr/definition/incantation : Incantation : « Formule magique (récitée, psalmodiée ou chantée, accompagnée de gestes rituels) qui, à condition qu'on en respecte la teneur, est censée agir sur les esprits surnaturels ou, suivant les cas, enchanter un être vivant ou un objet (opérée par un enchanteur ou un sorcier, et qui a un caractère soit bénéfique soit maléfique) ».
[521] Littérature grise.
[522] J'ai abordé dans ma recherche précédente la notion d'émotion-choc mise à jour par Quarty et Renaud (1971). Ces auteurs ont procédé à une analogie entre le phénomène de la douleur-choc et celui de l'émotion pour mieux comprendre et explicité le phénomène de la première. Ces chercheurs ont découvert

pourrais méditer quelques années encore, « l'homme ému est à l'émouvoir ce que l'homme Sensible est à la sensibilité », je relie ma posture avec la dimension du Sensible en tant que *sensibilité émotionnelle et affective* contenue par elle et que j'ai laissé être mise en relief tout au long de mon travail, grâce à la posture de praticien-chercheur ému. Oui, par contraste, il manquait quelque chose dans l'explicitation du paradigme du Sensible. C'est l'apport de cette recherche et aussi le reflet de ma réalité.

Dans le chapitre trois de la première partie, j'ai présenté la manière dont je comptais produire ma recherche et à quelles sensibilités théoriques et méthodologiques je souhaitais m'accorder (la sensibilité, encore elle !). La posture de praticien-chercheur ému telle qu'elle a été maintenue et expérientiellement partagée peut-elle constituer en bout de ligne un *résultat de recherche* ? La réponse reste en suspens avec quelques arguments en faveur d'un oui. En effet, cette manière d'être en recherche et de faire la recherche donne à vivre un phénomène peu décrit à ma connaissance, et qui a sa pertinence propre au regard de l'émergence des données théoriques qu'elle a produit et des informations pratiques du chercheur lui-même et dont elle rend compte. Ainsi, se peut-il que cette recherche menée depuis l'âme du paradigme du Sensible, mette en relief une tonalité affective et intuitive offrant une voie originale en recherche qualitative ?

> Dans une manière unique parmi les méthodologies de recherche, à la fois qualitative et quantitative, le chercheur intuitif tend à se départir des théories établies et académiques. Souvent en synchronie avec des événements médiatisés et qui attirent l'attention du public, les chercheurs intuitifs explorent des sujets qui requièrent une attention pour la culture toute entière, comme s'ils étaient appelés à envisager du nouveau et chercher des solutions aux dilemmes avec lesquelles nous, humains, sommes aux prises[523]. (Anderson, 2011, p. 244) (Traduction personnelle)

---

de la douleur-choc qu'elle marquait le corps et la personne d'une emprunte émotionnelle puissante dès *la première* apparition ou exposition, laissant des traces quasi-indélébiles chez la personne douloureuse à l'origine d'une modification de certaines représentations et de certains comportements. J'ai attribué le même principe à certaines rencontres faites par les personnes lorsque dès la première exposition conscientisée par l'émoi qu'elle procure, le sens émergeant qu'il conduit, une trace indélébile de cette expérience modifie radicalement le contexte perceptif et représentationnel du l'expérience du corps, de l'émoi qui permet. Mais dans ce cas de figure, l'expérience se révèle *positive*. Comme d'autres personnes, collègues dévouées à la recherche en psychopédagogie perceptive, je suis témoin du phénomène que je décris car dès ma première rencontre avec le mouvement interne et l'émoi qu'il porte, le sens la ma vie a basculé, mon existence a pris une autre allure, mon destin une autre voies. Or, expérientiellement, l'équation « l'homme ému est à l'émouvoir ce que l'homme Sensible est à la sensibilité » présente ces caractéristiques.

[523] « In a manner unique among research methods, both qualitative an quantitative, intuitive inquirers tend to 'break set' with established theory and scholarship. Often synchroistic with events in the media and attracting public attention, intuitive inquirers explore topics that require attention by the culture at large, as though they are called to envison anew and seek solutions for dilemmas in which we as humans find aoursselves embroiled. »

1.2 L'émouvoir et la sensibilité du Sensible : une dialectique de l'intensité et de l'augmentation

La thématique de l'émouvoir ouvre inévitablement sur celle de la sensibilité ; sensibilité très particulière chez le praticien-chercheur du Sensible à l'image de celle rencontrée et développée en pédagogie perceptive dont cette thèse aidé a dévoiler un de ses attributs, celui de la sensibilité affective. Subissant à peu près les mêmes affres sémantiques que l'émotion, le terme « sensibilité » reste pratique mais risqué. Comme le dit avec élégance Meyor (2001, p.253) :

> En donnant voix à la sensibilité, notre tâche n'en est pas une d'invention, mais plutôt de retrouvaille. Car la sensibilité n'est ni manque de l'expérience affective, ni absence d'affect. Bien au contraire, elle s'illustre comme le territoire privilégié de l'invisible tension désirante qui nous noue aux choses qui font le monde autant qu'elles le peuplent, lui donnant ainsi ce visage familier et connu l'attestant comme notre monde. (p.253)

Ma recherche et ma posture sont animées d'une sensibilité sans dualité entre l'émouvoir et le Sensible, elles 'célèbrent' plutôt l'avènement de leur dyade. … J'ose le dire ainsi. Ma recherche comme ma posture sont « extimes », c'est-à-dire qu'elles écoutent et restituent un désir de communiquer sur leur monde intérieur *depuis leur mode intime/extime/social* sans exhibitionnisme. Elles s'offrent ce rapport à elles-mêmes sans contrarier ou contredire l'immanence de l'expérience qu'elles déploient. Au contraire, elles permettent d'accéder à une intimité plus ouverte et plus riche au sein d'une *dialectique de l'intensité* (Dupuis, 2015, p. 396) ; dialectique ouvrant un monde dans lequel le praticien-chercheur, les auteurs, la lecture et l'écriture, les participants rencontrés, et toutes les ressources actives subjectivement et objectivement dans et pour la recherche, se voient *augmentés.* La philosophie et la praxis déployées par *l'émouvoir sur le mode du Sensible* embellit le réel ou le met en relief. En ce sens, elles sensibilisent au beau, à l'authentique, au domaine du vrai dirait Scheler. En jouant le jeu de la dyade nommée plus haut, la posture que j'ai adoptée s'aligne sur deux des trois tonalités affectives (sentiments) pouvant être développées pour soi et énoncées par Bois en précisant qu'elle peuvent faire l'objet d'une vigilance pour une vie entière (2015, p. 408), je veux parler de *la simplicité* et de *l'accueil*. Les participants à cette étude comme Thiébaud et Alice (ainsi que bien d'autres dans les études précédentes) ont nommé la simplicité comme une des tonalités de présence et de la qualité de l'homme ému pour le

premier ; un trait du vivre de la qualité de la femme émue telle qu'elle est rencontrée pour la deuxième. Je les rejoins tous dans ce constat. Ces deux traits d'une certaine tenue dans le monde ont été le fondement d'une quête tout au long de ma recherche. Lorsque j'y suis parvenu, la teneur de mon expérience de praticien-chercheur s'est trouvée transformée. J'ajouterai au troisième sentiment cité par l'initiateur de la pédagogie perceptive - la *discrétion* – celui de la *délicatesse*. La discrétion dont l'étymologie renvoie au discernement et à la sagesse, dit également qu'elle est « la qualité de la personne qui sait taire un secret »[524]. L'expérience permet de prendre les mots à la lettre. A la faveur d'une étymologie plutôt élogieuse[525], la délicatesse de l'homme ému sur le mode du Sensible 'extimise' un secret, l'extrait de la discrétion d'une manière singulière et identitaire. Cette qualité et cette disposition rendent visible, audible un raffinement du rapport à la Vie et à soi tels qu'ils peuvent être vécus par la personne au contact de la pédagogie perceptive.

Elle déploie une aptitude à saisir les nuances les plus ténues en valorisant l'aspect gracieux des choses et des gens *et l'offre au monde* ; une sensibilité exquise pour la vie de nos semblables dirait Scheler ? Je réalise combien l'univers du Sensible est l'univers atmosphérique de la nuance et de la délicatesse par excellence, ce que la notion et l'expérience de la caresse illustrent avec force. Ainsi nuance, délicatesse, accueil et simplicité, amour de la valeur augmentée semblent pouvoir dresser un tableau 'idyllique' de cette qualité d'être au monde et en faire une sensibilité humanisante. A bien y réfléchir, ne sommes-nous pas tous et chacun habités par cette sensibilité ? L'expérience est la première des théories, elle a donné son verdict. Oui, cette forme de présence à soi, à l'autre et à tous les objets du monde est disponible potentiellement pour les personnes interrogées, et donc pour le praticien-chercheur appliquant certains des outils disponibles au sein du paradigme du Sensible.

Une recherche ultérieure me donnera les moyens de décrire ce qu'il en est du régime de l'activité et de l'affectivité de l'homme ému et de la femme émue ne pratiquant pas ces outils. Cette recherche me donne un équipement de base de grande qualité pour envisager cette étude. A l'arrivée de mon parcours, je réalise que ce matériel me manquait pour mener une recherche à la hauteur des données recueillies et de la qualité des personnes rencontrées et interrogées. Il s'agira d'une autre expédition

[524] Voir : http://www.cnrtl.fr/etymologie/discr%C3%A9tion
[525] Voir : http://www.cnrtl.fr/definition/d%C3%A9licatesse

pour laquelle mon enthousiasme est vif ; une fois la fatigue de fin de parcours doctoral résorbée.

1.3 Les prises de conscience signifiantes par contraste

1.3.1 La vastitude de l'objet de recherche

Ne serait-ce que par le nombre de pages, cette étude montre la vastitude de l'objet de recherche et le potentiel qu'il détenait loin d'être épuisé. Dans certains moments extrêmes de mon parcours, je l'avoue : il m'a semblé être ce pianiste tentant de jouer la pièce infernale de Sergueï Rachmaninov dans le film "Shine"[526]. Au bord d'un gouffre, la pensée, le corps et le cœur éprouvés dans la chair, j'ai douté de 'l'œuvre' à laquelle je m'étais attaquée. Peut-être était-elle trop grande, trop vaste, trop exigeante pour mes capacités d'interprète d'une connaissance et d'une conscience demandant à être entendue puis à être jouée ? Ma foi perceptivo-affective d'homme ému n'a pas fléchi, car elle était soutenue par les mains et la présence soignante de mon fasciathérapeute généreux et attentionné me permettant de tenir la tension rencontrée, de la métaboliser, de la transcender. Plus que cela, je réalisais que je me trouvais en point d'appui dans un processus organique à l'œuvre comparable à un agrandissement corporelle, affectif, intellectuel afin d'accueillir une résonance encore plus riche et improbable. Dans ces moments extrêmes et tous les autres, j'ai pu mesurer la grâce pour le praticien-chercheur ému de pouvoir s'en remettre à la présence soignante et éveillante d'un praticien accordé à l'objet de sa recherche. Avec le recul, l'œuvre et moi étions unis par un même déploiement, fusionnés à l'imprévisible et soutenus par lui.

1.3.2 La complexité de l'objet de recherche

Dès l'amorce de ma recherche, il m'a été impossible de séparer les termes « émotion » ou « dimension émotionnelle » et « affectivité ». Choisir la dimension de l'émotion et renoncer à celle de l'affectivité c'était amputer ma recherche d'une liberté d'être et d'advenir. Il en était de même en inversant le processus et ne gardant que le

[526] L'histoire de 'Shine' s'inspire de la vie de David Helfgoot, pianiste australien né à Melbourne, qui dès son plus jeune âge fit preuve de dons exceptionnels. Quelques années plus tard, de graves troubles psychiques l'éloignèrent de la scène pendant près de dix ans. Cependant, en 1984, il fit un retour triomphal qui relança sa carrière.

terme d'affectivité. Bien qu'ayant spécifié le sens que prenait chacun de ces substantifs, alimenté par les différents courants de recherche pouvant définir l'un et l'autre, leur place l'une par rapport à l'autre n'a pas beaucoup évolué. Ces deux terminologies que la raison peut facilement dissociée, définir et cloisonner en deux éléments reconnaissables tant dans l'expérience que dans leur conception sont restées indispensables à mes yeux pour embrasser la complexité de la nature d'expérience que cette recherche a voulu baliser, circonscrire et comprendre. Peut-être ce fait prend-il son origine dans chercheur lui-même ? Mon parcours théorique et cette thèse sont à l'image de la complexité rencontrée. Ce fait n'étonnera personne et comment pourrait-il en être autrement ? Il est établi que l'émotion ne se laisse emprisonner dans aucun schéma explicatif de sa genèse (Basset, 2013, p. 7) d'où une conduite 'rassurante' - un peu utopique - pour le chercheur d'y adosser un terme plus sécurisant comme celui de l'affectivité. Cette recherche prend sa source sur un phénomène subjectif bien délimité théoriquement, celui du corps Sensible. Pourtant, en y imbriquant d'autres phénomènes 'hybrides' du corps et de l'esprit, de l'objectivité et de la subjectivité, du visible et de l'invisible, du physiologique, du psychologique et du social, de l'ontologique et de l'ontique, du sentir et du penser, de l'agir et de l'éprouver, la tâche a pris l'allure d'un chantier ouvert dont il me semblait évident que cette thèse ne pourrait conclure. L'expression « parcours exploratoire » annoncée au tout début de l'entreprise prend son sens au regard de cette réalité rencontrée. Elle ne constitue pas pour autant un obstacle pour faire de cette étude l'occasion d'une contribution théorique et phénoménologique de la compréhension de la dimension de l'émotion et de l'affectivité dans le paradigme du Sensible.

1.3.3 La force de l'authenticité du corps Sensible: une source intuitive et charnelle dans ma recherche exploratoire

Ma rencontre avec la pensée de Despret (1999) dont le titre d'un ouvrage, « Ethnopsychologie de l'authenticité », a piqué ma curiosité. Elle est venue conforter mon intérêt sur la notion d'authenticité en lien avec le domaine de la recherche sur l'émotion et sur l'affectivité *revisité* par le domaine du vrai rencontré au contact du corps Sensible et de l'émoi potentiel qu'il contient. J'ai retenu de la pensée pragmatique de Lipchitz (2015) que le véridique est à distinguer de la vérité et de Kierkegaard, qu'il y a deux façons de se tromper, croire ce qui n'est pas vrai, refuser de croire ce qui était vrai. En paraphrasant Laing (1986) et ses propos sur l'expérience, peut-il être dit de

l'authenticité qu'elle est parfois un scandale pour la science et de la science, qu'elle est un scandale pour l'authenticité ? Pourtant, comme l'a prononcé un participant à ma recherche en écho à la pensée de Michel Henry, « il est urgent de s'occuper de l'authenticité ! ». Mais comment et quel rapport entretenir avec cette qualité et cette conduite dont il est aussi risquer de faire l'expérience que d'en expliquer clairement la notion ? L'homme ému sur les modes tels que je les ai rencontrés dans la rue, ou dans cette boulangerie parisienne[527], dans ma salle de cours à l'université ou dans celle plus intimiste de mes accompagnements individuels, lors de mes entretiens, *est omni présent dans cette recherche*. Il problématise par sa diversité la place de l'authenticité dans l'élucidation de la dimension anthropologique de l'émotion et de l'affectivité.

Parce qu'elle donne la primauté (et non la supériorité) à la relation authentique du chercheur avec le phénomène qu'il étudie, autant et sinon plus que sur le phénomène lui-même (Paillé, 2012), ma recherche qualitative joue sur le clavier des émotions en martelant la touche de l'authenticité comme une des valeurs insignes du terrain de ma recherche, celui où le praticien-chercheur ému est en prise avec le véridique de l'expérience à défaut de la vérité mesurable et quantifiable, démontrable car reproductible à volonté. *Le corps Sensible a été un 'matériau d'analyse' convoqué dans cette recherche* puisqu'il m'a servi en quelque sorte de support d'authenticité pour élaborer, partager le sens et interpréter le réel ; un réel doublement subjectif et dont Henry en fait une souveraineté objective : l'auto affection, l'auto donation et l'auto révélation de la Vie. En écho à Maine de Biran pour qui l'expérience de sens intime nous fait pénétrer le domaine du vrai, ma recherche et la posture qui l'a conduite sont serties dans cette qualité et cet effort d'être propre à l'authenticité et prétendent par ce fait à une forme d'humanisation de l'objet de recherche. Elle en restitue l'humidité, l'humus et l'humanité avec humilité. Ces quatre termes présentent la même racine. En échos à Pierre Rabbi[528](2009, 2010), la sensibilité de l'homme ému sur le mode du Sensible tel qu'il s'offre à son authenticité, accueille celle des autres, montre une sobriété heureuse, loin de la sécheresse de l'idée intellectuelle ou d'une philosophie sans la chair dont James était allergique. Cette qualité, je l'ai apprécié dans mes entretiens de recherche lors de rencontres avec des 'étrangers' dont Camus nous fait l'éloge, celles et ceux avec qui en quelques minutes à peine se livrait une intimité

[527] Oui, le lecteur se souviendra peut-être ce contexte quotidien à l'origine de mon élan d'entreprendre une enquête auprès de personnes toutes différentes sur la question de l'homme ému.
[528] http://www.fotosintesia.com/Pierre-Rabhi.html. Conférences donnée en 2009 et 2010.

bouleversante ; avec mes collègues interrogés et dont la nature de présence rencontrée, par contraste, met en évidence une nature d'authenticité propre à l'émoi du Sensible ; dans mon rapport aux auteurs et ma façon de les recevoir, en livrant mes résonances sans filtre de ce qu'elles m'évoquaient dans une écriture cherchant à restituer le véridique du sens émergeant ; dans la conduite intuitive et charnelle menant mes choix et mes stratégies faisant de ce parcours doctoral une trajectoire unique. Bref, j'ai rencontré la force de l'authenticité liée au corps Sensible, elle est un courant joyeux et contient une vitalité affective inaliénable. L'originalité de cette recherche, si elle se donne dans cette tonalité sous certains aspects, prend sa source dans une dimension d'authenticité, dans l'implication qu'elle exige, la résonance qu'elle engendre.

1.3.4 La fécondité de la vulnérabilité consentie : caresser sa vie

En suivant l'ordre des choses, à l'instar des données des récits phénoménologiques, la qualité d'authenticité de d'homme ému rime avec l'autorisation à la vulnérabilité, voire même le passage par celle-ci. J'ai prononcé un moment fort de ma paralysie faciale, lorsque face au miroir, je passais ma main sur l'hémiface gelée, la caressant en prononçant un « je t'aime » comme un « je t'émeus », « je suis ému »... 'Extimisant' à ma conscience ce savoir affectif qui sait panser les plaies de l'âme pour les penser autrement et depuis ailleurs. J'ai en mémoire une des personnes interrogées à qui j'avais demandé un moment d'évocation de femme émue. Elle m'avait partagée un moment difficile avec son fils, nommé sa vulnérabilité et son impuissance consenties et 'extimisées' ; reconnue un échange unique avec son enfant et la force herméneutique de la vulnérabilité. En effet, la vulnérabilité consentie est un atout dans le Vivre et le Vivre ensemble car il apparaît à travers mes deux exemples qu'elle féconde un monde meilleur pour un soi, pour l'autre, et ce que nous avons à lui offrir.

Cette recherche m'a appris, confirmé, encouragé à travailler ce trait de l'homme ému autant que je m'en suis servi pour la produire. Plus encore, par une foi perceptivo-affective propre à l'expérience du Sensible, j'ai fait l'expérience que la Vie elle-même est vulnérable, qu'elle a elle aussi besoin que l'homme s'émeuve de sa réalité. La Vie demande qu'on la caresse de temps en temps. Le lecteur comme 'mon' psychiatre pourrait sourire d'un romantisme exacerbé. Je m'adosse à la pensée d'Henry ou de Dewey, à mon expérience de terrain de praticien en pédagogie perceptive, à ces minutes

rares vécues dans mes entretiens pour valider mes propos et inviter ce même lecteur à se laisser toucher par leur authenticité.

1.4 Les faits de connaissance inattendus

1.4.1 La place de la notion d'expérience et de sa réalité concrète dans une recherche sur l'affectivité

A rebours de mon parcours et à la faveur de ce que je viens de partager dans la section précédente, je dois reconnaître la place inattendue de la notion d'expérience en tant que notion pouvant éclairée mon objet de recherche, la circonscrire, et mieux la comprendre. Je réitère en partie mes propos d'introduction du chapitre un de la troisième partie. Oui, la notion d'expérience comme sa réalité concrète, c'est-à-dire phénoménale et vivante ont constitué au fur et à mesure de ma recherche des faits de connaissance fondateurs dans ma compréhension de la dimension de l'émotion et de l'affectivité. J'ai le sentiment qu'une part de la contribution théorique apportée par cette recherche repose sur cet inattendu.

1.4.2 Différents niveaux de l'affectivité

C'est Alice, une participante maintenant familière pour le lecteur, qui la première a suscité en moi la possibilité qu'il y ait *plusieurs niveaux d'affectivité*. De son récit, je ressors cette perspective puisqu'elle le dit clairement qu'elle ne vit pas qu'une qualité de femme émue, elle en rencontre plusieurs et elles évoluent en suivant l'évolution de sa structure Sensible. Très bizarrement, j'ai pourtant défini cinq phases de l'évolution du rapport à l'affectivité humaine pour mettre l'emphase, par contrastes successifs, sur la phase émue à l'origine de cette thèse. Alice et les autres participants à cette recherche (ou celles de mes collègues du CERAP) restituent dans leurs témoignages une nature d'affectivité différente sous l'autorité de l'expérience du Sensible. A l'issue de cette thèse, un nivellement plus subtil a émergé. Il existe une gradation dans l'affectivité sur le mode du Sensible à explorer ultérieurement, *comme si*, sur la thymie propre au corps Sensible, pour la personne qui la prend en considération et se laisse animé par elle, *pouvait s'ajouter des nuances phénoménales à découvrir encore*.

1.4.3 L’affectivité humaine sur le mode du Sensible : un pont joyeux pour rejoindre l’univers, le tout, l’absolu, l’Être de la Vie ?

A travers cette recherche, les auteurs rencontrés, les personnes interrogées, j’ai pris connaissance de façon plus marquée de la force immanente et ontologique de la dimension de l’émotion et de l’affectivité sur le mode du Sensible. Par contraste avec le corpus théorique classique et contemporain dans lequel il est rarement fait allusion à cette dimension, l’approche phénoménologique a vite comblée un vide au regard de l’expérience qui est la mienne à propos du pont vers l’univers, le tout, l’absolu ou l’Être de la Vie permis ou ‘lancé’ par l’émotion du Sensible. Les témoignages de Pierre et celui de Diane sont éloquents. De façon troublante, certaines expressions sont identiques à celles employées par des auteurs phénoménologues comme Henry, Merleau-Ponty, Husserl, Heidegger, Depraz, Honoré pour ne citer que ceux-là. A la faveur de la manière dont tous ces auteurs abordent ces réalités anthropologiques dont le chercheur du Sensible a quelque difficulté à parler ou à exposer sous la pression d’une conscience collective et scientifique in-authentique (Laing, Henry, Dewey), l’audace des auteurs rencontrés trouve un écho favorable dans cette recherche. Ces réalités re-mettent à jour une réalité affective de la pédagogie perceptive ; mettre *à jour* au sens propre, c'est-à-dire qu’elles sortent de la nuit et du silence une dimension de l’affectivité empreinte de sacré, du divin ou/et du spirituel dont j’ai défini quelques contours dans le chapitre sur l’expérience avec l’aide des auteurs phénoménologues cités plus haut. C’est par le dire des personnes interrogées sur leur expérience, celui des patients, des étudiants et d’un public pratiquant la pédagogie perceptive qu’il est possible de réitérer la présence d’une spiritualité laïque vécue dans la chair et depuis elle. Autrement dit, ma recherche renforce une vision de la pédagogie perceptive comme une pratique soignante et formatrice à résonance spirituelle telle qu’en parle Honoré. En effet, au contact du corps Sensible se joue la donation d’un sens de l’existence, de la présence au monde et du mystère de la vie humaine du sujet *dont la dimension de l’émotion et de l’affectivité constitue le mode-même qui les fait naître*. En abordant la présence du vivant comme une force et une puissance invisible animant le corps et mobilisant le sujet dans son rapport à la vie, faisant de cette relation la source de sa manière d’être au monde, Bois présente l’originalité d’une démarche de mise en sens et l’étayage charnel d’une quête existentielle incarnée ; un quête en prise avec l’Être de la Vie, le tout ou/et l’absolu.

1.4.4 La multitude des voies d'entrée

En congruence avec les commentateurs avertis de l'histoire de la recherche sur l'émotion (notamment Despret, Dumouchel ou Rimé), je fais le constat de la multitude des voies d'entrée possibles pour aborder mon objet de recherche. La manière intuitive avec laquelle je m'y suis pris a porté ses fruits au regard de la compréhension qui est la mienne à la fin de cette recherche, des pistes conceptuelles nées de ce parcours herméneutique. La voie de l'expérience a constitué une voie féconde, celle de la phénoménologie également et dans ce courant de recherche, bien des allées auraient pu être empruntées. L'agencement de la forêt de sens et des arbres de l'affectivité - ma résonance graphique proposée à l'issue de mon parcours phénoménologique - diffère de l'ordre des auteurs et des sensibilités présentées au cours de cette même partie, confirme la diversité des chemins possibles pour faire cette recherche sur la dimension de l'émotion et de l'affectivité. Passer par le corps, le corps objectif, le corps subjectif, puis le corps Sensible et enfin le corps ému m'a permis un dévoilement évolutif de la beauté de l'émotion et de l'affectivité, de la qualité d'un homme, d'une femme, d'un enfant, d'un groupe, d'une communauté, et d'une société à inventer ou à reconnaître comme le suggèrent Patocka, Henry, ou Dewey.

1.4.5 La véracité de l'homme ému sur le mode du Sensible

Pour finir cette section sur des faits de connaissance inattendus, si je retire une certaine fierté à l'issue de cette recherche, elle vient de ce qu'elle a permis la véracité de l'homme ému sur le mode du Sensible et avec lui, d'ouvrir une réflexion générique sur l'homme et ses émotions dans des régimes différents, j'y reviendrai. La véracité au sens qu'elle s'est consacrée à ce qui est conforme à l'expérience vécue par des personnes, et dans cette formule précisément. Expérientiellement, émotivement, intimement, ma thèse, si elle se fonde sur une étude de la dimension de l'émotion et de l'affectivité, n'a cessé d'être soutenue par un praticien-chercheur ému annoncé dès les premières lignes de ce manuscrit, et a vu son apogée en fin de parcours grâce au souci accordé à la personne empreinte de cette qualité, jouant avec elle aux détours des événements de sa vie professionnelle, personnelle, intime et intérieure.

2. CROISEMENTS DIALOGIQUES AVEC LES RESULTATS DE L'EXPLORATION THEORIQUE

2.1 Rapports au corps et niveaux d'affectivité

2.1.1 Passage du corps objectif au corps subjectif : de l'émotion pensée à l'émotion vécue

La progression inhérente à mon parcours exploratoire théorique a suivi une ligne directrice permettant une compréhension de mon objet de recherche depuis le passage de l'objectivité, vers la subjectivité, en concernant le corps objectif, puis le corps subjectif. Ce qui est somme toute cohérent avec le projet de l'émotion (Sartre). Ce mouvement a permis de confirmer qu'il est vain de saisir la richesse et la réalité de cette dimension anthropologique à l'écart de considération pour le monde de la subjectivité. Comme l'a brillamment montré Depraz, la voie du cœur, un cœur-'zoïque' (vie, vivant) – qui n'exclut pas le cœur-organe et biologique, rend compte de la vie émotionnelle et de l'affectivité telle que la personne se la crée avec qui elle est biographiquement et culturellement, ne pourra jamais être comprise dans un laboratoire, par des chiffres et des mesures loin des battements d'un cœur et de la personne qu'il fait vivre. Cette auteure, plus que d'autre, a insisté sur l'infinie délicatesse phénoménale pouvant être à l'œuvre dans la production et la mise en présence de l'émotion.

2.1.2 Passage du corps subjectif au corps Sensible : l'émoi du corps et de la Vie

L'apport du corps Sensible offre quant à lui une conversion affective sous la forme d'un mouvement matiéré à l'origine d'une auto-affection. Le référentiel de l'activité émotionnelle et de l'affectivité subissant une réelle mutation, un univers d'implication et de résonances vient questionner les contours même de la définition classique de l'émotion et de l'affectivité. Le phénomène rencontré installe une émotion débordant le sujet objectif comme ses vécus subjectifs – avec et sans débordement émotionnel (récit de Pierre). Entre en scène l'émoi intime de la Vie par l'épreuve de son pathos.

2.1.3 Passage au nuances phénoménales du corps ému et émouvant

Le corps Sensible est-il ‘in-affectif’ ou ‘in-émotionnel’ tout en restant ‘hyper sensible’ ? Question provoquante pour la personne faisant la rencontre du corps Sensible et au regard des efforts de théorisation évitant la ‘glissade’ inadéquate au sein de la variété sémantique d’un terme-valise comme celui de « sensible » pour figurer ce Sensible rencontré en pédagogie perceptive. Ma question ne l’est pas tant que cela, car nombre des témoignages mettent en évidence la présence d’une émotion rencontrée à la nature bien étrangère de celles connues et répertoriées. Ces dernières semblent s’être retirées dans le retour d’une vague animée par un émotionnel s’évanouissant dans le silence et la lenteur d’un corps différent. La houle émotionnelle oscillante d’une affectivité quotidienne quitte l’horizon cédant le passage à un autre ressac, celui animée des ‘hauts fonds de l’Être’ de la Vie elle-même, de l’être et que je nomme le *fond ému*. Les descriptions issues des recherches du neurophysiologiste Damasio permettent de s’approcher conceptuellement de l’expérience vécue en parlant d’arrière-plan émotionnel comme support d’un proto soi sans l’atteindre pleinement.

2.1.4 La corporalité de l’homme ému sur le mode du Sensible

Cette corporalité est identique à celle de l’homme Sensible, c'est-à-dire qu’elle est structurée dans une membrure invisible et animée de la force de vie. L’homme ému rend compte et témoigne de cette relation sensible aux choses et aux personnes (Bois, 2015, p. 411). Cette corporalité émouvante et émue telle que je la vis, telle qu’en parle Thiébaud ou Pierre, Alice ou Diane, rend compte d’une *sensibilité affective et effective*. Ainsi l’émouvoir tel que ma recherche en fait découvrir les traits constitue *un support de la sensibilité de l’homme au contact de l’expérience du Sensible*.

Par la corporalité et la sensibilité affective de l’homme ému sur le mode du Sensible, les statuts fonctionnels, instrumentaux et thérapeutiques de la dimension de l’émotion et de l’affectivité se voient relégués au second plan - sans être effacés du décor - au bénéfice d’un climat atmosphérique de fond, purement esthétique, au sens d’un *aisthésis, d’un Pathos, d’une auto-affection étrangère à toute causalité objective tout en interpelant profondément le vivre de l’homme ému.* L’expérience de cette sensibilité affective particulière agit en direct ou/et en différé sur les trois statuts énoncées ci-dessus. Elle altère le savoir-faire de la réaction physiologique et organique

pour le premier (fonctionnel), favorise une 'maîtrise' servant la gestion des émotions pour le deuxième (instrumental), soulage et peut 'reconfigurer' le psychologique pour le troisième[529] (thérapeutique)[530].

2.2 La mise en relief des régimes de l'affectivité

2.2.1 L'exploration du champ classique et contemporain

Ma consultation du champ de recherche classique et contemporain m'a permis d'appréhender l'émotion dans une description technique et fonctionnelle, dans ces processus neuro-psychophysiologiques. J'ai revisité des dimensions que je connaissais et qui, bien qu'intéressantes, ne m'apportaient pas des éléments satisfaisants pour expliciter le phénomène qui m'intéresse. Sur un plan cependant, à travers l'histoire de la recherche de l'émotion, j'ai pu me situer en tant qu'acteur potentiel dans ce trajet historique scientifique, y placer ma recherche et sa singularité. Cette exploration m'a permis de faire des ponts entre deux natures d'expérience bien différentes et de voir combien le corps était placé dans une enclave, faisant essentiellement l'objet de considérations mécanistes. Je découvrais quelques personnalités 'franc-tireuses' bousculant les habitudes et invitant le monde scientifique à des reconsidérations audacieuses. James est emblématique de ce contre-courant et certaines de ses citations sont systématiquement reprises en raison de sa position visionnaire. Plus proche de notre époque, Damasio, à la suite de Canon, est à ma connaissance, celui qui le premier a vulgarisé une conception de plusieurs[531] *natures d'affectivité* pouvant être juxtaposées, voire dialoguer entre elles. En parlant d'arrière-plan émotionnel offrant un sentiment d'existence de fond – ce que Maine de Biran avait établi depuis bien longtemps - sur lequel se détache la vie émotionnelle plus repérable par la personne, Damasio n'a-t-il pas inauguré *un principe de régime d'affectivité* sans le nommer de cette façon ? J'ai vu dans ces données théoriques l'amorce de ce qui, par contraste, peut me donner à penser une ouverture conceptuelle et praxique sur les différences relevées entre l'émotion dite

[529] Parmi toutes les autres dimensions transformées au contact du Sensible, le modèle de la modifiabilité perceptivo-cognitive rend compte de cette reconfiguration sans y placer la dimension émotionnelle et affective qui lui est propre, et que les résultats de cette recherche permettent d'ajouter.
[530] Cette thèse n'avait pas le mandat d'apporter des éléments de compréhension sur l'impact de l'affectivité du Sensible sur les trois statuts en question. Je les cite car je vis cette réalité empirique au quotidien à l'occasion de mes accompagnements et le constate à titre personnel.
[531] Je ne parle pas ici de classification en émotion primaire, secondaire ou sociales.

classique et la dimension telle qu'elle se donne à vivre en pédagogie perceptive de régime ou d'allure[532] (Canguilhem, 2006)

2.2.2 L'exploration du champ phénoménologique

Cette intuition s'est confirmée dès le début de mon exploration dans le champ phénoménologique avec Billeter, inspiré comme beaucoup par Spinoza. Chronologiquement dans mon parcours, ce qui signifie que je n'ai pas de certitude sur l'origine de ce terme en lien avec le domaine de l'émotion, Depraz, citant Husserl, a confirmé la pertinence de ce terme « régime » pour nommer l'activité affective. Avec cette notion peut prendre place sans exclusion différentes modalités fonctionnelles et différents états émotionnels, avec l'avantage qu'elles ne s'excluent plus les unes des autres. Le champ phénoménologique m'a donc ouvert définitivement la porte sur une manière de 'ranger' mon objet de recherche dans l'affectivité en diminuant considérablement la crainte d'une ambiguïté sémantique.

2.2.3 L'exploration du champ de la psychopédagogie perceptive

L'exploration du champ de la psychopédagogie perceptive est venue confirmer une assertion. Je peux dire à l'issue de ma recherche, comme je l'ai figuré à deux endroits dans ma thèse (chapitre consacré à certains propos de Billeter et celui consacré à la pensée de Depraz), qu'il existe une variété de régimes de l'émotion et de l'activité au sein de l'affectivité, et que la dimension de l'émotion et de l'affectivité telle qu'elle est décrite et théorisée par le paradigme du Sensible présente *un régime de l'activité affective bien spécifique, ayant ses caractéristiques* au sein de la dimension émotionnelle et de l'affectivité humaine connue à ce jour.

2.2.4 Les régimes de l'activité ou de l'affectivité : quoi désigner ?

Billeter ne parle que du régime de l'activité sans faire allusion à l'émotion alors que Depraz aborde directement le régime affectif, en écho à l'analyse husserlienne relative à un degré zéro d'affectivité réduit à néant. Le premier, en évoquant le Yeau, cet état de fluidité, de glisser dans toute action m'évoque par analogie la phase cinq de

[532] Bien que ce philosophe et médecin pensait le terme allure pour problématiser le rapport entre le normal et le pathologique.

l'évolution de la conscience de l'affectivité humaine, la phase émue. Dans cette phase caractéristique de la pédagogie perceptive, le régime de l'activité sensorielle et celui de l'activité réflexive sont en osmose, sans prédominance car tous deux animés par la force interne du vivant ; le jeu entre la passivité et l'activité est lui aussi placé sous l'autorité de cette présence active caractéristique. La participation de ces deux instances en réciprocité sensible (Bois, 2015) avec toute chose ou personne constitue l'homme ému. Dans ma recherche j'ai utilisé les mots ou expressions suivantes : régime, bas régime, régime élevé, régime émotionnel, régime d'activité, régime affectif. Dans l'étape finale de ma recherche deux formules me semblent pertinente. La première, le *« régime d'activité » de la dimension de l'émotion et de l'affectivité sur le mode du Sensible* met l'emphase sur la vitalité affective, autre terme inattendu dans cette recherche. La seconde, le *« régime émotionnel et affectif du Sensible »* est plus direct et fait sous-entendre l'activité au sein de l'affectivité.

2.3 Des mots, des expressions : les tentatives du dire

2.3.1 Passer de la rigidité sémantique à la fécondité du langage

Bien décrite dans la deuxième partie de cette recherche, l'inévitable ambiguïté du langage complique les choses sur un plan. L'analyse faite par Despret a ouvert de nouvelles avenues et permet de contourner ce problème en l'accueillant comme l'opportunité à de nouveaux espaces sémantiques, brisant la glace des représentations et appellations convenues. Mon étude n'échappe pas à ce trait propre au champ de recherche sur l'affectivité. A l'image de l'usage de l'expression « régime de l'activité » de la dimension qui m'intéresse ou « régime émotionnel et affectif du Sensible », des expressions « vitalité affective » ou « émotion du Sensible » plus intégrées dans le vocabulaire de la psychopédagogie perceptive, la recherche présente met en perspective des termes - sans les avoir inventés – peu ou pas encore employés dans le vocabulaire du praticien en pédagogie perceptive et rarement utilisés dans le vocabulaire courant.

2.3.2 La force représentative du langage

L'expérience de terrain qui est la mienne me rend optimiste sur ce langage par analogie. J'utilise le vocabulaire présenté plus haut dans mes accompagnements et dans

mes formations ou lors de conférences depuis quelques années, et ce, sans pour autant qu'il ait fait l'objet de l'introspection théorique et phénoménologique présente dans cette recherche. La notion de régime – par analogie au moteur de voiture – parle à tout le monde. Dire qu'il existe plusieurs régimes d'activité de l'affectivité et que la pédagogie perspective permet d'en développer un en particulier, cela parle bien aux gens. Une fois annoncé ces nuances d'activité, les caractéristiques du régime affectif du Sensible peuvent être assez simples à présenter :

> Ce régime émotionnel et affectif se vit au contact d'une lenteur, d'un silence et dans une présence à soi par un rapport au corps plus doux, et avec une résonance émouvante sans qu'elle se porte sur un objet précis autre que le fond de soi – voire de la vie émouvante en soi. Il y a besoin d'un corps, d'une personne prête à le ressentir pouvant y découvrir une activité autonome indépendante de sa seule volonté, ouverte à être touchée par cette rencontre et capable de la valider, de l'exprimer et de la partager. Voilà l'homme ému ou la femme émue telle qu'on peut le vivre en pédagogie perceptive ! [533]

2.3.4 L'émergence du langage de l'homme ému sur le mode du Sensible

L'exemple concret qui vient d'être cité, bien que très incomplet au regard des extraits de verbatims exploités et de mes propres manières sémantiques de résonner comme praticien-chercheur ému dans cette recherche, valide l'existence d'un langage de l'homme ému sur le mode du Sensible. Il donne une valeur ajoutée au langage existant en pédagogie perceptive en précisant une dimension émotionnelle et affective sans la confondre avec celle plus classique des émotions, et que le langage relatif à l'homme ému n'exclut pas, mais situe ailleurs et autrement. Dans un autre sens, le vocabulaire usuel des émotions constitue lui aussi une valeur ajoutée pour décrire et partager l'expérience affective du Sensible, mais sans la confondre pour autant. Je donne un exemple ici :

> C'est comme si tu étais touché au plus profond de toi (…) et cette douceur, elle a l'amplitude qu'il faut, la générosité qu'il faut, la lenteur qu'il faut (…). J'ai accès à la vie en mouvement, à un processus qui comprend des états d'âme et des émotions. (Humpich J. , Psychopédagogie perceptive et expérience de l'implication : Exploration de l'émotion et de la résonance au contact du corps sensible., 2007, p. 102)

Ou encore :

> J'ai fait l'expérience d'un amour d'une autre nature d'intensité de ce que je vis d'habitude. C'était un amour calme. (C1, l : 540-541). (Ibid., p. 120)

[533] Court extrait de ma conférence donnée dans le cadre de la journée internationale de la femme à St. Anaclet, Québec. Voir : http://www.myvirtualpaper.com/doc/lavantage/ki10regu20130227/2013022601/20.html#20

2.4 La sortie de la confusion entre la fonction et l'état

2.4.1 Distinctions inédites

La prise de conscience d'une certaine confusion, et dans certains cas, d'une confusion certaine entre la *fonction* de la dimension émotionnelle et affective et l*'état* émotionnel et affectif constitue un de mes étonnements philosophiques et phénoménologiques dans cette recherche. Scheler livre une connaissance insigne. Elle alimente la problématique de ma recherche et concerne son objet. En effet, quand je me suis posé la question de l'élucidation d'un phénomène que je soupçonnais de nature émotionnelle, j'aurai pu et ne l'ai pas fait – car je n'ai pas le génie de Scheler - entamer ma recherche en me posant la question préliminaire : de quoi vais-je parler ? De ce phénomène en *tant qu'état* ou de ce phénomène en *tant que fonction* ? À l'issue de ma recherche, de son déroulement et de son dénouement, la question subsiste comme la promesse d'une valeur ajoutée dans ma discussion finale, un résultat de recherche précieux et une ouverture pour une étude à venir. Qu'en est-il de cette distinction sur le plan théorique mais de manière tout aussi cruciale, sur le versant praxique et éthique de la pédagogie perceptive ?

2.4.2 L'homme ému sur le mode du Sensible : une expérience de l'entrelacement entre la fonction et l'état du régime affectif

Muni d'une autre lentille, le praticien-chercheur ému sur le mode du Sensible peut repérer, dans les études antérieures comme dans ses vécus phénoménologiques, des éléments de distinction entre ces deux dimensions. La première, celle de l'état, peut sembler plus passive ; il pourrait attribuer à la seconde une qualité plus opérante, celle de la fonction. L'expérience, une fois encore évite les débats stériles à la faveur d'autres bien plus passionnants. En congruence avec la pratique manuelle de la pédagogie perceptive dans laquelle se joue en permanence une danse à deux, état et fonction orchestrent le devenir d'une sensation, d'une perception dans un fait d'expérience conduisant au bout de certaines étapes (sept) à un comportement dont l'auteur se souvient toujours qu'il est né dans le silence d'une terre, extrait des entrailles de son être et que l'effort de vigilance permet d'actualiser, d'en assurer le maintien ou de le développer. La tâche est exigeante comme ont pu le laisser entrevoir certains des récits phénoménologiques. Ainsi peut-il être dit de façon semblable que *l'émoi jaillissant d'un*

fond de soi, fait de peau et d’os, de viscères et de sang, du cœur organique et zoïque et de cellules vivantes, tous animés du Vivant, se vit comme un état d’être ému à la qualité émouvante, dont une fonction générique est de rendre la personne une souveraineté depuis une sensibilité affective pleine et assumée, se reconnaissant et validant une ipséité par essence émouvante et émue.

Redressé depuis cette sensibilité particulière à source d’une conscience affective de soi et du monde, l’homme ému sur le mode du Sensible dévoile un processus esthétique enrichi par une dimension d’expressivité. L’expérience rencontrée ouvre *l’horizon de l’émouvoir qui devient un support de la sensibilité* car elle agit sur l’ensemble des secteurs qui constituent le Vivre pour soi, la phénoménologie du Vivre avec et le Vivre sur le mode du Sensible. L’émouvoir met en reliance trois régimes du Vivre. Le premier dans lequel la personne est en quelque sorte l’objet de son existence (Vivre pour soi), le second fait place à l’expérience du Vivre et fait place à une expérience nouvelle du Vivre en introduisant une posture d’observateur impliqué (phénoménologie du Vivre avec), le troisième se fonde sur le corps Sensible : Vivre sur le mode du Sensible qui a été largement explicité dans ma quatrième partie. La sensibilité de l’homme ému sur le mode du Sensible constitue une voie de passage pour une fécondité du corps Sensible puisqu’il permet leur articulation dans un passage de la dualité à la dyade.

L'horizon de l'émouvoir comme support de la sensibilité :
Une voie de passage pour une fécondité du corps sensible dans le vivre

2.4.3 Une fonction à portée socio professionnelle et citoyenne

Il habille la personne d'une tonalité de présence dont le rayonnement ou plus justement, la diffusion (distinction faite par Alice) est contagieuse, active, agissante. L'homme ému peut à ce titre rejoindre la catégorie des « transformatologues[534] ». Cette expression inaugurée par Michel Maletto (2015) pour qualifier dans une vision sociétale l'existence de praticiens-formateurs et intervenants outillés intérieurement et praxiquement pour accompagner la personne, le groupe, l'organisation, enlisés dans un mode de survie à retrouver un certain maintien de son capital de vie (expression concernant tous les secteurs de l'existence) mais aussi à prétendre à un développement de haute performance[535] dont la source première est la conscience de soi, seul véritable pouvoir de changement disponible pour chacun. Ce dernier point caractérise et incarne la vision du praticien-chercheur ému sur le mode du Sensible ; vision en terme d'une perceptive existentielle, socio-professionnelle et citoyenne.

2.5 L'auto-affection du Sensible : une figure d'attachement subjective sécurisante

2.5.1 L'expérience d'une base de sécurité

Les participants à différentes recherches effectuées sur l'expérience du Sensible[536] renvoient de façon récurrente un sentiment de sécurité, de confiance, de respect, ainsi qu'un élan d'exploration et d'audace, parfois de façon inédite, pour Vivre le monde avec plus de créativité, d'autonomie, et d'assumance ; pour d'autres personnes, la rencontre avec cette force aimante permet de traverser des étapes de vie dans une stabilité psychoaffective étayée par une sensibilité de fond. Ce fond ému et émouvant est le sol dans lequel s'enracine une sécurité que j'ai qualifiée avec Laing de sécurité ontologique pour la simple raison de sa source subjective et fondamentale.

---

[534] Littérature grise. Michel Maletto a présenté ce terme au cours de la formation que je suis actuellement dans le cadre d'un cours optionnel de la maîtrise en étude des pratiques psychosociales à l'UQAR.

[535] Ce terme est à comprendre depuis un postulat donnant l'espace à un savoir vivant et prenant pleinement en compte la vie, la personnalité et l'affectivité des personnes, des groupes et des cultures. Depuis ce regard tendre et lucide à la fois – par contraste à la dureté et l'utopie déplorée partout dans le mode -, peut s'envisager des projets de formation, de réorganisation et de développement durables, éthiquement et socialement adaptés au contexte et à certaines attentes de l'homme d'aujourd'hui. Cette formation à propos de la haute performance telle que je l'expérimente, répond à des exigences de changement planétaire telles qu'elles semblent être reconnues depuis quelques décennies déjà.

[536] Les experts en pédagogie perceptive interrogés pour ma recherche, ceux dont les verbatims ont fait l'objet d'une analyse catégorielle complète lors de mon mestrado et sur lesquels cette thèse s'appuie également. Le lecteur se souvient des autres thèses de doctorat inspirantes pour ma réflexion actuelle.

De façon troublante comme je l'ai relevé à plusieurs moments de mon parcours exploratoire théorique, en résonance à mes vécus phénoménologiques, par analogie non métaphorique cette fois mais existentielle, ma recherche met en évidence la présence, l'émergence et la construction progressive ou fulgurante d'une base de sécurité ne reposant sur aucune référence affective externe mais uniquement sur une référence interne. La pédagogie perceptive est l'occasion d'une rencontre avec ce référent interne servant de base affective à la fois en tant qu'état d'être et de fonction identitaire. L'homme ému sur le mode du Sensible montre comment et combien l'expérience permise par la rencontre avec le corps Sensible constitue une figure d'attachement de nature subjective et matièrée, invisible et pourtant charnelle à travers un principe d'auto-affection, d'auto-donation et d'auto-révélation. Dans la continuité de la révélation de liens à décrire et à comprendre entre l'état ou les états rencontrés et générés par la pratique des outils de la pédagogie perceptive, et leurs fonctions plurielles à découvrir encore, un résultat fort de cette recherche se fonde dans la mise à jour de cette figure d'attachement. Il y a matière à faire ce constat dans chacun des quatre récits phénoménologiques sans qu'ils soient passés au crible de l'analyse qualitative. Mes vécus phénoménologiques font état de mon rapport à cette force de régulation perceptivo-affective sur laquelle je m'appuie pour poser des pas dans de nouvelles directions existentielles.

2.5.2 La fidélité du sentir corporéisé du Sensible : une marque de confiance en la Vie vécue

Les théories de l'attachement ont assez insisté sur l'importance de la quiétude. Elles ont également marqué la conscience de nombreux accompagnateurs sur le rôle de l'amour inconditionnel ; avec lui, la capacité d'accueillir, de reconnaître les signaux de détresse et d'intervenir, d'apaiser l'angoisse inhérente aux avancées dans la vie. Cette posture permet à l'incertitude la caractérisant ou encore à l'occasion d'événements ultimes comme c'est le cas de Diane dans son accompagnement en fin de vie de son patient Raoul. Une autre donnée constitutive de l'observation de terrain faite par Bowlby ou Ainsworth (et d'autres chercheur(e)s) met en avant la possibilité de revenir à ou de faire appel à une instance sécurisante à tout moment, selon le besoin. Quel est le praticien en pédagogie perceptive qui ne se soit pas mis en point d'appui, arrêtant toutes ses activités de gré ou de force, pour retrouver cette base de sécurité interne, ce lieu

vivant en lui, capable de faire vivre une expérience d'enveloppement rassurant, procurant une chaleur interne et réelle, une tendresse, une délicatesse proche de la perfection que seule la nature semble être capable de créer ou de procurer, etc. ? Le récit de Pierre est percutant à ce sujet. Les recherches en psychopédagogie perceptive sont truffées d'exemples confirmant les propos tenus ici. En poussant plus loin mes propos, l'expérience de terrain montre que la rencontre avec cette force éveille une autonomie, et les fonctions d'auto régulation affective telles qu'on les reconnaît dans la psychologie de la relation ou dans la dynamique des groupes.

La fidélité avec laquelle cette force aimante semble présente et disponible au sujet Sensible qui en fait l'expérience peut devenir la marque d'une *sensibilité auto-affective* dont la saveur animée imprime la chair et se reconnait parmi toutes les autres. Cela expliquerait-il l'attachement constaté aux pratiques du Sensible d'une part, et la 'nonchalance' relevée quant à la régularité toute relative avec laquelle les personnes pratiquent les outils du Sensible ? De façon cavalière, je pourrais penser avec elles, comme chacun s'y est pris avec ses figures d'attachement objectives dans son enfance : A quoi bon m'entraîner, je sais en mon for intérieur que ce mouvement interne et ses qualités sont invariablement disponibles. Cette source intarissable est autonome et indépendante de tout séisme dans mon existence jusqu'à se manifester spontanément à ma conscience dans mes moments ultimes. Les experts en pédagogie perceptive – homme ou femme émus – interrogé(e)s, bien que reconnaissant l'impermanence de la disposition, disent aussi que cette dimension est de plus en plus intégrée dans leur vie.

Ce fait, me semble-t-il, met en relief une dépendance affective à la vie elle-même. Elle est physiologique et prend la figure de la dépendance ontologique. L'homme ému ne se cache pas à lui-même cet attachement, il en dévoile les points forts à la face du monde. Ce fait invite à réexaminer le sens habituellement attribué à la notion souvent péjorative accordée à l'attachement et à la dépendance ; en particulier au sein de disciplines visant l'autonomie du sujet. Il assume une sensibilité affective liée à ce lien. Serait-il instructif de pouvoir expliciter ce trait à l'occasion de travaux ultérieurs ? Ce phénomène explique-t-il en partie l'émotion-choc positive de la phase émue, l'origine de l'amour témoigné, les efforts déployés pour s'y replonger, la détresse ou la simple mélancolie témoignée lorsque la personne se voit éloignée, privée, coupée de cette figure d'attachement subjective corporeisée. Je relie mes questions et ma réflexion à la pensée affective de Bois pour qui, à toute fin utile, les deux émotions

fondamentales de l'homme sont celles de la joie d'être en contact avec le mouvement interne et la tristesse d'en être éloigné (2006).

2.6 Passage de la dualité à la dyade

2.6.1 L'émouvoir comme un support de la sensibilité : devenir un praticien-chercheur de l'émouvoir

A l'arrivée d'une longue et sinueuse marche dépassant toutes mes prévisions et mes attentes, une thématique s'impose de façon quasi-organique et me montre à cette occasion la force visionnaire d'une intuition actée dans la confiance propre au praticien-chercheur ému. Le lecteur a peut-être pensé comme moi que je prenais un risque dans cette thèse, celui de poser une affectivité et l'engagement du coeur comme l'énergie première au service de l'activité de ma recherche. Malgré une réputation chaotique là où l'ordre et la rationalité sont de mise, il se souvient peut-être de l'autorisation noétique de l'homme ému annoncée à la fin de la pertinence de mon parcours doctoral. Mais encore fallait-il l'acter et s'y maintenir !

Il est temps de faire le point de l'impact de cette nature d'engagement à travers l'œil intime d'un chercheur advenu *praticien-chercheur de l'émouvoir* chemin faisant de ce trajet herméneutique. La manière la plus synthétique d'exprimer mon vécu trouve sa voie dans le passage de la dualité à la dyade entre l'homme ému et l'homme Sensible et ses conséquences épistémologiques et méthodologiques. Ce passage peut être condensé dans une formulation comme celle de l'« horizon de l'émouvoir comme support de la sensibilité ». Sur un plan et sur un plan seulement, relier l'émouvoir et la sensibilité peut sembler banal, voire même, frôler le truisme[537]. En effet, se fiant au langage de la rue et aux premières définitions relatives à l'émotionnel qui nous tombent sous la main, je peux définir l'homme émotionnel comme un homme sensible, l'homme émotif comme un homme plus sensible que la moyenne, ou encore quelqu'un montrant sa sensibilité, ou ne pouvant pas la retenir. Ces définitions prises à la lettre ne sont pas si éloignées de la réalité de l'homme ému sur le mode du Sensible dès lors que l'on prend soin de préciser qu'il *existe plusieurs régimes de l'affectivité et de la sensibilité*.

Très naïvement et par analogie, en comparant l'affectivité et la sensibilité à la musique, chacun peut comprendre la diversité de leurs formes, des cultures qui s'y

[537] Une lapalissade – une affirmation ridicule d'un fait évident.

rattachent, des manières de les reconnaître, de la valeur qui peut leur être accordées. Entre le Rock, le Country, la musique traditionnelle et celle classique, que d'écarts expérientiels entre ces formes musicales sur un plan. Une fois de plus, l'affectivité va jouer un rôle majeur dans les préférences et les appartenances. Sur le papier et en théorie, elles peuvent s'estomper, être banalisées, se voir s'annihiler les unes par rapport aux autres. Car quels que soient les styles et les préférences, la musique est toujours jouée par un semblable à moi et écoutée par un autre qui me ressemble. Il ne faudrait pas que se perde cette reconnaissance et réalité dans la complexité des chants, des sons et des musicalités de la dimension de l'émotion et de l'affectivité humaine.

Réciproquement, le travail fourni a permis de mieux comprendre une singularité perceptivo-affective depuis une description phénoménologique de l'objet de recherche en l'étayant de repères théoriques solides. Le ton de la résonnance théorique comme empirique sonne dans un trait unique et inaugural. L'émotion du Sensible et l'homme Sensible trouvent un style d'articulation et d'intégration dans le vivre à travers l'homme ému sur un mode qui leur est propre et en confirme l'ipséité. Il offre à découvrir un style de sensibilité qui peut être intégré dans la grande famille des émotions et de l'affectivité à laquelle il donne une valeur ajoutée en tant que potentialités actualisées parmi toutes celles que l'homme a à sa disposition pour s'impliquer et résonner à toute matière existentielle, ustensile et inustensile, objective ou subjective qui l'entoure et avec quoi il compose.

L'émouvoir sur le mode du Sensible se présente comme *un principe d'altérité* et fait émerger la *fonction* de l'homme ému sur ce mode singulier. L'homme ému n'est plus seulement un état issu de la rencontre avec le corps Sensible, il devient une reliance possible entre différentes régimes d'activité du Vivre pour soi, du Vivre avec et par ricochet, du Vivre ensemble. Il y a une écologie des rapports et des poids relatifs de ces trois formes du Vivre, indispensables à l'équilibre de la personne. Je rappelle que le vivre peut être défini comme une unité dynamique constitué par quatre instances inter reliées comme nous l'ont montré certains auteurs (Depraz, Honoré, Laing, Dewey). La disposition existentielle de la personne peut être regardée depuis ces quatre balises. Le corps Sensible réorganise le rapport au Vivre pour soi et à la phénoménologie du Vivre avec. Ce fait est abondamment décrit dans l'ensemble des recherches au CERAP. L'entrée de la dimension émotionnelle et affective sur le territoire du Sensible fait l'objet de réelles reconfigurations perceptivo-émotionnelles dans certains cas, tout en ayant toujours à négocier avec la réalité anthropologique et par conséquent relationnelle

et sociale de la dimension plus courante de l’émotion. La partie quatre de ma thèse montre ces négociations et l’apport *régulateur et intégrateur* de la qualité d’homme ému. Les données en fin de cette recherche invitent à repositionner chacun des régimes du Vivre, suite à une conversion de la dualité à la dyade. Si l’homme ému est à l’émouvoir ce que l’homme Sensible est à la sensibilité, l’émouvoir n’est plus un obstacle mais un tremplin pour faire naître de nouvelles conduites dialogiques entre des régimes du Vivre vécus ou représentés comme concurrents ou conflictuels les uns par rapport aux autres, voire incompatibles parfois.

Émergence de la fonction de l'homme ému sur le mode du Sensible:
Une reliance entre différents régimes d'activité du Vivre

Ma recherche – cette entité organique et magique - telle qu’elle m’est redonnée en fin de parcours me le signifie avec force. Les résultats de ma recherche m’amènent à

rediscuter la question de la sensibilité sur le mode du Sensible, voire à la renégocier dans l’esprit-même du praticien-chercheur. Le premier interlocuteur dans ce mouvement est l’auteur de ce travail. La proposition illustrée graphiquement ci-dessus est le fruit de mes résonances d’ordre théoriques et empiriques (parcours théorique, quatre récits phénoménologiques, les recherches antérieurs et mes vécus phénoménologiques).

2.6.2 L’homme ému est un état et a une fonction : un support ‘extimisant’ de l’affectivité de l’homme Sensible

Meyor note que l’affectivité, comme la sensibilité,

> n’a pas pour elle la propriété de l’idée claire et distincte et résiste à l’obligation de la transparence. […] Ce caractère essentiel […] nous invite toutefois à une attitude différente, plus délicate, plus en nuance, ouverte à l’hésitation prolongée, non pas comme symptôme d’un manque ou d’une ignorance, mais comme étirement d’un temps permettant à la chose de manifester sa présence. (2002, p. 254)

Sous certains traits, le paradigme du Sensible est un éloge praxique de la pensée ci-dessus, car c’est au contact de l’expérience d’une lenteur, dans une attitude différente, plus délicate et tout en nuance que l’affectivité et la sensibilité perceptivo-émotionnelle qu’elle porte se donnent plus clairement et plus distinctement. Si hésitation il y a, elle est à entrevoir comme ouverture à l’imprévisible dans une attente sans attente, en écho d’un étirement du temps corporel et matiéré – *hors du temps,* nous disent Pierre, Diane, Thiébaud et Alice. Enfin, effectivement, une chose se donne. Dans le cas de la pédagogie perceptive, elle offre l’accès pour l’homme à l’existence et à la présence d’un *autrui de lui-même* (Bois, 2013, p.25) comme un espace d’altérité intra personnel, un autre moi-même dirait encore Damasio (2010) depuis lequel se donne à vivre son semblable en face de lui ; semblable, porteur du potentiel d’actualisation de son centre noétique.

La nature des phénomènes rencontrés et étudiés au sein du CERAP amène à reconsidérer les contours-mêmes de ce que l’on entend par la corporalité, la perception de soi et la sensibilité de l’homme. Cette recherche invite la thématique de la dimension de l’émotion et de l’affectivité dans cette ‘réexamination’ de ce qui fait de l’homme un homme et non une chaise ou un arbre. Elle investit la vie émotionnelle et affective présente dans l’expérience du corps sensible, c'est-à-dire qu’elle participe à élucider L’ETAT dans sa dimension émotionnelle et de l’affectivité ; l’état dans lequel se trouve et se décrit la personne sous l’influence du corps Sensible, et dont la définition inclut le

rapport que cette même personne entretient avec cet événement. Mais j'ai réalisé que mon étude, d'une manière non préméditée ou plus justement, non formulée aussi distinctement, a fourni également des informations sur la FONCTION de cet état dans le Vivre en soi de la personne, en premier lieu, pour apporter un éclairage sur un Vivre avec les autres et dans le monde dans un deuxième temps non chronologique, d'ailleurs. Dès lors que se déposent l'un à côté de l'autre l'état et la fonction, naît un questionnement sur la sensibilité, car elle est au cœur du passage de l'un à l'autre et dans les deux sens.

A la fin de ma recherche, je réalise que cette étude s'est donné un mandat que je n'avais pas pleinement réalisé. Les propos de Damasio me semblent appropriés pour l'expliciter :

> Nombreux sont ceux qui ont tenté de négliger l'émotion dans leur quête pour comprendre le comportement humain. En vain. Le comportement et l'esprit, qu'ils soient conscients ou non, ainsi que le cerveau qui les engendre refusent de livrer leurs secrets lorsque l'émotion et les nombreux phénomènes qui se cachent sous ce nom ne sont pas pris en compte comme il se doit. Toute discussion sur le thème de l'émotion nous ramène au problème de la vie et de la valeur. (2010, p.135)

Le même auteur reconnaît que les processus qui fondent cette émotion, et participent à la configuration de l'affectivité sont grandement affectés par *l'expérience individuelle*. (Ibid. p. 161) La boucle revient à son origine et ramène le chercheur au seul et véritable espace de compréhension que représente l'expérience du Sujet tel qu'il se la raconte lui-même depuis sa manière singulière de la vivre. C'est bien de là que part mon étude. Le sujet Sensible vit une expérience et se la raconte, la raconte au monde à travers sa théorisation et les concepts qu'elle met au monde. Cette recherche pose en creux une question cruciale : Quel(s) concept(s) de l'émotion et de l'affectivité le paradigme du Sensible a-t-il mis au monde pour raconter à l'homme et depuis l'homme ce qui l'affecte, le touche et l'émeut au contact du corps Sensible ? La pertinence scientifique de cette thèse repose sur cette question à laquelle le praticien-chercheur en pédagogie perceptive n'a pas trouvé de réponse franche parce que la question n'avait pas été formulée aussi clairement, directement, frontalement. La prescription henryenne de partir de la vie tapie au coeur de chaque chose, d'en écouter l'émoi dans son épreuve pathique par essence n'invite-t-elle pas le praticien-chercheur du Sensible à reconnaître pour lui-même qu'il est par essence un praticien-chercheur ému, ému par cette vie foisonnante, aimante, tendre et forte à la fois, sécurisante, chaleureuse, bienveillante, etc. ?

Le corps Sensible est un corps sensible émotionnellement, affectivement. Les résultats de cette recherche permettent de m'engager dans ce sens. L'homme ému semble bien déployer des manières d'aimer et de se mettre en colère, des façons d'être triste ou amoureux et des manières d'être jaloux ou admiratif, généreux ou bienveillant, tendre et joyeux ; des façons de se relier à autrui et à entrer en relation, depuis une conscience de soi, une propension à puiser dans son rapport à une totalité vivante depuis une aperception matièrée émouvante. Il a sa manière d'être présent à lui et en lui.

L'homme ému sur le mode du Sensible que cette recherche a mis au monde en tant que proposition de théorisation ancrée d'une dimension émotionnelle et de l'affectivité au contact de la pédagogie perceptive raconte une expérience parmi toutes les autres, mais comme le précise Damasio, depuis un rapport à la vie et des valeurs qui lui sont propres. Valeurs dont Scheler nous montre qu'elles déterminent l'amour ou le mépris, la bienveillance ou la malveillance, la compréhension ou l'exclusion de soi ou de l'autre, la présence du sacré, du divin ou son éloignement, l'humilité ou l'orgueil, l'engagement ou le retrait dans le lien, l'attachement, la fusion ou la distance radicale, et toutes les formes de participations affectives et les conduites qu'elles engendrent. A confondre si ces déterminations sont des états ou des fonctions, la personne, le couple, la famille, une équipe de travail, une communauté, et une société entière passeraient-ils à côté de l'essentiel ? Cette recherche n'a pas les moyens de répondre à cette question, mais la fait naître.

Le praticien-chercheur ému n'a pas encore pleinement pris la mesure de la portée de ces deux dimensions, bien que j'ai pu affirmer qu'elles s'entrelaçaient dans l'expérience du Sensible et chez l'homme ému qui extimise une de ses dimensions. Proposer que l'homme ému soit à l'émouvoir ce que l'homme Sensible est à la sensibilité revient à lier l'état à la fonction et la fonction à l'état. Être ému comme nous le partage Pierre par exemple, permet d'accueillir la puissance de vie en lui, de la reconnaître et d'en faire une complice dont il tombe carrément amoureux. Fonction et état forment une danse dont la chorégraphie met en forme un sujet. La fonction de l'homme ému serait, comme l'a énoncé Thiébaud, d''extimiser' la dimension Sensible qui l'habite, la mettre en relief et la socialiser.

En écrivant cette dernière phrase, je me suis posé une question. Pourrais-je formuler de la même façon: L'homme émotionnel a pour fonction d'extimiser la dimension affectée en lui et qui l'habite, la mettre en relief et la socialiser ? A première vue, la réponse exige une forme d'humilité à la fin d'une thèse et de six années de

recherche, car elle est affirmative et pourrait me faire penser que j'ai perdu mon temps. Or, si la réponse émerge dans cette forme, c'est que cette recherche a réussi son défit. Elle a permis que la première supposition et la question qui la suivent ne sont pas contradictoires et peuvent s'adosser l'une à l'autre, se soutenir l'une à l'autre, plutôt que de s'affronter. La fine pellicule qui les relie est *la sensibilité qui les distingue* et elle forme la peau de l'homme ému sur le mode du Sensible, la peau de son âme.

Les propos de Danis Bois accompagnent un fait d'expérience devenu un de mes faits de connaissances à la fin de mon parcours :

> Le Sensible n'est pas l'Être, il porte en lui une dimension existentielle forte car il permet à l'homme de faire l'expérience de l'entrelacement entre la totalité et la singularité, entre l'indifférencié et le différencié, entre l'animé et l'inanimé […], l'entrelacement de toutes les différences fondamentales et humaines. (2013, p. 27)

Comment exploiter cette sensibilité, la vivre et l'intégrer ? Certaines pistes sont données dans cette recherche. Mais l'essentiel est à l'état d'une promesse. C'est ce que je souhaitais décrire dans mon projet initial avec un groupe-contrôle de personnes expertes dans un domaine différent que celui de la pédagogie perceptive pour comprendre l'impact de la dimension émotionnelle et de l'affectivité sur le mode du Sensible. A l'arrivée de mon parcours, j'ai la conviction de posséder les éléments pertinents pour mener cette enquête avec une nouvelle casquette, celle d'un praticien-chercheur de l'émouvoir plus aguerri. Je le découvre en écrivant, je portais comme une intuition et un conflit interne depuis près de vingt- cinq ans, ce qui se donne comme le dénouement de ma recherche et me dénouant à moi-même dans une véritable auto-résolution. Je récolte les fruits d'un parcours de recherche porté dans mon esprit, dans mon cœur, dans ma chair ; je l'ai acté au quotidien, à la première personne. C'est elle qui se retrouve la première bénéficiaire de cette approche qualitative.

2.7 Une valeur ajoutée à la spirale processuelle du Sensible

A l'issue de cette recherche, la prise en compte de vécus de nature émotionnelle et de l'affectivité courantes accompagnants les tonalités du Sensible, et les vécus propres à l'émotion du Sensible et à la phase émue telle qu'elles ont été présentées dans cette recherche apporte une valeur ajoutée au modèle de la spirale processuelle du Sensible. Cet ensemble peur être dénommé, « prises de conscience de dimensions

affectivo-émotionnelles et du fond ému ». Ils contribuent à la construction de sentiment d'existence, participe ou stimule la présence à soi.

Présence de la dimension émotionnelle et de l'affectivité dans la spirale processuelle du Sensible
(à partir du modèle de Bois (2007))

2.8 Une valeur ajoutée au modèle de la modifiabilité perceptivo-cognitive et comportementale

Les différentes données empiriques mises à disposition dans cette recherche et les éléments conceptuels explorés mettent en perspective une participation de la dimension émotionnelle et de l'affectivité par la vitalité affective animant certaines des sept étapes conceptualisées dans ce modèle. Les quatre récits phénoménologiques montrent la

participation d'un fond ému et certaines émotions plus courantes à chacune des étapes classées dans le modèle figuré ci-dessous. La présence d'une vitalité affective éveille la vigilance, stimule la résonance au sein de chacune des étapes concernées par cette modifiabilité perceptivo- affectivo-cognitive. Cette vitalité est à la fois un état vécu et une fonction de régulation ou de stimulation lors des différentes étapes amenant au un changement de comportement. Selon mon expérience et celle des personnes accompagnées, il ne fait aucun doute que l'homme ému peut être présent à chacune des étapes en question. Il y a une valeur ajoutée à ce modèle en prenant en compte l'émouvoir comme un des supports de la sensibilité à l'œuvre à chacune des étapes dont il est question ici. Les processus de changement ou de réorganisation des conduites de soi et du vivre avec peuvent difficilement se produire sans une forme d'émotionnalité comme l'a suggéré Damasio que j'ai cité plus haut. Et plus en amont et subjectivement, le cœur dans sa version « Lieb » est toujours un chef d'orchestre à l'œuvre dans nos vies.

Participation de la dimension émotionelle et de l'affectivité au sein de la modifiabilité perceptivo-cognitive et comportementale
(À partir de Bois)

2.9 L'arbre de l'affectivité sur le mode du Sensible

A l'issue de l'ensemble de mon parcours exploratoire et du mouvement de compréhension de mon objet de recherche qu'il a permis se donne une dernière résonance graphique, le lecteur peut apprécier *l'arbre de l'affectivité sur le mode du Sensible* ci-dessous. Par une métaphore visuelle l'arbre donne à voir et à comprendre de façon synthétique les racines de cette affectivité et de la dimension émotionnelle qu'elle contient, en distingue l'originalité emblématique par son médaillon blanc - tel que

chacun des autres arbres émergeant de mon parcours phénoménologique en porte un ; il décline, par son branchage, différentes catégories phénoménologiques telles que les données théoriques et l’ensemble des vécus phénoménologiques présents dans ma recherche se redonnent à ma conscience en fin de parcours.

Cette mise en forme est aussi une voie de conceptualisation et de théorisation de mon objet de recherche. Elle constitue par conséquent un de ses résultats ; un résultat que j’accueille comme une formidable ouverture. Car elle rend compte d’une évolution de la représentation et des vécus de la dimension émotionnelle et de l’affectivité en générale et de celle sur le mode du Sensible. Cet arbre est en croissance continue, son feuillage s’est éclairci et a laissé voir de nouvelles pousses, …De nouvelles promesses de savoir-être, de savoir-faire et de savoir-faire-être pour soi et en relation !

Un *horizon de sens* a émergé et pour le praticien-chercheur ému advenu à la fin de cette thèse, il est aussi *une oraison de l’émouvoir comme un des supports de la sensibilité au sein des pratiques du Sensible. L’homme ému sur ce mode embellit en quelque sorte la pédagogie perceptive car il ‘extimise’ un de ses traits anthropologiquement fondamental ; et rend compte d’une valeur ajoutée au Vivre avec et au un Vivre ensemble depuis une humanité humanisante (Honoré).*

Emergence de l'arbre de l'affectivité sur le mode du Sensible
L'horizon et l'oraison de l'émouvoir sur le mode du Sensible

3. RETOUR SUR MES OBJECTIFS DE RECHERCHE

Je me suis lancé dans cette étude avec quatre objectifs précis. A l'arrivée, il m'est possible de revenir sur eux pour évaluer si mon parcours a permis d'y répondre et si c'est le cas, de quels façons que je n'avais pas forcément envisagées. Depuis ce regard rétrospectif, m'est-il possible de déceler des éléments manquants ou au contraire d'autres, inattendus apportant une valeur ajoutée à l'ambition initiale de ma recherche ? C'est ce que je présente maintenant.

Le premier objectif de ma démarche était de *dégager* de nouveaux compréhensifs à propos du champ théorique de l'émotion et du champ de l'affectivité**.** A l'issue de cette recherche, je constate une accumulation de repères théoriques considérable. A l'évidence ce premier objectif est atteint et dépassé. Je n'avais pas envisagé une telle abondance. Cette dernière intègre des références précieuses d'ordre phénoménologiques, dont les données conceptuelles sur l'expérience. Bien que le thème de l'expérience revienne de façon récurrente dans mes interventions et mes accompagnements - puisque la pratique de la pédagogie perceptive comme celle de la psychosociologie accompagnent une personne et un groupe ou une organisation à travailler sur leurs vécus expérientiels, l'apport conceptuel sur cette question a été un inattendu dans le développement de ma réflexion théorique. Il rejoint tous les autres pour constituer une banque de données disponibles pour les cours que je suis amené à donner dans le cadre de formations universitaires ou professionnalisantes, dans mes interventions auprès d'organisations et d'associations, lors de conférences dans des colloques de recherche. Cette thèse pourra équiper les praticiens et les chercheurs en pédagogie perceptive et les collègues formateurs et intervenants de l'UQAR de supports variés pour leur propre usage en les adaptant à leurs projets. Par ailleurs, les corpus théoriques présentés dans cette recherche peuvent simplement informer ou parfaire des connaissances sur la dimension émotionnelle et l'affectivité. Ces données accompagnent également mes accompagnements individuels comme le montre le cas de Serge placé en annexe de ce manuscrit. Parmi eux, les données de recherche puisées dans le paradigme du Sensible dans ma quatrième partie constituent la mise en évidence de connaissances 'éparses' disponibles sur le thème de l'affectivité et de la dimension émotionnelle, mais elles ne sont ni rassemblées ni systématisées sous la forme proposée ici. Ce fait présente en soi un apport pour le paradigme du Sensible.

J'ajoute que la banque de résonances graphique constituée dans cette thèse forme à mes yeux une voie d'accès et de synthétisation de connaissances parfois ardues à intégrer. Cette forme de transmission de connaissance est une voie de facilitation précieuse et originale.

Caractériser la dimension émotionnelle et affective de l'expérience du Sensible constituait le deuxième objectif de ma recherche. La mise en perspective dialogique avec les différents corpus théoriques est venue consolidée les données disponibles en psychopédagogie perceptive sur la dimension qui m'intéressait. A plusieurs égards, de nouvelles données théoriques ont permis d'ajouter, d'affiner les caractéristiques de cette dimension au sein de l'expérience du Sensible. A mon point de vue, la puissance empirique de la mise en dialogue de l'homme ému offre une valeur ajoutée à ce deuxième objectif car l'objet a été questionné au cœur de l'expérience vécu du sujet, bien que les données soient des résonances au contact d'entretiens ayant fait l'objet d'un traitement exploratoire à travers les quatre récits phénoménologiques. L'investissement du praticien-chercheur ému et la description de ses vécus phénoménologiques tout au long de la thèse a permis également de caractériser la dimension émotionnelle et le champ d'affectivité sur le mode du Sensible. Ce phénomène s'est révélé dans la conclusion générale.

Troisièmement, je souhaitais *rendre compte* de la valeur donnée aux dimensions émotionnelles et à l'affectivité dans l'expérience du Sensible. Que cela se fasse par le biais du corpus théorique ancré sur le terrain, à travers l'ensemble des dix-neuf entretiens de recherches effectués (bien qu'ils n'aient pas été traités, ils ont eu lieu, ont influencé le cours de cette recherche et le chercheur), mon propre parcours doctoral comme le processus effectué et restitué chemin faisant de l'écriture du manuscrit, le lecteur a eu accès à l'importance des dimensions émotionnelles et de l'affectivité dans les deux régimes d'activité – hors du mode du Sensible et sur le mode du Sensible. Ma recherche confirme la valeur accordée à cette dimension anthropologique importante, en mettant l'emphase sur un régime de l'activité affective peu ou pas décrit dans le champ des sciences humaines telles qu'il m'a été donné de les connaître. La présence de l'homme ému sur le mode du Sensible dans sa forme empirique – le praticien-chercheur ému et les hommes et femmes émus présents et interrogés pour cette recherche fait état d'un intérêt fort pour l'émotion et l'affectivité en pédagogie perceptive. La valeur accordée à l'homme ému est une évidence tissant la trame de cette recherche.

Enfin, le dernier objectif de cette thèse pointait une meilleure compréhension des effets de la prise en compte des dimensions émotionnelles et affectives en pédagogie perceptive et plus largement sur le Vivre pour soi et le Vivre ensemble. Ce dernier objectif est présenté en quelque sorte comme 'la cerise sur le gâteau'. En effet, il m'est apparu au deux tiers de mon travail que je n'aurais pas le temps suffisant pour traiter cet objectif, compte tenus d'un nouveau délai imposé de remise de mon manuscrit. A l'issue de ma recherche, je décèle cependant plusieurs éléments réjouissants. Le premier qui émerge est simple, c'est la joie de vivre liée à ma recherche et présente sur l'ensemble de mon parcours ; lié à l'accordage sans faille entre le travail de recherche et le désir, le maintien de la motivation, le sens de la mise à l'épreuve constamment mis à la fois au service de la recherche dans une conversion affective en direction du chercheur lui-même. Le sentiment d'étonnement et d'émerveillement a été exponentiel au fur et à mesure de mon parcours. Plus que cela, la manière de m'impliquer et le ton de la résonance ressenti ont suivi une courbe en développement continu. Ainsi, *le mode d'implication initié par le corps Sensible et l'émouvoir comme un support de la sensibilité et de l'investissement du chercheur ont permis une mise en sens soignante et formatrice dans les moments difficiles de ce parcours, ont donné une valeur ajoutée à tous les autres, comme ils ont été la voie d'accès et d'émergence de véritables révélations à portée personnelle, scientifique et pédagogique.* Cela montre qu'il est possible et pertinent d'entrer de plein pied dans le terrain où se trouve l'objet de recherche, surtout lorsqu'il constitue une dimension intra personnelle insigne comme celle de l'émotion et de l'affectivité.

Le deuxième résultat et point de satisfaction très lié au premier est le fait que cette recherche se soit déroulé telle que je la restitue. En anticipant sur les perspectives de cette étude, j'ai à l'esprit de mener une recherche sur l'implication du praticien-chercheur ému afin d'expliciter les conduites et leur valeur ajoutée dans le processus de recherche.

Puis, les extraits de verbatim et les récits phénoménologiques ont donné une valeur ajoutée au modèle de la modifiabilité perceptivo-cognitive et comportementale et celui de la spirale processuelle du Sensible. La valeur ajoutée telle que je l'ai proposée montre bien de quelle manière la prise en compte de ces dimensions altèrent chacune des étapes du modèle de la modifiabilité perceptivo-cognitive et comportementale et a enrichi le modèle de la spirale processuelle du Sensible.

Cette thèse est produite depuis un investissement à la première personne sans interruption du début jusqu’à ses dernières lignes en ce qui concerne l’étude manuscrite et elle le sera également lors de sa soutenance. Comme le nomment à leur façon Moustakas, Craig, Anderson ou Paillé, le lecteur aura constaté que ma recherche, en accordant à ma dimension émotionnelle et à mon affectivité un statut particulier, est une recherche ancrée sur le terrain où se joue la partition réelle - et non supposée ou philosophiquement questionnée – permettant d’entendre la musicalité accordé à l’objet de recherche visé. Le chercheur est partie prenante d’un tout entrelacé et constitue une partie du matériel avec lequel il produit sa recherche. *En congruence avec un des résultats de ma recherche, l’état et la fonction de l’homme ému ont ensemble fait naître ce qui est advenu.*

N’ayant plus eu d’attente sur ce quatrième objectif, tout ce qui vient d’être révélé peut être considéré comme un plus et une matière à explorer car pratiquement et expérientiellement le processus de la production de cette recherche, les personnes rencontrées, les étapes traversées et pour finir les résultats obtenus mériteront un nouvel investissement dans un avenir proche.

4. DE QUELQUES LIMITES DE MA RECHERCHE

Toute recherche comporte ses limites. Un regard en surplomb me permet de repérer quatre limites à cette recherche. Je n’ai pas pu apporter la description complète grâce à la mise en contraste des entretiens entre eux, c'est-à-dire entre les personnes qui sont ‘hors’ du champ du Sensible mais expertes dans leur domaine respectif et les experts en psychopédagogie perceptive. En effet, en raison des délais imposés par les instances universitaires et en lien avec l’arrêt de ma production écrite et de lecture du à ma paralysie faciale, il m’a été impossible d’exploiter comme je l’avais prévu les verbatims issues des dix-sept entretiens effectués et retranscris issus des personnes avec lesquelles je me suis entretenues.

La deuxième limite objective que je peux voir apparaître se situe dans le fait que je n’aborde pas les effets de la dimension émotionnelle et de l’affectivité pour les raisons évoquées précédemment. Je ne peux pas décliner ces effets ailleurs que sur ma propre personne.

Pour les raisons et les événements cités plus haut une fois encore, l'accélération du processus d'écriture qui m'a été demandé pour la finalisation de la thèse a eu aussi pour conséquence de me trouver devant l'obligation de revisiter ma question de recherche et donc que cette dernière a bougé au cours de ce processus d'exploration. En jouant la carte de l'authenticité, je peux dire que la formulation sur laquelle finalement j'ai aboutie ne s'est imposée qu'au deux tiers de la thèse et ce, de façon confortable en faisant véritablement sens pour moi. C'est un paradoxe à vivre, mais il est plus véritable de partager que c'est moins ma question de recherche qui a guidé ma recherche que ma recherche qui a guidé la formulation de ma question de recherche. En effet, c'est bien le processus de mon exploration qui me l'a révélée car à plusieurs reprises je suis revenu sur elle, la travaillant. Ce fait n'enlève en rien l'exigence de formuler une question en début de thèse, ce qui a été produit, ni le fait que ce mouvement initial ait été extrêmement stimulant pour la suite de mon travail.

5. PERSPECTIVES

Elles ont été données au fur et à mesure au détour de certains temps fort de ma thèse (chapitre méthodologique, regard rétrospectif et prospectif dans cette dernière section). La mise à profit des entretiens reste présente comme une priorité dans un futur proche. La perspective d'entreprendre un travail de recherche qualitative à la première personne dans le cadre d'une maîtrise en étude des pratiques psychosociales à l'UQAR à partir des données autobiographiques de mon processus doctoral et de production de cette thèse m'apparaît comme un projet très stimulant et pertinent dans le cadre des recherches telles qu'elles sont menées dans cette maîtrise.

Je souhaite reprendre de ma thèse l'ensemble des résonances graphiques pour en faire un recueil visuel et didactique et la base pour une publication future.

De manière générale je dirai que cette thèse ouvre une variété de possibles en termes d'exploitation pédagogique pour des interventions à venir, en termes de sujets de conférences dans des colloques en sciences humaines et sociales et lors d'interventions ciblées sur la dimension émotionnelle et de l'affectivité courante et sur le mode du Sensible dans des cadres divers (associations de praticiens, associations diverses d'aide, milieu organisationnel, etc.)

BIBLIOGRAPHIE

Alexandre, C. (1886). *Dictionnaire grec-français- 22e éd.* Paris: Hachette.

Alquié, F. (1961). *L'expérience.* Paris : PUF.

Alquié, F. (1979). *La conscience affective.* Paris : Vrin.

Amar, I. (2005). *L'effort et la Grâce.* Paris: Albin Michel.

Anderson, R. (2006). *Intuitive Inquiry: The Ways of the Heart in Research and Scholarship.* Consulté le août 15, 2015, sur Wellknowing Consulting Services: www.wellknowingconsulting.org/publications/articles.html

Anderson, R. (2011). *Intuitive Inquiry* In *Five Ways of Doing Qualitative Analysis: Phenomenological Psychology, Grounded Theory, Discourse Analysis, Narrative Research, and Intuitive Inquiry.* Wertz, F., Charmaz, K., McMullen, L., Josselson, R., Anderson, R., McSpadden, E. (2011).The Guilford Press.

André, C. (2009). *Les états d'âme* . Paris: Odile Jacob.

André, C. (2009). *Les états d'âme. Un apprentissage de la sérénité.* Paris: Odile Jacob.

Angibaut, A., Duprat, E., & Bois, D. (2013). *La voie du corps sensible dans le traitement du mal être. Réciprocité N° 8. pp 26-35.*

ANTIER, J.-J. (2010). *C.G. Jung ou l'expérience du divin.* Paris : Presses de la Renaissance.

Assagoli, R. (1997). *Psychosynthèse. Principes et techniques.* Declée de Brouwer.

Auchlin, A. (2000). *Grain fin et rendu émotionnel subtil ds l'observation des interactions : sur le caractère "trans-épistémique" des attributions d'émotions IN Les émotions dnas les interactions. Plantin, C;Doury, M; Traverso, V. (pp 195-204).* Lyon: PUL.

Austry, D. (2007). Le touchant touché − Exploration phénoménologique du toucher thérapeutique in Communication au colloque : Phénoménologie(s) de l'expérience corporelle. Clermont-Ferrand,.

Bachoud-Lévi, A.-C., & Degos, J.-D. (2004). *Désignation et rapport à autrui in L'Empathie, Berthoz, A. & Jorland, G..* Paris: O. Jacob, *pp. 89-11.*

Barbaras, R. (2013). *Dynamique de la manifestation.* Paris: Vrin.

Barberousse, A. (1999). *L'expérience.* Paris: Flamarion.

Barbier, J.-M., & Galatanu, O. (1998). *Action, affects et transformation de soi.* Paris: Puf.

Barbier René (1997). L'approche transversale : une écoute sensible en éducation In L'aventure psychosociologique, (s/dir Nicole Aubert, Vincent de Gaulejac, Klimis Navridis) (Descléé de Brouwer.

Barbier, R. (1998). *Une philosophie de la formation des adultes en France.* Paris: Editions universitaires.

Barbier, R. (2009). *L'écoute sensible du corps profond*. In *Sujet sensible et renouvellement du moi. Les apports de la fasciathérapie et de la somato-psychopédagogie - Bois, D., Josso, M.C., Humpich, M..* Ivry-sur-Seine: Point d'appui, pp.11-16.

Barbier, R. (2015). *L'éthique éducative, l'écoute sensible et le "vivre ensemble" au XXI ème siècle. In Identité, Altérité, Réciprocité. Pour une approche sensorielle de la formation, du soin et de l'accompagnement.* Austry, D.;Berger, E.; Grenier K.; Léger, D. (dir.). Tome 2,. Ivry-sur-Seine: Point d'appui, pp 151, 181.

Basset, L. (2010). *Aimer sans dévorer*. Paris: Albin Michel.

Basset, L. (2013). *Le mystère de l'affectivité.* Montréal: Novalis.

Bataille, G. (1979). *L'expérience intérieure.* Paris: Gallimard.
Bauman, Z. (2013). *La vie Liquide.* Pluriel.
Beauregard, M. (2013). *Les pouvoirs de la conscience.* Paris: InterEditions.
Beauregard, M. (2015). *Du cerveau à Dieu.* Québec: Trédaniel Québec.
Becker, H. S. (2011). *Ecrire en sciences sociales - Comencer et terminer son article, sa thèse ou son livre.* Paris: Economica.
Bédart, J. (2008). *Le pouvoir et la vie, REpenser les enjeux de notre temps.* Québec: Fides.
Bégout, B. (1999). *L'ambivalence du sentiment – Maine de Biran et la double manière de sentir l'existence.* In *Emotion et affectivité,* Alter, N° 7, pp 31- 65.
Berger, E. (2005). *Le Sensible : Quelle place dans la recherche en formation ?* Revue internationnale, Université Paris 8 . Pratiques de formation/analyses. N° 50 " Corps et formation", pp.51-64.
Berger, E. (2006). *La somato-psychopégdagogie ou comment se former à l'intelligence du corps.* Ivry-sur -Seine: Point d'appui.
Berger, E., Bois, D. (2008). *Expérience du corps sensible et création de sens. La clinique du sport et ses pratiques, Abadie S. (dir.).* Presses Universitaires de Nancy.
Berger, E. (2009). *Praticien-chercheur du Sensible : vers une redéfinition de la posture d'implication In Sujet sensible et renouvellement du moi - Les apports de la fasciathérapie et de la somato-psychopédagogie. Bois, D., Josso, M.C., Humpich, M..* Paris: Point d'appui.pp.167-192.
Berger, E. (2009a). *Rapport au corps et création de sens en formation d'adultes : Étude à partir du modèle de la somato-psychopédagogie.* Thèse de doctorat, sous la direction de Jean Louis Le Grand. Saint Denis : Université Paris 8..
Berger, E., & Paillé, P. (2010). *Ecriture impliquée, écriture su Sensible, écriture analytique - De l'im-plication à l'ex-plication IN Recherhes qualitatives - Hors série N° 11. pp 70-92.* UQTR.
Berger, E., & Austry, D. (2013). *DU SINGULIER A L'UNIVERSEL in Recherches qualitatives - Hors séries - numéro 15 - pp 78-95. Association pour la recherche qualitative.*
Berger, E., Anne, L., & Austry, D. (2013, Novembre). Faire de la recherche avec et depuis son corps Sensible : dix ans de recherches en psychopédagogie pédagogie perceptive. *Réciprocités n°8*, pp. 19-20.
Berger, E., Austry, D., & Lieutaud, A. (2013). Faire de la recherche avec et depuis son corps Sensible : dix ans de recherches en psychopédagogie perceptive. *Revue en ligne Réciprocité* , pp. 7-25.
Berger, E., Austry, D., & Lieutaud, A. (2014). *Le corps du savant dans la recherche scientifique: approches épistémologiques. L.* Lyon: ENS Éditions (Collection sociétés-espaces-temps).
Berger, E. (2014). *Méthode en première personne et rapport au corps : pour une pratique corporéisée de la description phénoménologique*. In Depraz N. (éd.), Première, deuxième, troisième personne. ZetaBooks.
Bergson, H. (1938). *La pensée et le mouvant.* Paris: PUF.
Berlet, J. (2005). *Au-delà du désespoir.* Paris: L'Harmattan.
Berthoz, A. (2003). *La décision.* Paris: Odile, Jacob.
Berthoz, A., & Jordan, G. (2004). *L'empathie.* Paris: Odile Jacob.
Bertrand, P. (2000). *Eloge de la fragilité.* Québec: Liber.
Billeter, J.-F. (2010). *Leçons sur Tchouang-Tseu.* Paris: Allia.
Billeter, J.-F. (2012). *Un paradigme.* Paris: Allia.

Biran de Maine, P. (1993). *Correspondances philosophiques.* Paris: Vrin.

Bloch, O., & Wartburg, V. (1986). *Dictionnaire étymologique de la langue française. 7ème éd.* Paris : Puf.

Blondel, J.-F. (1998). *"Emotions et attenion" in Attention, vigilance, émotions.* Paris : L'Harmttan.

Bobin, C. (1999). *La plus que vive.* Paris: Gallimard.

Bois, D. (1989). *La vie entre les mains* . Paris: Guy Trédaniel.

Bois, D. (2001). *Le sensible et le mouvement.* Paris: Point d'Appui.

Bois, D. (2002). *Un effort pour être heureux.* Paris: Point d'appui.

Bois, D. (2005). Corps sensible et transformation des représentations : propositions pour un modèle perceptivo-cognitif de la formation. Tesina en didactique et organisation des institutions éducatives. Université de Séville.

Bois, D. (2006). *Le moi renouvelé - Introduction à la somato-psychopédagogie.* Ivry-sur -Seine : Point d'appui.

Bois, D., Humpich, M. (2006). *Pour une approche de la dimension somato-sensible en recherche qualitative.* Revue électronique Recherches qualitatives, hors série n° 3, pp. 461-489.

Bois, D. (2007). *Le corps sensible et le changement de représentation chez l'adulte - Vers un accompagnement perceptivo-cognitif à médiation du corps sensible.* Bois, D. Thèse de doctorat européen, sous la direction d'Antonio Morales et d'Isabel Lopes Gorriz. Séville : Université de Séville, département didactique et organisation des institutions éducatives.

Bois, D. (2008). De la fasciathérapie à la somatopsychopédagogie - Analyse biographique du processus d'émergence de nouvelles disciplines. *Revue Réciproctié N° 2*, pp. 1- 13.

Bois, D. (2009). *De la fasciathérapie à la somato-psychopédagogie in Sujet sensible et renouvellement du moi* (Bois, D; Josso, M.C.,; Humpich, M.) *Les apports de la fasciathérapie et de la somato-psychopédagogie.* Ivry-sur-Seine: Point d'appui, pp.47-72.

Bois, D. (2009). L'advenir, à la croisée des temporalités. *Revue Réciprocité N°1*, pp. 1-10.

Bois, D. (2009b). *Relation au corps sensible et potentialité de l'être humain in Bois, Humpich. Vers l'accomplissement de l'être humain.* Ivry-sur-Seine: Point d'appui.

Bois, D. (2013). *L'Homme, Autrui de Lui-Même in Identité, Altérité et réciprocité - Articulation au coeur des actions d'accompagnement et de formation.*Québec: Ibuntu, *pp.25-31.*

Bois, D. (2014). Fragments de réflexions sur l'émergence de la psychopédagogie de la perception et du sensible. In Site personnel de Danis Bois, http://danis-bois.fr/?p=1480

Bois, D. (2015). *Perspectives In Identité, Altérité, Réciprocité - Pour une approche sensible de la formation, du soin et de l'accompagnement. Tome 2 pp 407- 426.* Ivry-sur-Seine: Point d'appui.

Bois, D., & Austry, D. (2007). *Vers l'émergence du paradigme du Sensible. Réciprocité N° 1, pp. 6-22.*

Bois, D., & Berger, E. (2013). *Du Sensible au sens : un chemin d'autonomisation du sujet connaissant. Site personnel de Danis Bois* : http://danis-bois.fr/?p=1349

Bois, D. (2013). *L'homme autrui de lui-même.* In Bois, D., Gauthier, J., Humpich, M., & Rugira, J. (2013). *Identité, altérité, réciprocité.* Québec: Ibuntu, pp. 25-32.

Boquet, D. (2003). *Le concept de communauté émotionnelle selon B.H. Rosenwein*, Bulletin du centre d'études médiévales d'Auxerre. *BUCEMA, Hors série N°5.*

Bordeleau, E. (2004). *Que taire ? De l'expression de soi à la contenance performative - Une approche sino-herméneutique de la formation du sujet éthique.* Maîtrise en étude des pratiques sociales - Université du Québec à Rimouski. Rimouski.

Boulanger, C., & Lançon, C. (2006). *L'empathie: réflexions sur un concept* In Annales médico-psychologiques N° 164. Marseille, France.

Bourdieu, P. (2003). *L'objectivation participante,* Actes de la Recherche en Sciences Sociales, n° 150, pp. 43-58.

Bourhis, H. (2012). *Toucher manuel de relation sur le mode du Sensible et intelligence sensorielle - Recherche qualitative auprès d'une population de somato-psychopédagogues*. Thèse de doctorat en sciences de l'éducation, Université Paris VIII.

Breuvart, J.-M. (2007). *Les émotions, pour quoi faire ? in Que cachent nos émotions ?* (Breuvart, J.M., dir.) Paris: L'Harmattan, pp.17-32.

Bridge, W. (2006). *Transitions de vie. Comment s'adapter aux tournants de notre existence.* Paris: InterEditions.

Cabestan, P. (1999). *Qu'est-ce que s'émouvoir ? in Emotion et affectivité, Revue Alter, N° 7, pp.91-120.*

Canguilhem, G. (1996). *Le normal et le pathologique.* Paris: PUF.

Cefaï, D. (2003). *Postface. L'enquête de terrain en sciences sociales. In D. Céfaï (dir), L'enquête de terrain.* Paris: La découverte, pp. 265-615.

Cefaï, D. (2006). *Une perspective pragmatiste sur l'enquête de terrain. In P. Paillé (dir.), La méthodologie qualitative : Postures de recherche et travail de terrain.* Paris: Armand Collin, *pp. 33-62*

Cencig, D. (2015). *La dimension soignante et formatrice en pédagogie perceptive Le point de vue des personnes accompagnées en pédagogie perceptive. T*hèse de doctorat en sciences sociales, Université Fernando Pessoa. Porto.

Chévrier, J. (1997). *La spécification de la problématique dans Benoît Gauthier (Dir) Recherche sociale 3e édition.* Montréal: PUQ, *pp 51-81.*

Closier, J. (2006). *Psychologie des émotions et des sentiments.*Paris: Retz.

Compte-Sponville, A. (2013). *Dictionnaire phylosophique.* Paris: PUF.

Comte-Sponville, A. (2006). *L'esprit de l'athéisme - Introduction à une spiritualité sans dieu.* Paris: Albin Michel.

Cottraux, J. (2007). *Thérapie cognitive et émotions - La troisième vague.* Issy-les-moulineaux: Masson.

Courraud, C. (2001). *Attetnion et performance.* Paris: Point d'Appui.

Courraud, C. (2009). *L'entretien tissulaire.* In *Sujet sensible et renouvellement du moi - Les apports de la Fasciathérapie et de la somato-psychopédagogie. Bois, D. Josso, M.C., Humpich, M.*. Ivry-sur-Seine: Point d'Appui, pp. 193-220..

Courraud-Bourhis, H. (2005). *Biomécanique sensorielle et biorythmie.* Paris: Point d'appui.

Craig, E. (1978). *La méthode heuristique : une approche de la recherche en sciences humaines.* Traduction du chapitre 2 consacrée à la méthodologie, *"The heart of the teacher, a heuristic study of the inner world of teaching". Boston University Graduate School of Education.* traduit par Ali. Haramein (1988).

Csiksenthmihalyi, M. (2004). *Vivre - La psychologie du bonheur.* Paris: Robert Laffont.

Csikszentmihalyi, M. (2009). *La créativité.* Paris: Pocket.

Cusson, A. (2010). *Les difficultés en formation de somato-psychopédagogue. Etude des dynamiques à l'oeuvre chez des adultes en processus de professionnalisation.* Mestrado en Psychopédagogie perceptive.Université Fernando Pessoa, Porto.

Dalaï-Lama. (2008). *La voie des émotions- Entretien acec Paul Ekman* . France: City.

Damasio, A. (1995). *L'Erreur de Descarte.* Paris: Odile Jacob.

Damasio, A. (1995). *L'Erreur de Descartes, la raison des émotions.* Paris: Odile Jacob.

Damasio, A. (1999). *Le sentiment même d'être soi.* Paris: Odile Jacob.

Damasio, A. (2005). *Spinoza avait raison, Joie et tristesse, le cerveau des émotions.* Paris: Odile Jacob.

Damasio, A. (2010). *L'autre moi-même- Les nouvelles cartes du cerceau, de la conscience et des émotions.* Paris: Odile !jacob.

D'Ansembourg, T. (2014). *Du JE au NOUS - L'intériorité citoyenne : le meilleur de soi au service de tous.* Montréal: Les éditions de L'HOMME.

Dauliac, C. (1998). *Expression et onto anthropologie chez Merleau-Pontr.* In *M. Merleau-Ponty,* Notes de cours sur l'origine de la géométrie chez Husserl. Suivi de Recherches, pp. 305-330.

De Bonis, M. (1996). *Connaître les émotions humaines.* Bruxelles: Mardaga.

De Coubertin, P. (1922). *La pédagogie du sport.* Vrin.

De Lavergne, C. (2007). *La posture du praticien-chercheur ; un analyseur de l'évolutivité de la recherche qualitative.* Recherches Qualitatives, Hors série (3), pp.28-43.

De Nardi, M. (2012). La relation materno-foetale mise à l'oeuvre dans la Gymnastique Sensorielle Périnatale. Mémoire de Mestrado en Psychopédagogie perceptive.Université Fernando Pessoa, Porto.

Deauvois, N. (1983). *Le traitment du Mythe chez Ronsard. Un exemple, Narcisse in Bulletin d'assoiciation sur l'humanisme, la réforme et la rennaissance.* N° 6, pp 41-51.

Decety, J. (2004). *Empathie- Histoire d'un concept.* In *L'Empathie.* Berthoz, A & Jorland, G. Paris: Odile Jacob, pp 19-89.

Delory-Momberger, C. (2003). *Biographie et éducation : figures de l'individu-projet.* Paris: Anthropos, Coll. "éducation".

Depraz, N. (1999). *Délimitation de l'émotion - Approche d'une phénoménologie du cœur. In Emotion et affectivité* Paris: Alter, *pp 121-148.*

Depraz, N, Varela, F. , Vermerch, P. (2003). On becoming Aware : A pragmatics of Expériencing. John Benjamins

Depraz, N. (2004). *Empathie et compassion - Analyse phénoménologique et enseignement boudhistes.* In *L'Empathie.* Berthoz, A. & Jorland, G.. Paris: O. Jacob, pp. 183-199.

Depraz, N. (2006). *Comprendre la phénoménologie : Pour une pratque concrète.* Paris: Armand Colin.

Depraz, N. (2011). *Les enjeux philosophiques.* In *A l'épreuve de l'expérience, Depraz N. : Varela F. & Vermersch P.* Buccarest: Zetta Boocks.

Depraz, N. (2014). *Attention et vigilance - A la croisée de la phénoménologie et des sciences cognitives.* Paris: PUF.

Depraz, N., Varela, F., & Vermersch, P. (2011). *A l'épreuve de l'expérience - Pour une pratique phénoménologique.* Buccarest: Seeta bbocks.

Descamps, M.-A. (1989). *Le langage du corps et la communication corporelle.* Paris: PUF.

Descartes, R. (1990). *Les passions de l'âme.* Paris: Classiques de la philosophie.

Despret, V. (1999). *Ces émotions qui nous fabriquent - Ethnopsychologie de l'authenticité.* Le plessis-Robinson: Les empêcheurs de tourner en rond.

Dewey, J. (2005). *Oeuvres philosophiques, L'art comme expérience.* Pau: Editions Fagarro.

Dewey, J. (2011). *Démocratie et Education - Expérience et Education.* Paris: Armand Collin.

Dorze, L. (2001). *De l'héritage psychique.* Paris: L'Harmathan.

Dousson, L. (2006). *Merleau-Ponty - L'oeil et l'esprit.* Paris: Follio plus, Philosophie.

Dufrenne. (1963). *Le poétique.* Vendôme: PUF.

Dumez, H. (2007). *Un contre-modèle de l'action:l'expérience selon Dewey. Aegis - Le libellio*, pp. 18-24.

Dumouchel, P. (1999). *Essai sur le corps et le social.* Le Plessis-Robinson: Les empecheurs de tourner en rond.

Dupuis, P.-A. (2015). *Résonances In Identité, Altérité, Réciprocité - Pour une approche sensible de la formation, du soin et de l'accompagnement. Tome 2 pp 395, 405.* Ivry-sur-Seine: Point d'appui.

Ehn, B., & Orvar, L. (2008). *La vie des émotions dans le monde universitaire. Ethnologie française (Vol. 38), pp 283- 292.*

Ekman. (2010). *Je sais que vous mentez.* Paris: Michel Lafon.

Elias, N. (1973). *La civilisation des moeurs. 3ème édition.* Paris: Calman Lévy.

Esbjörn, V. C. (2003). *Spirited Flesh: An Intuitive Inquiry Exploring the Body in Contemporary Female Mystics.* Institute of Transpersonal Psychology. Palo Alto: UM

Escoubas, E. (2008). *Heidegger : Topologies de la Stimmung.* In *Affect et affectivité dans la philosophie moderne et la phénoménologie;* (Escoubas, E., & Tengelyi, L., dir.) Paris: L'Harmattan, pp. 267-291.

Escoubas, E., & Tengelyi, L. (2008). *Affect et affectivité dans la philosophie moderne et la phénoménologie.* Paris: L'Harmattan.

Favret, S. (2005). *Weber, les émotions et la religion. Terain [en ligne] - 22 mars 1994, mis en ligne le 22 avril 2005. consulté le 28 août 2014.*

Florenson, M.-H. (2011). *L'émergence du Sujet Sensible* . Ivry-sur-Seine: Point d'Appui.

Forthomme, B. (2007). *La facticité et la logique des émotions.* In *Que cahcent nos émotions ?*Paris: L'Harmathan, pp. 191-224.

Foucault, M. (2001). *L'herméneutique du sujet - Cours au collège de France 1981-1982.* Paris: Gallimard Seuil -Coll. Hautes études.

Frère, B. (2007). *Max Scheler et la phénoménologie française. Cairn.info - Revue philosophique de la France et de l'étranger*, pp. 177-199.

Frijda, N. (1986). *The émotion.* Cambridge: Cambridge University Press.

Frogneux, N. (2010). *Affectivité, résistance et unification de l'existence.* Gély R. & Van Eynde L. *Affectivité, imaginaire, création sociale.* Bruxelles : Publications des Facultés Universitaires Saint-Louis, *pp.149-176*.

Fromm, E. (1986). *L'art d'aimer.* Paris: Desclée de Brouwer

Galati, G., & Sini, B. (2000). *Les structures sémantiques du lexique français In Les émotions dans les interactions. Plantin, C. Doury, M., Traverso, V.* Lyon: PUL.

Gardner, H. (2001). *Les formes de la créativité.* Paris: Odile Jacob.

Gauthier, J.-P., Lapointe, S., Léger, D., & Rugira, J.-M. (2009). *La relation au corps sensible : une voie de renouvellement en pratiques sociales In Sujet sensible et renouvellement du moi - les apports de la fasciathérapie et de la somato-psychopédagogie.* Paris: Point d'appui, pp.301-328.

Gendling, E. (2006 b). *Focusing, au centre de soi (1ère éd.).* Québec : Les éditions de l'homme.

Gervais, C. (1969). *Y a-t-il un deuxième Sartre ?* À propos de la « Critique de la raison dialectique ». In: Revue Philosophique de Louvain. Troisième série, Tome 67, N°93, pp. 74-103.

Gibran, K. (1990). *Le sable et l'écume.* Paris: Albin Michel.
Goleman, D. (2003). *L'intelligence émotionnelle.* Paris : Odile Jacob.
Goleman, D. (2003). *Surmonter les émotions destructrices - Un dialogue avec le Dalaï-Lama.* Paris: Robert Laffont.
Gomez, L. (2009).. L'approche culturelle de l'enseignement en formation initiale de maîtres : un cadre théorique et conceptuel pour l'accompagnement pédagogique. Thèse de doctorat en sciences de l'éducation. Université du Québec à Montréal.
Guédeney, N., & Guédeney, A. (2009). *L'attachement : approche théorique - Du bébé à la personne agée.* Issy-les-Moulineaux: Masson.
Haggar, N.-E. (2007). Avant-propos. In *Que cachent nos émotions ?* Paris: L'Harmattan, pp.15-16.
Hazard, D. (2003). *"L'intimité du métier en quête de socialisation".* Mémoire de DESS, Fonction d'accompagnement en formation. Université François Rablais de Tours.
Henry, M. (1991). *Phénoménologie et psychanalyse.* In Fédida, P. & Schotte, J. *Psychiatrie et existence.* Grenoble: Jérôme Millon.
Henry, M. (2000). *Incarnation - Une philosophie de la chair.* Paris: Seuil.
Henry, M. (2004). *Auto-donation - Entretiens et conférences.* Paris: Beauchesne.
Henry, M. (2011). *La barbarie.* Paris: PUF.
Hillesum, E. (1995). *Une vie bouleversée.* Paris: Points.
Hofstadter, D., & Sander, E. (2013). *L'analogie - coeur de la pensée.* Paris: Odile Jacob.
Honoré, B. (2003). *Pour une philosophie de la formation et du soin : La mise en perspective des pratiques.* Paris: L'Harmattan.
Honoré, B. (2006). *L'épreuve de la présence.* Paris: L'Harmattan.
Honoré, B. (2009). *L'appel à une éthique soignante.* Paris: Sali Arshan.
Honoré, B. (2011). *L'esprit du soin.* Paris: Seli Arshan.
Honoré, B. (2014). *Le sens de l'expérience dans l'histoire de vie.* Paris : L'Harmattan.
Huguet, E. (1946). *Dictionnaire de la langue française du XVI Siecle.* Paris: Didier.
Humpich, J. (2007). Psychopédagogie perceptive et expérience de l'implication - Exploration de l'éméotion et de la résonance au contact du sensble. Mestrado en Psychopédagogie perceptive :Université Moderne de Lisbonne.
Humpich, J. (2009). *Changement des représentations et du rapport à l'affectivité au contact du Sensible : de l'homme émotif à l'homme ému.* In D. Bois, M.-C. Josso & M. Humpich, *Sujet sensible et renouvellement du moi*. Ivry-sur-Seine : Point d'Appui, pp. 377-401.
Humpich, J. (2013). *Emergence de l'Homme ému*. In Bois, D., Gauthier, J., Humpich,
M., & Rugira, J., *Identité, altérité, réciprocité.* Québec: Ibuntu, pp. 161-184.
Humpich, J. (2015). *Approche de l'expérience affective du Sensible et des tendances relationnelles de l'homme ému in Austry D., Berger E., Grenier K. & Léger D., Identité, Altérité, Réciprocité – Pour une approche sensible de la formation, du soin et de l'accompagnement.* Ivry-sur- Seine: Point d'appui.
James, W. (2006). *Les émotions, oeuvres choisies I.* Paris: L'Harmattan.
Jorland, G. (2004). *L'empathie, histoire d'un concept.* In *L'empathie.* Paris: Odile Jacob.
Josso, M. (1991). *Cheminer vers soi.Lausanne:L'âge d'homme.*
Josso, M. (2009). *Préface, Sujet sensible et renouvellement du moi.* (Bois, D; Josso, M.C.,; Humpich, M.) *Les apports de la fasciathérapie et de la somato-psychopédagogie.* Ivry-sur-Seine: Point d'appui, pp.11-16.
Josso, M. (2011). *Expériences de vie et formation.* Paris: L'Harmattan.
Jullien, F. (2012). *L'écart et l'entre - Leçon inaugurale de la Chaire sur l'altérité.* Paris: Galilée.
Kaès, R. (2009). *Les alliances inconscientes.* Paris: Dunod.

Karli, P. (2011). *Le Besoin de l'autre - une approche interdisciplinaire de la relation à l'autre.* Paris: Odile Jacob.

Kaufmann, J.-C. (2009). *L'étrange histoire de l'amour heureux.* Paris: Armand Colin.

Kelkel, A. (2002). *Entre l'être et l'avoir, le corps dans l'approche phénoménologique. In Le legs de la phénoménologie.* KIMÉ.

Kerbrat-Orecchioni, C. (2000). *Quelle place pour les émotions dans la linguistique du XXè siècle ? IN Les émotions dans les interactions. Plantin, C. ; Doury, M; Traverso, V.* Lyon: PUL, *pp 33-74.*

Kirouac, G. (1992). *Les émotions. Monographies de psychologie.* PUQ.

Kohn, R. (1986). *La recherche par les praticiens ; l'implication comme mode de production des connaissances. Bulletin de psychologie. 39 (377), pp.817-826.*

Kohn, R., & Mackiewicz, M.-P. (2001). *Les positions enchevêtrées du praticien-qui-devient-chercheur.* In *Praticien et chercheur. Parcours dans le champ social.* Paris: L'Harmattan.

Kohn R.C. (1990). La démarche clinique. Support de cours du DEA, Sciences de l'éducation. Saint Denis : Université de Paris 8.

Kourilski, F. (2010). *Se réjouir, s'apaiser, Réussir.* Paris : InterEdition.

Kuhn, T. S. (1983). *La structure des révolutions scientifiques (L. Meyer, Trad.).* Paris: Flammarion.

Laé, J.-F. (2002). *Émotion et Connaissance. L'emprise du sensible dans l'enquête sociologique,* Sociétés & Représentations, n° 13, pp. 247-257.

Laemmlin-Cencig, D. (2007). La dimension soignante et formative en somato-psychopédagogie. *Revue Réciprocité N° 6*, pp. 7-19.

Laing, D. R. (1981). *La voix de l'expérience.* Paris: Seuil.

Laing, R. (1969). *La politique de l'expérience.* Paris: Stock

Laing, R. (1982). *La voix de l'expérience.* Paris: Seuil.

Laing, R. (1993). *Le moi divisé.* Paris: Stock.

Laing, R.(1986). *Sagesse, déraison et folie - La fabrication d'un psychiatre.* Paris: Seuil.

Lamboy, B. (2003). Devenir qui je suis : Une autre approche de la personne. Lisieux : Desclée de Brouwer

Lamboy, B. (2009). *Au corps de l'expérience par le focusing vers l'accomplissement de l'être.* In *D. Bois et M. Humpich (dirs.), Vers l'accomplissement de l'être humain.* Paris: Point d'Appui.

Lanaris, E. (2001). *Changer et connaître : la recherche-formation, une voie privilégiée de changement de la pratique éducative.* Montréal: Université de Montréal.

Landry, S. (2007). *TRAVAIL, AFFETION et PPOUVOIR dans les groupes restreints.* Canada: PUQ.

Laoureux, S. (1999). *De l'auto-affection à l'auto-affection. Remarques sur l'expérience d'autrui dans la phénoménologie de Michel Henry.* In *Revue Alter N° 7, Emotion et affectivité-* . Paris: Alter, pp. 149-168.

Laplanche, J., & Pontalis, J.-B. (2004). *Vocabulaire de la psychanalyse.* Paris: Puf.

Large, P. (2007). *Corps sensible et transformation - Qu'en disent des praticiens d'expérience ?* Mémoire de Mestrado, Université Moderne de Lisbonne.

Larrosa, J. (1999). *Apprendre et être - Langage, littérature et expérience de formation.* ESF.

Lavelle, L. (1951). *De l'âme humaine.* Paris: Aubier.

Lavelle, S. (2012). *La constitution du sujet - De l'archéologie à la biographie*. Institut de Recherche Philosophique - Institut Hylès.

Lavigne, J.-F. (2010). *Le statut ontologique de l'affectivité : fondement ou épiphénomène ?* In Revue Noesis, N° 16.

Le Breton, D. (2007). *Anthropologie et émotions.* In *Que cachent nos émotions ?* . Paris : L'Harmathan, pp. 89-108.

Leao, M. (2002). *Le prémouvement anticipatioire, la présence scénique et l'action organique du performeur : méthodes d'entrainement à travers la méthode Danis Bois*. Thèse de doctorat, Université Paris VIII, UFR "Arts, philosophie et esthétique.".

Leao, M. (2003). *La présence totale au mouvement.* Paris: Point d'appui.

Lefloch, G. (2008). *Rapport au sensible et expériece de couple* - Mémoire de mestrado en psycopédagogie perceptive.Université moderne de Lisbonne.

Leloup, J.-Y. (1993). *Prendre soin de l'être.* Paris: Albin Michel.

Lessourd, F. (2008). *L'homme en transition - Education et tournants de vie.* Paris: Anthropos, Coll. Education.

Lessard-Hébert, M., Goyette, G., Boutin, G. (1997). La recherche qualitative.
Fondements et pratiques. Bruxelles : De Boeck Université.

Lévy-Bruhl, L. (2014). *L'expérience mystique et les symboles chez les primitifs.* Paris : Dunot.

Lieutaud, A. (2014). *L'expérience de mutation de paradigme chez le chercheur - Esquisse de modélisation compréhensive des processus et des enjeux à l'oeuvre.* Thèse de doctorat en sciences sociales - Université Fernando Pessoa, Porto.

Lieutaud, A., & Ouellet, S. (2013). *Processus créatif et mutation de paradigme chez le chercheur. La logique de la découverte en recherche qualitatitive.* Suisse Fribourg, 20 p.

Lipschitz, A. (2015). *L'identité dans tous ses états.* In *Identité, Altérité, Réciprocité. Pour une approche sensorielle de la formation, du soin et de l'accompagnement. (*Austry, D., Berger, E, Grenier K., Léger, D., dir.) Tome 2, Ivry-sur-Seine: Point d'appui, *pp 49-63.*

Locke, J. (1960). *La politique morale.* Paris: Puf.

Losier, R. (2012). *Souci, conscience du monde. Vers une religion globale.* Paris : Armand Colin.

Luminet, O. (2002). *Pssychologie des émotions - confrontation et évitement.* Bruxelles: De boeck Université.

Lypovetsky, G. (1983). *L'être du vide.* Paris: Gallimard.

Lyvonnet, F. (1994). *Simone Weil - Le grand passage.* Paris: Albin Michel.

Marquez, J. (2004). *S'autoriser à cheminer vers soi. Aurobindo, Jung, Krishnamurti.* Paris: Vega.

Masiz, G. A. (1999). *Merleau-Ponty : L'habiter et les émotions in Emotion et affectivité - Revue Alter, N° 7.* Paris: Alter.

Maslow, A. (1954-208). *L'accomplissement de soi : De la motivation à la pénitude.* Paris: Groupe Eyrolle.

Merleau-Ponty. (1945). *La phénoménologie de la perception.* Paris: Gallimard.

Merleau-Ponty. (1964). *Le visible et l'invisible.* Paris: Gallimard.

Merleau-Ponty, M. (1945). *La phénoménologie de la perception.* Paris: Galimard.

Merleau-Ponty, M. (1964). *L'oeil et l'esprit.* Paris: Gallimard.

Meyor, C. (2007). *Le sens et la valeur de l'approche phénoménologique*. In RECHERCHES QUALITATIVES – Hors Série – numéro 4 Actes du colloque APPROCHES QUALITATIVES ET RECHERCHE INTERCULTURELLE : *Bien comprendre pour mieux intervenir.* Montréal - Québec, pp. 103-118.

Midal, F. (2013). *La tendresse du monde - L'art d'être vulnérable.* Paris: Flammarion.

Miljkovitch, R. (2001). *L'attachement au cours de la vie.* Paris: PUF.

Misrahi, R. (2008). *Le travail de la liberté.* Le bord de l'eau.

Misrahi, R. (2010). *Les actes de la joie - Fonder, aimer, rêver, agir.* Encre Marine.

Misrahi, R. (2014). *La joie du bonheur - Pour une érotique du bonheur.* Paris: Edition Autrement.

Morgadinho, C. (2011). *Sentiment d'existence et connaissance de soi.* Mestrado en Psychopédagogie perceptive.Université Fernando Pessoa, Porto.

Morin, E. (2000). *Les sept savoirs pour une éducation du futur.* Paris: Seuil.

Noël, A. (2009). *La relation trans-formatrice à la croisée de la somato-psychopédagogie et de la psychosociologie - Itinéraire d'un sujet sensible vers son renouvellement.* In D. Bois, M.-C. Josso & M. Humpich, *Sujet sensible et renouvellement du moi*. Ivry-sur-Seine : Point d'appui, pp. 301-328.

Nottale, C. (2014). *Contenus de vécu et processus à l'oeuvre dans l'Introspection Sensorielle sur le mode du Sensible - Recherche qualitative en première personne radicale à partir d'Introspections Sensorielles décrites dans l'immédiateté.* Mestrado en psychopédagogie perceptive - Université Fernando Pessoa - Porto.

Olievenstein, C. (2000). *Le non-dit des émotions.* Paris: Odile Jacob.

Ouaknin, M.-A. (1992). *Tsimtsoum - Introduction à la méditation hébraïque.* Paris: Albin Michel.

Ouaknin, M.-A. (1994). *Lire aux éclats.- Eloge de la caresse.* Paris: Points - Essais.

Ouaknin, M.-A. (1994). *Bibliothérapie - Lire, c'est guérir. Paris : Points - Sagesse.*

Ouellet, M. (2012). La crise du sens et la politique chez Jan Patocka. *Maîtrise en science politique*. Université du Québec à Montréal.

Pacherie, E. (2004). *L'empathie et ses degrés. In L'Empathie.* Berthoz, A. & Jordan, G. Paris: O. Jacob, pp. 149-181.

Pagès, M. (1998). *Interstices théoriques et transformation de soi.* In *Action, affects et transformation de soi* (Barbier, J.M.; Galatanu, O., dir.).Paris: PUF, pp. 173-192.

Paillé, P. (2006b). *Qui suis-je pour interpréter ?* In *P. Paillé (dir.), La méthodologie qualitative : Postures de recherche et travail de terrain.* Paris: Armand Colinn *pp. 99-123.*

Paillé, P., & Mucchielli, A. (2012). *L'analyse qualitative en sciences humaines et sociales.* Paris: Armand Collin.

Pascal, D., & Cournarie, L. (2002). *Phénoménologie : un siècle de philosophie.* Paris: Ellipses.

Patocka, J. (1988). *Le monde naturel et le mouvement de l'existence humaine - Trad. E. Abrams.* Kluwer académic Publischers, Phaenomenologica, N° 110.

Patocka, J. (1990). *Liberté et sacrifice: écrits politiques.* Editions Jérôme Millon.

Patocka, J. (1991). *L'écrivain, son objet.* POL.

Patocka, J. (1995). *Papiers phénoménologiques.* Grenoble: Jérôme Millon.

Patocka, J. (2011). *Aristote, ses devenciers, ses successueurs trad. E. Abrams.* Paris: Vrin.

Paulhan, I., & Bourgeois, M. (1998). *Stress et coping - Les stratégies d'ajustement à l'adversité.* Paris: Puf.

Pessoa, F. (1988). *Le livre de l'intranquillité.* Paris: Christian Bourgois.

Petimengin, C. (2001). *L'expérience intuitive.* Paris: L'Harmattan.

Petit, J.-L. (2004). *Empathie et intersubjectivité in L'Empathie. Berthoz, A. & Jorland, G. pp 123-147.* Paris: Odile Jacob.

Petit, J.-L. (2007). *Les émotions et le cerveau.* In *Que cachent nos émotions ?* (Breuvart, J.M., dir.*)* pp.33-60.

Petitmengin, C. (2001). *L'expérience intuitive.* Paris: L'Harmattan.

Petrides, K., & Furnham, A. (2003). Trait emotional intelligence : Behavioural validation in two studies of emtion recognition and reactivity to mood induction. *Europeen Journal of personality, n° 17*, pp. 39-57.

Pineau, G. (2006). *Autoformation, expérience et spiritualité.* In *Bézille, H., Courtois, B. (coord.), Penser la relation expérience-formation.* Lyon: Chronique sociales, pp 209-225

Plantin, C., Doury, M., & Traverso, V. (2000). *Les émotions dans les interactions.* Lyon: PUL.

Poupart et al. (1991). Recherche qualitative : guide pratique. Montréal : McGraw-Hill.

Quarty, C., & Renaud, J. (1971). *Neuropsychologie de la douleur.* Alençon: Hermann.

Quéré, N. (2009). *Les traces de l'expérience In Le Sujet Sensible et renouvellement du moi : les apports de la fasciathérapie et de la somato-psychopédagogie.*In *Bois, D.,Josso, M.C., Humpich, M.*. Ivry-sur-Seine: Point d'Appui, pp. 221-244.

Rendu Loisel, A.-C. (2013). *Bruit et émotion dans la littérature akkadienne*.. Archaeology and Prehistory. Suisse : University of Geneva.

Ricard, M. (2013). *Plaidoyer pour l'altruisme - La force de la bienveillance.* Paris: Nil éditions.

Richir, M. (2014). Affectivité. Encyclopédie Universalis http://www.universalis.fr/encyclopedie/affectivite/

Ricoeur, P. (1950). *Philosophie de la volonté.* Paris: Aubier.

Ricoeur, P. (1977). Jan Patocka, le philosophe - résistant. *Le Monde*.

Ricoeur, P. (1990). *Soi-même comme un autre.* Paris: Seuil.

Rimé, P. (2005). *Le partage social des émotion.* Paris: PUF.

Rogers, C. (1970). *La relation d'aide et la psychothérapie.* Paris: ESF.

Rosenwein, B. (2001). *Emotions en politique. Perspectives de médieviste.* Hypothèse 1, pp. 315 -324.

Rosier, P. (2006). *Corps sensible et autisme: proposition pour une approche psychopédagogique perceptive de l'accompagnement thérapeutique de l'enfant autiste.* Mémoire de Mestrado en psychopédagogie perceptive. Université Moderne de Lisbonne.

Rosier, P. (2012). *La Fasciathérapie Méthode Danis Bois et la récupération physique, mentale et somato-psychique du sportif de haut niveau. Evaluation quantitative et qualitative auprès d'une population de sportifs de haut niveau*. Thèse de doctorat en sciences sociales. Université Fernando Pessoa, Porto.

Rugira, J.-M. (2013). *Rapport au corps et renouvellement du rapport au lien, au soin et à la formation dans les métiers d'accompagnement.* In *Identité, altérité et réciprocité : Articulation au coeur des actions d'accompagnement et de formation.* Québec: Ibuntu, *pp 205-22.*

Saint Arnaud, Y. (2004). *La personne humaine - Développement personnel et relations professionnelles.* Montréal: Editions de l'Homme.

Saint Arnauld, Y. (2004b). *Le petit code de la communication.* Montréal: Editions de l'Homme.

Saint-Arnauld, Y. (2009). *L'auto-régulation - Pour un dialogue efficace.* Québec : PUM.

Salomé, J. (2001). *Le courage d'être soi.* Pocket.

Santos, C. (2012). *Le sujet Sensible - Analyse qualitative de l'influence de la posture du sujet Sensible sur l'action pédagogique auprès d'une population de formateurs universitaires.* Thèse de doctorat en sciences de l'éducation. Université Paris 13.

Sartre, J.-P. (1995). *Esquisse d'une théorie des émotions.* Paris: Hermann.

Scheler, M. (2003). *Nature et formes de la sympathie.* Paris: Payots & Rivages.

Scherer, K. (1984). Emotion as a multicomponnent process : A model and some cross-cultural data. *Review of Personnalty and Social Psychology, N° 5*, pp. 37-63.

Schwartz, O. (1993). *L’empirisme irréductible. Postface.* In *N. Anderson, Le Hobo,.* Paris : Nathan, *pp. 263-305*

Semprun, J. (2012). *Le fer rouge de la mémoire - L'écriture ou la vie.* Paris: Gallimard.

Singer, C. (2007). *Eloge du mariage, de l'engagement et autres folies.* Paris: Livre de Poche.

Spinoza. (1954). *L'Ethique.* Paris: Gallimard.

Tisseron, S. (2010). *L'empathie au coeur du jeu social.* Paris: Albin Michel.

Varela, F. (2001). Préface. L'expérience intuitive. Petitmengin, C.. Paris : L'Harmattan.

Vergely, B. (2010). *Retour à l'émerveillement.* Paris : Albin Michel.

Vermersch, P. (2000). *Approche du singulier.* In *J.M. Barbier (Ed.). L'analyse de la singularité de l'action..* Paris: Presses universitaires de France, *pp 239-256*.

Villeneuve, C. (2011). *Les apports de la psychopédagogie perceptive pour l'enseignant du primaire - Enquête sur le terrain.* Mémoire de Mestrado en Psychopédagogie perceptive. Université Fernando Pessoa, Porto.

Weil, S. (1988). *La Pesanteur et la Grâce.* Paris: Plon.

Wertz, F., Charmaz, K., McMullen, L., Josselson, R., Anderson, R., McSpadden, E. (2011). *Five Ways of Doing Qualitative Analysis: Phenomenological Psychology, Grounded Theory, Discourse Analysis, Narrative Research, and Intuitive Inquiry.* The Guilford Press

Wiart. (2013). *L'attachement, un instinct oubli.* Paris: Odile Jacob.

Zaccaï-Reyners. (1995). *Le monde de la vie.* Paris: Cerf - Humanités.

Zazzo, R. (2009). *Les jumeaux, le couple et la personne.* Paris: PUF.

Zazzo, R., & Tournier, M. (1984). *Le paradoxe des jumeaux.* Paris: Stock.

ANNEXE

ANNEXE I

1. LES QUATRE ENTRETIENS DE RECHERCHE CHOISIS

1.1 Entretien avec Pierre

Pierre à 51 ans
Il est français, conjoint de fait et père de famille
Médecin et ostéopathe de formation initiale
Titulaire d'un mestrado en psychopédagogie perceptive
Pierre est praticien-chercheur au CERAP,
Intervenant et formateur au sein de l'école nationale supérieure de fasciathérapie et de pédagogie perceptive depuis 2004
En activité et diplômé en fasciathérapie et en pédagogie perceptive depuis 1992,
Doctorant en sciences sociales, spécialité psychopédagogie perceptive, Pierre s'intéresse au thème de la transformation et de la croissance de l'être.

Entretien réalisé en novembre 2011

J quand tu entends l'expression « homme ému », qu'est-ce qui se passe pour toi ?

P ça me touche, rien que le mot. Je ne sais pas si c'est parce que c'est toi qui en a parlé ou que j'ai déjà une représentation de ça ou un vécu de ça, mais l'homme ému, …oui, ça me prend dans le thorax, dans le cœur. Je ne sais pas ce qui me fait ça, est-ce que c'est le mot ? Est-ce que c'est l'intonation de ta voix ? Est-ce que le fait que toi, tu sois un homme ému, c'est ça qui me touche ? Ouais, est-ce ce que le fait que ça soit toi qui dise ce mot : l'homme ému ? Parce qu'il y a plein de choses, j'ai toujours été sensible à la manière dont toi, tu étais un homme ému. Je t'ai déjà dit cela, et donc, quand toi tu prononces le mot ému, je ne sais pas si c'est l'homme ému en toi, je n'ai pas l'impression d'être touché par les mots, j'ai plus l'impression d'être touché par ce qu'il y a derrière, quoi.

J d'accord

P et puis, du coup ça m'impacte le cœur et le thorax, et puis, je sens autour de ce volume-là, une sorte de déliquescence. Quelque chose qui fond, un ramollissement, un attendrissement en moi. Et cet attendrissement, c'est bon, c'est à la fois, dans mon dos, ça part dans l'occiput, c'est comme si ça faisait fondre quelque chose dans ma matière en parlant de l'homme ému.

J au moment où tu le dis, là, en ce moment ?

P oui, là maintenant, suite à ta question. Donc, là, je le vis en temps réel. Et à la fois, c’est comme si j’avais une émotion d’enfant qui revenait. L’émotion, c’est euh, ce n’était pas mon point fort. J’avais la pensée et la sensation en numéro un, et après l’émotion, ça venait toujours en troisième. Mon domaine de prédilection c’était, comme j’avais été un enfant qui n’avait pas le droit de vivre pour lui-même et d’exprimer ses émotions. Ce qui me touchait vraiment, c’est comme si c’était passé sous silence. Comme si j’avais appris, en même temps j’étais hyper émotionnel, comme si j’avais appris à désinvestir mes émotions, et mes besoins.

J hum, hum

P et donc, là en parlant de l’homme ému, c’est comme si cet enfant est là et qui savait pas trop comment faire avec ses émotions. Qui ne savait pas trop comment les exprimer et à la fois, qui se dit : « Oh, là, les émotions, c’est peut-être dangereux. »

J d’accord

P En tout cas, parler de moi ou de mes émotions, c’est pas spontané. C’est pas ce qui vient en premier. D’habitude, j’évite de parler de moi et de mes émotions. Contrairement à toi, où je trouve que c’est facile, t’as ça qui vient en premier, j’ai l’impression ; un échange émotionnel qui vient en premier. Moi, ce n’est pas le cas, c’est encore…trop masqué. Je n’ai pas de mal à en parler, mais, je le fais pas spontanément et je les offre pas spontanément.

J hum, hum

P ça reste plutôt secret, intérieur. Il me semble. Et l’homme ému, c’est quelqu’un qui non seulement a cette émotion, mais aussi, qui est habité par ses émotions, imprégné et qui l’exprime librement dans la représentation de l’homme ému. L’émotion est un moyen de communication de subjectivité à subjectivité et qui se fait avec aisance, naturel et librement voilà.

J alors, bon, première résonance : c’est que tu fais partie des personnes avec lesquels il y a une réelle amitié, justement, où l’émotion a sa place dans une forme de transparence et de perméabilité. Il y a une forme de simplicité de présence à l’autre et de partage qui fait qu’en même temps, il y a un niveau de profondeur pour moi, comme une dimension, que je ne vais pas aborder avec toi. Mais pourtant ça résonne avec ce que tu dis-là. Et peut-être dans notre articulation, il y a comme une sorte de réciprocité et d’aptitudes à maîtriser ses émotions ou pour toi, de les exprimer. Il y a comme entre nous une forme de régulation de ces deux tendances

P oui d'équilibre

J Est-ce que tu aurais un moment particulier qui te viendrait à l'évocation de l'homme ému ? Tu as donné un état ou un moment d'enfance ou l'enfance en général.

P non, c'était là ma sensation, quand tu m'as posé la question, il y avait là, à l'intérieur cet enfant intérieur,

J tu aurais un moment particulier, récent ou ancien qui t'évoquerait l'homme ému, d'une expérience à laquelle tu pourrais te référer à l'homme ému, à Pierre ému ?

P Alors, c'est pas la même chose, Pierre ému et l'homme ému. Dans l'homme ému, moi, j'entends l'homme Sensible ému. L'homme ému par l'émotion du Sensible. Quand tu m'as parlé d'homme ému, c'est ça qui me venait. Je ne parlais pas d'émotions quotidiennes, habituelles, donc quand tu dis Pierre ému et ça ouvre l'homme ému, y compris aux émotions de Pierre ; Emotions qui ne sont pas forcément Pierre Sensible et ému quoi.

J hum, hum

P donc, tu es ouvert à toutes les émotions possibles, c'est un souvenir d'une émotion ou c'est un souvenir de moi, dans le Sensible en tant qu'homme ému ?

J mais c'est toi qui décide.

P Moi, je fais une différence

J quelle différence tu fais ?

P bien, la différence d'être habité ou pas par le Sensible. Je ne sais pas, si j'ai une colère, c'est pas mon émotion privilégiée dont j'ai forcément l'habitude, mais … j'ai un souvenir d'une colère à quinze ans où j'ai cassé un balai sur la table, dans un ras-le-bol vis à vis de ma mère, et là, je ne connaissais pas et je n'étais pas habité du Sensible où si je peux avoir une émotion dans une réciprocité actuante avec quelqu'un où le Sensible est présent.

J en fait, il y a deux possibilités, soit, on peut prendre l'une et l'autre. C'est intéressant ce que tu nommes, parce que spontanément tu fais la distinction, homme ému et homme ému Sensible. On pourrait dire, homme Sensible dans une disposition à être ému par ce Sensible-là, ou son rapport à cette dimension dans lui?

P oui, c'est ça, homme Sensible dans une disposition à être ému, je suis d'accord avec ça.

J est-ce que tu as un moment particulier que l'on pourrait déplier ensemble.

P hum, je laisse venir. Ce qui me vient c'est une troisième chose, c'est des souvenirs d'un moment paroxystique. J'étais en séance de traitement et je rencontrais le Sensible

d’une manière très prégnante et du coup, j’avais des émotions, j’étais ému à cause de ça, des larmes de bonheur, le fait d’être en contact avec le Sensible qui est pour moi encore différent que – peut-être ou peut-être pas – d’être dans une émotion Sensible, enfin une émotion de nature Sensible quoi.

J alors, c’est un moment en thérapie,

P oui

J t’es soignant, soigné ?

P soigné

J hum, c’était au début de la séance, à la fin de la séance, tu te souviens ?

P c’était en fin de compte en formation, c’était il y a longtemps

J ce moment particulier, en quoi il t’évoque un moment d’homme ému ou de Pierre ému par le Sensible ?

P parce qu’il y avait plein d’émotion, j’étais touché, j’étais en larmes

J et quand tu étais touché et en larme qu’est-ce qui se passait dans ton corps ? Il se passait quelque chose de particulier ?

P bien, j’étais, c’était un mouvement, tout était bleu dans moi, je ressentais beaucoup d’amour, je me sentais aimé. Aimé du dedans. Moi, j’ai l’impression que ma matière fondait et s’animait de partout.

J quand tu dis « matière », qu’est-ce que tu veux dire ?

P mes tissus animés de mouvements, mais que je vivais comme une matière, ils n’étaient plus différenciés.

J humm

P j’avais des tissus différents, mais j’avais comme une substance en moi, comme une pâte qui était mouvante et je n’avais plus conscience de différentes couches de tissu.

J hum, d’accord

P la matière, c’est l’ensemble global de tous mes tissus, la résultante de mes tissus animés du mouvement interne.

J donc, il y avait un état corporel et une perception corporelle particuliers ?

P ouais, parce que c’est cette perception, cet état inhabituel qui m’a fait être touché, et de fondre en larme. C’est pour ça, je disais, j’avais le Sensible, et j’ai une émotion qui s’est rajouté dessus. Où l’émotion, c’était l’effet parce que j’étais touché ou ça dépassait mes capacités d’intégration, de réception, comme si j’avais un trop plein émotionnel, et ça se libérait par des sanglots, des sanglots de bonheur. Des sanglots agréables

J qui se manifestaient comment ?

P oui, j’étais en larme pendant une demi-heure, et par des sanglots. Ce n’est pas une larme qui coule silencieusement, il y avait de l’intensité, par vagues successives. Avec des sanglots, avec des sons…

J tu avais des pensées à ce moment-là, du sens ?

P du sens, non, mais, c’était la jouissance du moment et … ça m’est arrivé dans une autre fois, dans un autre cadre, mais avec le même type de réaction, même type de sensation qui était d’être inondé de bleu, inondé dans le mouvement avec plein d’amour. Et la pensée que j’avais à ce moment-là, c’est que ça ne s’arrête pas. J’avais envie que ça continue.

J Et quand tu dis que c’était plein d’amour, à quoi tu reconnaissais que c’était plein d’amour, à quoi tu reconnaissais que c’était cela et pas autre chose ? Qu’est-ce qui te fais dire que c’était de l’amour ?

P c’était doux, et c’était de l’amour rentrant en moi, c’était chaleureux, c’était protecteur, c’était « coucounant », c’était enveloppant. Et ça s’infiltrait en moi. Ça rentrait en moi, dans mes tissus, dans mes os, dans ma matière car, comme je te disais, ça rentrait dans un ensemble indifférencié. Ça s’infiltrait dans la profondeur de mon être et c’était tellement doux que c’est ça qui me faisait éclaté en sanglot, il y avait une douceur telle que je ne pouvais pas l’absorber, c’était insupportable entre guillemets. Insupportable, énergiquement, je ne pouvais pas ne pas avoir d’émotion. Insupportable à mon état zen habituel ou de paix, c’était tellement bon, fort et puissant par sa douceur, qu’énergiquement j’étais obligé d’expulser quelque chose et de là, les sanglots.

J hum, en fait, tu as dit que c’était rentrant parce que ça venait du dehors vers le dedans de toi ? dis-moi en plus ?

P cette fois-là, c’était surtout comme une bruine, une pluie fine, un crachin de douceur et d’amour, et de couleur. Comme si je me retrouvais dans un bain extérieur à moi, et ce bain, il pénétrait dans la profondeur de mes os et de mon être.

J d’accord, donc, là tu fais un mouvement de tes bras qui part du haut et qui va vers le bas

P oui, du ciel et ça descendait partout et dans une lenteur, comme quelque chose qui bruinait.

J hum

P du haut vers moi et qui s’infiltrait en moi.

J il y a un mouvement de descente et ça descendait jusqu’où ?

P ça descendait dans moi, en fin de compte ça descendait dans moi, parce que je regardais vers le haut. Je voyais, j’étais allongé sur la table, je voyais le ciel et le plafond, donc je voyais que le dessus. Mais à postériori, et puis j’étais moins conscient de mon dos qui convergeait vers la table, mais ça convergeait en moi. En tout cas, je ne le sentais pas sortir. La question que je me pose, c’est : est-ce qu’il y avait une phase de la profondeur vers l’intérieur de moi. Parce que j’ai l’impression que ça rentrait dans ma profondeur, et c’est sûr que ça venait de l’extérieur, dans cette brume d’amour qui descendait ou cette lumière d’amour qui descendait là. Rétrospectivement, ça allait aussi du dedans de moi à ma profondeur.

J quelle différence tu fais entre la profondeur et l’intérieur de toi ?

P c’est comme si l’intérieur de mon corps, c’était pas forcément la profondeur. C’est comme si j’avais des noyaux concentriques et il y avait aussi une phase où ça allait de mon intérieur et ça s’infiltrait en moi. Ça rentrait dans ma cuisse, puis dans l’os et dans l’intra osseux, et c’est ça qui me fait dire profondeur ou noyau intra corporel, ce que j’appelle la profondeur.

J c’était quelque chose de subjectif, mais de palpable ?

P pour moi, c’est comme si j’avais un centre et un noyau qui était à l’intérieur de mon corps et il y a la phase de l’extérieur à l’intra corporel, mais il y a la phase de l’intra corporel périphérique et l’intra corporel profondeur.

J d’accord, ça a du sens pour moi. Et c’était une expérience inédite pour toi ?

P oui, c’était ma première avec le mouvement comme ça.

J donc, si j’ai bien compris ce que tu m’as partagé, c’est euh, il y avait un contexte de réception d’informations corporelles, de perceptions inédites, pas forcément inédites,

P c’est au cours d’un enseignement,

J le mouvement, tu connaissais, la couleur, tu la connaissais, la douceur, la profondeur ?

P oui, oui, mais ça n’a jamais été aussi paroxystique que ça.

J dans une forme d’intensité et de vécu, tu dirais ?

P oui, une intensité qui durait une demi-heure. Une intensité, une durée dans le temps. C’est pas seulement un état d’âme ou un moment. C’était quelque chose qui, et puis, une globalité, c’était partout dans le corps, et pour moi, c’était partout dans la salle aussi. Enfin, je ne le sentais pas forcément, mais c’était à l’extérieur de mon corps aussi.

J en fait la dimension affective ou émotionnelle, telle que je l’entends et dis-moi si je comprends bien ce que tu me partages, elle est une réponse, une incapacité à accueillir l’intensité ou la nouveauté ou la combinaison de tous ces facteurs perceptifs.

P c’est exactement ça.

J c’est une voie de passage ?

P C’est quand il y a un trop plein émotionnel. C’est pour pouvoir supporter l’intensité.

J en fait, tu dirais que ça prend la voie de l’émotivité, mais comme par une causalité qui n’est pas habituelle,

P oui,

J je ne sais pas, on peut être énervé et puis crier de colère, mais là, c’est tout un contingent, un champ perceptif trop vaste pour Pierre. Trop intense dans ce qu’il est constitué psychiquement, affectivement, corporellement. Puis, du coup, l’émotion, c’est le bouchon qui saute ?

P ouais, c’est ça, c’est pour pouvoir supporter, pour que ça puisse continuer

J d’accord. Donc, pendant que tu avais cette émotion qui te prenait, tes larmes, et ces sanglots, le processus, lui, il continuait. Le débordement émotionnel, si on peut appeler cela débordement, lui, il ne te coupait pas du champ perceptif ?

P non, au contraire, je dirais même que ça pouvait continuer, parce que les sanglots, allégeaient une tension psycho-émotionnelle. L’émotion permettait que le processus continue.

J d’accord, et dans ce moment d’intensité émotionnelle, dans un rapport au Sensible tel qu’on le décrit, il y avait des…, tu m’as nommé, il y avait une pensée, des désirs, tu faisais le constat que tu ne voulais pas que ça ne s’arrête pas.

P oui, oui,

J il y avait d’autres phénomènes à ce moment-là ?

P je n’avais pas des pensées formulées, mais peut-être des croyances. J’ai attribué ça à quelque chose qui n’était pas de nature humaine, c’était quelque chose de divin pour moi, c’était un état divin. Je ne me rappelle pas m’être dit des mots, mais pour moi, c’était quelque chose d’extraordinaire, pas de nature habituelle, pas de nature de ce que l’humain a l’habitude de vivre. L’humain ne peut pas créer ça. Un amour tel, une telle puissance en même temps. Pour moi, c’était divin.

J et c’est ça qui te touchait ? ou qui te faisait pleurer ?

P non, ce n’est pas ça qui me touchait et qui me faisait pleurer, c’était l’état d’amour. Mais c’était juste que je mettais un nom dessus, une projection dessus. C’était l’émotion de ça, alors dans l’émotion, j’étais encore plus touché parce que j’avais cette croyance-là ? je ne peux pas dire : non.

J hmm

P je ne sais pas, c’est possible, que je sois plus touché parce que j’avais cette croyance-là,

J quand j’écoute, j’essaie moi aussi de me référer à mes expériences, parce que ce que tu nommes me renvoie à du vécu pour moi. Où quand je suis dans ce vécu, je me dis : « ce n’est pas possible que cela soit moi qui créé ça »

P Hum

J deux, il y a forcément – j’utiliserais le mot intelligence ou la vie -

P ou la conscience

J oui, ou la conscience, le divin ou le sacré, je vois que c’est nommé l’innommable ou c’est qu’il faut bien que je mette un mot sur cette expérience, sinon, psychiquement, c’est pas abordable ce vécu. Tu vois, c’est comme un sens qui cadre une expérience, sinon ça fait peur – peur, peut-être pas, mais en tous cas, c’est rassurant pour moi.

P ouais, je suis d’accord là.

J en tous cas, c’est ce que ça m’évoque, je ne suis pas en train de reformuler ce que tu m’as dit.

P si je me remets dans l’expérience, j’étais plus sur le coup de vivre, de goûter, de tenir la durée, parce que je ne voulais pas que ça s’arrête tellement c’était bon. J’étais pas en train de cogiter, je n’étais pas en train de formuler. Pour moi, c’était une évidence que je ne voyais pas comment l’appeler autrement que du nectar divin qui rentrait en moi.

J hum

P pour lui donner un nom, ouais parce que là, j’étais pris.

J ce que je retiens aussi, il me semble que c’est le vécu émotionnel en relation avec le vécu Sensible, l’un alimentant l’autre, sans l’inhiber ?

P oui, oui, c’est une co-création d’un moment et à l’époque, j’avais besoin de cette intensité émotionnelle pour pouvoir tolérer l’intensité je dirais, à bas régime de cette chose qui rentrait en moi.

J humm

P pour moi, l’homme ému est beaucoup plus subtil que cette émotion débordante, l’homme ému, c’est la phase quand je sentais cette douceur et cet amour et que j’étais touché par ça. Je ne pouvais que rester là-dedans, il y a l’émotion qui était explosive.

J alors, tu aurais un moment que tu puisses décrire, à moins que tu aies d’autres choses à rapporter de particulier. C’était comment ta relation à ton thérapeute, à l’environnement, dans ce moment émotionné d’être ému par le Sensible, les autres existaient, tu étais où, à ce moment-là, tu étais présent, tu étais où ?

P à ce moment-là, non, j’étais tout seul avec la chose. Bien qu’il y ait le praticien, et le prof en aide avec le praticien. Il y avait le prof qui était là. Mais je n’étais pas dans une relation à eux, j’étais dans une relation entre cette chose-là et moi, à essayer de gérer cet événement-là. A l’époque, ça arrivait plusieurs fois en stage, j’avais des explosions de larmes quand j’étais touché par la musique, comme il y avait beaucoup de musique à l’époque, et j’étais directement happé dans l’émotion par la musique. Comme si il y avait un trop plein émotionnel qui avait besoin de se libérer. Ça fait longtemps que ça m’est pas arrivé, ça m’arrive encore d’avoir une larme qui coule, mais chaude et dans la douceur, mais plus dans des explosions comme ça, paroxystiques émotionnelles.

J c’était au début de ta pratique ?

P oui, je dirais les deux, trois premières années de stage.

J d’accord, pour un praticien qui a une vingtaine d’année de pratique derrière lui.

P oui, c’est ça, c’était au début de ma pratique. Ça m’arrivait en stage en première année où j’avais des libérations émotionnelles. Donc, c’est comme si cette émotion, elle masquait l’homme ému. L’homme ému, c’est beaucoup plus subtil pour moi, que ces émotions-là. Pour moi, quand, il y avait ces émotions-là, je ne voyais pas l’homme ému…

J alors, tu aurais un moment particulier pour toi qui te viendrait où, il est là, cet homme ému ?

P oui, bien là, en ce moment, c’était comme si l’eau coulait souvent ou tout le temps.

J hum

P où, ce n’est pas tout le temps… mais j’ai ça dans moi, là, je suis touché

J donc, l’homme ému, il est touché ?

P oui, la première évidence, c’est quand je suis touché. Et c’est quelque chose qui est dans mon cœur et dans mon thorax, et qui s’accompagne d’une fonte, comme je disais. D’un attendrissement quoi, de mon intériorité, de ma matière. Il y a eu des moments où, il y en a un qui revient là, où là où j’étais en stage et où c’était une histoire d’amour avec le mouvement. Je disais : « je suis tombé en amour avec le mouvement ». Avant, j’aimais le mouvement et puis il y a eu un stage ou je suis tombé amoureux du mouvement. Et c’est plus un mouvement où je suis touché par le mouvement, à bas régime. Peut-être que ce moment-là, c’était une émotion paroxystique d’homme ému.

J à quoi tu reconnaissais que tu passais de : aimer le mouvement à être amoureux du mouvement ? Qu’est-ce qui se passait à ce moment-là qui te faisais dire ça ?

P justement, je crois que c’est une note émotionnelle, euh, quand je disais : j’aimais le mouvement, j’aimais le mouvement, c’était peut-être une déduction, quelque chose qui était plus de l’ordre de la pensée. Parce que le mouvement m’intéressait, me nourrissait, donc, du coup, quand avant j’aimais le mouvement, parce que ça allait me nourrir. Alors que quand je suis tombé amoureux du mouvement c’était comme une attraction que je ne contrôlais plus, j’allais dire, comme quand on est amoureux de quelqu’un, je veux dire, comme quand il y a une manifestation qui se fait dans le cœur, j’étais attiré par le mouvement. Je voulais qu’il soit là tout le temps, je ne voulais plus le quitter, je le voulais comme quand je suis amoureux de quelqu’un.

J hum, hum

P et justement, la différence que je vois maintenant, c’est que j’étais sous le coup d’une émotion et de quelque chose en moi qui n’était pas de l’ordre de l’intellect. C’était plus dans mon corps et dans mon cœur. A la fois j’étais touché et fondu, ça correspond aux critères de l’homme ému que je t’aie décrit tout à l’heure.

J donc il y a tout un contexte charnel, je ne sais pas si ce mot a du sens pour toi ?

P oui, ouais : c’est tout un contexte charnel, ouais, corporel, chaleureux et de l’ordre de l’émotion.

J est-ce que tu dirais que dans l’attirance il y a un engagement de ta part face à ce vécu ?

P oui, ah, oui ! Du coup, comme j’étais attiré, j’étais mobilisé pour rejoindre le mouvement. Pour ne pas le quitter, prendre soin de lui.

J humm

P comme quand on est amoureux.

J alors, on est d’accord, quand tu parles de mouvement, tu nommes une expérience d’une animation dans toi.

P oui, qui peut traverser, qui peut rentrer, sortir. Et qui anime mon intériorité, oui

J d’accord

P qui a des déplacements intérieurs,

J donc, est-ce que ça serait exagéré de dire que tu tombes amoureux d’une dimension de toi, vécue dans toi ?

P ça c’est une histoire de représentation, ce n’est pas de moi dont j’étais amoureux, c’est d’une force, d’une puissance, d’une énergie, d’une conscience qui avait son autonomie. Mais à l’époque, je n’aurais pas dit que c’était une partie de moi.

J d’accord

P surtout, ça rentrait dans moi, dans la pièce, ça traversait quelqu’un d’autre, j’avais pas la représentation que c’était moi. Maintenant un peu plus. Et encore, ça va toucher quelque chose de moi, ça me fait me rencontrer, mais quand ça vient de l’extérieur, ce n’est pas moi. De l’extérieur, cette conscience en mouvement, ce n’est pas moi, mais j’ai une voix intérieure qui me dit, ce n’est pas forcément pas moi.

J donc, il y a un dialogue, chez cet homme ému ?

P oui, oui, il y a une part de moi et de quelque chose qui n’est pas moi. T’as insinué que c’était une part de moi, mais je n’ai pas encore signé. C’est à la fois moi et pas moi. C’est moi et plus grand que moi.

J est-ce que tu dirais que c’est une relation, l’état d’homme ému ?

P oui, je peux le dire comme ça, l'homme ému, c’est une relation.

J une validation ?

J oui, alors l’homme ému, ce n’est pas la relation, c’est l’homme qui est touché par cette relation !

J d’accord, humm

P ou qui est touché d’une certaine manière, parce qu’avant j’étais touché par le mouvement, mais ce n’était pas le même ordre de relation. Donc c’est une relation d’une certaine forme, une relation d’une certaine forme.

J tu dis qu’elle est différente, à quoi tu reconnais qu’elle est différente ?

P oui, c’est quelque chose qui est plus de l’ordre de l’émotion que de l’intellect. Avec quelque chose que je sens dans mon corps, dans mon cœur, dans mon thorax. C’est touchant, ça me fait fondre. Il y a de l’amour, et c’est ça, c’est comme si à ce stage, quand je suis tombé amoureux, c’est comme si comme à la première expérience paroxystique, j’avais reçu un amour infini pendant une demi heure, et après, je ne l’avais plus. Là, au contraire, pendant ce stage, c’était en continu, et c’est là que je me sentais amoureux, mais ce qui était intéressant là, c’était cet état d’amour, c’était réciproque, c’était du mouvement vers moi et de moi vers le mouvement, de moi à moi. J’étais aimé par le mouvement et j’aimais le mouvement.

J à quoi tu reconnaissais que le mouvement t’aimait ?

P parce que je me sentais aimé, quelque chose qui allait vers moi, alors que quand j’aime, ça part de moi. Et là, au contraire, c’était rentrant. Dans ma matière, dans mon cœur.

J j’ai une curiosité, est-ce que ce mouvement, qui te fait dire oui, je suis aimé, en terme de vécu est-ce que cela est la même chose qu’avec des gens qui nous aiment, dans leur présence ?

P oui, j’appelle ça « aimé » par ce que me souviens d’avoir été aimé par mes parents, par les femmes, mes partenaires. C’est comme s’il y avait une attention bienveillante sur moi, et là ce qui me vient c’est à la fois je suis aimé – comme un père qui m’aime – ou une puissance protectrice, je me sens ‘coucouné’, enveloppé, protégé.

J humm

P et parfois, ce n’est pas enveloppant, mais c’est rentrant en étant pas enveloppant. C’est plus l’amour d’un ami.

J il y a des tonalités en fait ?

P il y a des nuances, des subtilités dans l’amour que je reçois. Je sais que c’est de l’amour parce que c’est bienveillant et enveloppé par ça. Et c’est délicat, c’est chaleureux, ça me chauffe dedans,

J oui

P et ça me touche le cœur, quand je dis : « j’étais amoureux », c’est comme si la réciprocité actuante était activée, il y avait ce mouvement, à la fois j’étais aimé et j’aimais ce qui m’aimait, il y avait les deux. Et du coup, ça me mobilisait pour prendre soin de cette relation. Alors que l’homme ému, par rapport ma première représentation au début de notre séance, c’était l’état dans lequel ça me met, qui me fait fondre, j’avais réduit l’homme ému à ça. Hors là, en discutant, ce que je viens d’apprendre là, c’est que l’homme ému, c’est quand c’est ensemble,

J humm

P c’est cet amour aimant, aimé de l’autre côté de moi et qui est peut-être moi. Qui sous une certaine forme est moi.

J est-ce que tu dirais que dans les deux nuances, que le passage entre ces deux choses, c’est le passage de la rencontre à la relation ?

P entre aimer le mouvement et être amoureux ?

J oui, c’est le passage qui passe par une émotion plus forte, le passage de la rencontre et de la relation ?

P oui, la première fois oui, c’est une rencontre, c’est une découverte, alors qu’après ce dont je parle c’est une rencontre, et un « subir », c’était tellement fort et tellement grand que je ne pouvais pas l’accueillir, j’étais écrasé par cette puissance d’amour, écrasé et assommé. Et pas de retour possible, tellement c’était fort.

J et le deuxième ?

P qui était beaucoup plus fin, c’était un état prégnant, et très supportable – peut-être j’en étais plus là – ça ne déclenchait pas d’émotion si forte, il y avait un retour possible.

J et comment ça se manifeste le retour possible ?

P bien, c’est moi qui aime. Je sens de l’amour de moi qui va vers cette chose-là. Et parfois, c’est même l’inverse, je suis dans la méditation et je n’ai pas de saveur et j’aime le premier et j’ai de l’amour en retour. Ça peut être moi qui déclenche la relation et qui appelle la relation.

J d’accord,

P je ne sens pas le mouvement, mais je me mets à aimer la souvenance de ce mouvement, ou j’aime et ça crée de l’amour en moi.

J c’est comment quand tu aimes ?

P c’est comme si je lançais la circulation, le dialogue ou la relation.

J c’est un acte intentionnel, attentionnel ?

P oui, c’est un acte, les deux, intentionnel et attentionnel. Je décide, je dis : bon là je ne l’ai pas ; je ne sais pas si c’est mon cœur qui se met à aimer le premier ou si c’est moi qui décide. Il y a les deux, des fois c’est une décision et des fois, c’est un amour en moi qui se déclenche en moi sans que je l’aie voulu

J voulu ou convoqué ?

P alors, là c’est intéressant dans l’état actuel, ce n’est même pas comme si c’était moi qui aimait, c’est comme si c’était l’amour qui me traverse, comme là, je viens de le sentir, rentrer dans mon dos, traverser mon cœur et aller vers …c’est comme si, ça émet à travers moi. Il y a les deux, quand je décide, ça peut partir de moi, et il y a des moments ou un flux d’amour qui part de moi et qui aime, mais ce n’est pas moi la source de l’amour. C’est l’amour qui me rentre et qui peut être dirigé vers le mouvement.

J donc, tu fais une distinction entre le mouvement et l’amour ? L’amour n’est pas mouvement, le mouvement n’est pas amour ?

P si, le mouvement est amour, parce que quand je suis aimé, je vis du mouvement qui crée de l’amour. Mais, là je peux avoir un état d’amour sans qu’il y ait du mouvement. Ou du moins, je ne sens pas de déplacement. Je ressens une émanation d’amour, je sens un flux. C’est pas comme un déplacement, c’est comme un rayonnement.

J humm

P une émanation.

J d'accord, ouais, je n'appellerais pas ça le mouvement, s'en est peut-être un, en point fixe et qui émane…bon, j'ai plutôt l'impression que c'est un état d'amour ; mais c'est moi que le nomme comme ça.

P j'aime cela, car comme là, c'est un état d'amour, j'ai les deux à la fois. Là, c'est pas moi, ou j'en parlais et ça c'est allumé dans mon cœur, ça s'est mis à aimer. Et là, j'ai pas décidé d'aimer, mais ça s'est mis en route quand on en parlait. C'est comme si j'avais un retour, je me suis senti aimé du dedans. Mais là, c'est venu du dedans, c'est pas venu du dehors.

J humm

P et c'est comme si en moi, il y a quelqu'un qui m'aime. Que je ne sais pas si c'est moi ou pas. Là, j'aurais tendance à dire que c'était une conscience, est-ce qu'il y a du mouvement, ouais,… ouais, il y a du mouvement. Je sens que c'est le mouvement qui véhicule cette saveur d'amour. Là, j'ai eu une onde d'amour qui a déclenché de l'amour en retour du mouvement.

J c'est riche,

P je me sens plein, ça créé du bleu dans toute la pièce, je me sens dans la réciprocité d'amour, en relation avec l'amour.

J d'accord

P je t'ai coupé la parole

J non, non, alors, c'est riche

P hum, hum

J ça m'invite au silence, ça m'invite à la méditation, (silence). Je vis aussi la présence aimante,

P oui, tu m'avais posé la question sous quelle forme ça se donne ? Oui, c'est une présence aimante, je suis d'accord. Alors, je réfléchissais quand tu parlais, mais là, cette présence était intérieure, mais je sens aussi là, une présence extérieure. Comme s'il y avait une double présence ou double localisation – je ne sais pas si ce n'est pas la même - c'est moi qui en est une représentation !

J en dedans et en dehors.

P pour l'instant, il y a un dehors et un dedans de moi. Pour moi, c'est pas la même, pour moi. La présence en dedans, je sens qu'elle a une épaisseur, elle a plus d'épaisseur, à l'extérieur, elle est plus éthérée. Ou elle n'a pas le même goût dedans et dehors. Dedans, elle un goût plus prégnant et plus épais. L'amour ou la présence, l'amour de la présence…je retire ce que j'ai dit, parce que du coup, ça s'épaissit, dans mes os, mais

c’est comme si mes os étaient dans la pièce. Oui, c’est étonnant, parce que je pouvais le sentir, le flux avant qu’il rentre, mais quand c’est rentré dans mes os, ça a pris du volume, et ça donnait de l’épaisseur à la pièce.

J alors là, ce que j’observe, ce que je relève, c’est que nous sommes dans une discussion sur un mode réflexif,

P pas seulement,

J oui, tu dirais qu’il y a quoi d’autre ?

P j’ai des informations qui viennent de mon corps, où c’est un mode réflexif, d’observation, de ce qui se passe dans mon corps et cette observation, j’ai des informations et ça ne me coupe pas forcément de ma sensation interne, donc, c’est pas un mode réflexif, que réflexif. C’est à la fois réflexif et perceptif. Les deux en même temps.

J oui ? Dans un même vécu ?

P oui, au même moment

J l’un n’empêche pas l’autre

P oui, l’un n’empêche pas l’autre,

J tu dirais que l’un nourrit l’autre ?

P en ce moment oui, l’un nourrit l’autre. Parce que d’où je réfléchis transforme ma perception qui elle-même me donne des informations nouvelles à ma réflexion. Mais là encore, là, je suis dans la faille, peut-être pas… parce que là, j’allais dire, je suis encore entre sensations et réflexions, sensations et pensées. Mais, c’est pas vrai, parce que là je suis un homme ému qui s’ignore, parce qu’en fin de compte, je ne voyais pas, j’avais oublié, pour moi, il y les trois cases, la sensation, la pensée et l’émotion et je disais, je parlais de la sensation, mais en fin de compte, là, je me sens en état d’homme ému, mais je ne le conscientisais pas, et on parle que de ça. C’est comme si je mettais un voile, c’est peut-être un conditionnement, le droit d’avoir des émotions, c’est comme si je shuntais cet aspect, C’est étonnant, j’ai peut-être plus d’émotions que je ne le crois.

J de ce que tu perçois ou de ce que tu t’autorises à percevoir ?

P plus d’émotions que je m’autorise à percevoir, parce que quand j’écoute, elles sont là. Ou que ma représentation, ce n’est pas que, là, j’en parle, je les sens, je m’en rends compte. Mais, il y a quelque part, en moi, quelque chose qui fait que je ne les valide pas, oui c’est : « j’en parle mais je ne les vois pas, c’est étonnant, parce que c’est là.»

J donc, là, par contraste avec ce que tu nommais tout à l’heure, de ce moment des premières rencontres avec l’animation, où l’émotion saturait ta conscience, ta disponibilité, là le contexte est différent ?

P ouais, donc là, je suis dans un état d’homme ému, oui, j’y suis.

J ta disposition est différente ?

P oui, là ma disposition, elle est à bas régime et ce que je sens, c’est qu’il y a pas de différence entre sensation et émotion. Enfin, je veux dire que dans moi, là, c’est dans le même lieu. C’est juste dans le regard qui a l’habitude de capter les sensations et de masquer l’émotion. Mais dans le vrai, les deux sont dans le même lieu, le même temps. C’est juste ma conscience et mon regard qui en cache une. C’est comme s’il y avait une pièce que l’on reconnaît, je ne vois qu’une face.

J humm

P voilà, je suis obligé de faire un effort et de faire un effort à ouvrir la porte à mon état d’âme ou à mon émotion. Alors, que ça m’est très facile de sentir ça chez l’autre. Chez moi, il faut que je donne une autorisation ou que je fasse un effort d’éprouver

J il y a un consentement

P un effort d’éprouver, une autorisation à entendre l’émotion, et à ne pas rester dans la sensation. Or, souvent je fais sensation-pensée, et j’évite, j’évite l’éprouvé, ou…

J la résonance ?

P ouais, la résonance, alors qu’elle est là et je n’y prête pas attention.

J ça voudrait dire que l’homme ému demande une disponibilité attenttionnelle à ses affects ?

P ouais, tout à fait. Une disponibilité attentionnelle à ses affects et que ce soit l’homme ému ou l’homme émotionné. Dans les deux cas, c’est une nature de perception qui n’est pas du même ordre que la pensée ou que la sensation. Là, l’émotion, c’est quelque chose de spécifique.

J y compris dans l’état d’homme ému.

P y compris dans l’état d’homme ému, je peux très bien laisser rentrer le mouvement et ne pas me laisser toucher par lui. Ne pas me laisser toucher, ou ne pas voir que je suis touché. Parce qu’en fin de compte, ce que je découvre c’est ça, je ne vois pas que je suis touché, mais j’y suis, tu vois, dans notre entrevue, je n’ai pas quitté l’état d’homme ému et c’est que tout à coup, je l’avais oublié, je m’absentais de l’homme ému.

J alors, ça m’amène à une autre question qui est : d’abord, visiblement l’homme ému existe

P oui !

J c’est pas une vue de l’esprit, une pensée, c’est un vécu

P oui, tout à fait, l'homme ému c’est du vécu pour moi.

J dans ce que tu nommes, j’entends que c’est un état, un processus, ou un moment qui peut se dilater, qui peut s’étirer, qu’on peut garder,

P oui

J qu’on perd aussi

P ouais et qu’on peut éviter aussi !

J et qu’on peut éviter, alors ça j’y avais pas pensé.

P éviter, ou shunter ou ne pas entendre.

J humm

P et là, c’est pas intentionnellement, mais éviter par conditionnement.

J humm

P ou, pour l’instant j’ai d’autres canaux privilégiés, et qui, si je laisse faire mes habitudes, je shunte l’homme ému. Donc, je suis obligé de faire un effort de conscience, pour dire : « eh, là, ça me fait quoi ? »

J hum

P là, ça me demande un effort attentionnel pour ne pas le perdre ou ne pas l’oublier

J alors, cet homme ému, on le perd, on le quitte, on peut le garder, tu as des stratégies, pour le garder, le retrouver. Je ne sais pas, c’est comment la vie quand on n’est pas un homme ému ?

P c’est plus sec, moins chaleureux

J à quoi tu reconnais que c’est plus sec et moins chaleureux ?

P là je me sens imbibé, moelleux

J quand c’est présent ?

P quand c’est présent, par contraste je reconnais que c’était plus sec dans mon thorax, et qu’il n’y avait pas cette chaleur, cette imbibition, comme une éponge gorgée de jus ou une éponge qui est sèche. Il y a quelque chose qui vient gorger ma matière.

J et tu as des stratégies quand tu quittes cet état ? Tu as des outils, comment ça se passe ?

P bien, prendre conscience. Prendre conscience que j’ai oublié, et pour moi, c’est pas difficile d’y aller. Ce n’est pas difficile d’y aller, par contre, c’est très facile de l’oublier. C’est comme si..

J tu as un exemple ?

P là, je viens de le vivre tout à l’heure, je me suis surpris de parler de sensations et de pensées, j’avais oublié l’émotion et l’homme ému. Ouais, ça peut arriver tout le temps. J’ai besoin d’entraîner une souvenance permanente à mon homme ému. Comme j’ai dû m’entraîner à avoir une souvenance permanente au mouvement interne.

J hum

P ma stratégie, c’est de me poser la question : « là, ça te fait quoi ? » Quand j’ai une sensation, une pensée, c’est de me demander quel effet ça me fait. En quoi ça me touche et comment ça me touche ? Est-ce que ça me touche, est-ce que ça ne me touche pas ? C’est juste ouvrir la porte à ce champ-là.

J comment tu pourrais décrire tes relations quand tu es sous cet état d’homme ému ?

P ça me fait penser qu’il a deux phases ; il est facile de m’en rappeler. C’est un premier niveau. Deuxième niveau, c’est de l’exprimer et de l’offrir à l’autre.

J cela veut dire que l’on peut garder l’état d’homme ému pour soi ?

P oui, enfin moi, je peux ou bien cacher mes émotions à l’intérieur et paraître glacial à l’extérieur, alors que je suis bouillant dedans. Comme si je limitais l’amplitude de cet état intérieur.

J hum

P donc, j’ai appris quand même en vingt ans à offrir qui je suis dans mon état émotionnel, un le percevoir, me percevoir, deux, les exprimer, les partager. Mais c’est comme s’il y avait deux étapes. J’allais dire, pour moi, ça suffit pas que je me dise : comment tu te sens ? Parce que souvent, je peux me dire ça, moi, je suis au courant, mais je ne le manifeste pas à l’extérieur, je ne laisse pas exprimer, je bride l’amplitude intérieure pour que ça ne se voit pas à l’extérieur.

J ça eu quel impact cette rencontre avec l’homme ému dans ta vie ?

P j’ai gagné en intelligence inter personnelle.

J a quoi tu reconnais cela ?

P du moins la relation, déjà, premier niveau, avant j’évitais la relation. Ou la relation à l’autre me faisait peur. J’avais peur d’être dérangé par mes émotions. En apprivoisant l’homme ému, mes émotions étaient plus apprivoisées, plus libres, je pouvais les communiquer, du coup, la relation était plus facile. La relation était facilitée, approfondie. C’est bon quand quelqu’un nous offre ses émotions. Parce que ses émotions, ça sert à ça. Et pour moi, savoir faire ça, ça enrichit ma relation à l’autre.

J donc, enrichissement de la réciprocité ?

P oui, un enrichissement de la réciprocité

J de l’altérité ?

P oui, et de l’altérité

J et dans ta manière de vivre, c’est quelque chose qui est une réalité pour toi

P oui, une vie plus profonde, plus vivante, plus moelleuse, plus chaleureuse

J en fait, j’entends depuis le début, quasiment que des éléments agréables et positifs, alors, est-ce que je dois comprendre que l’homme ému ne vit que des émotions positives et agréables ? Bon, je pourrais poser la question autrement, est-ce que tu as l’expérience de moments désagréables en tant qu’homme ému ?

P mais ça, c’est quand il y a des émotions trop fortes, mais ça, c’est pas l’homme ému. Une émotion de peur, il peut y avoir des émotions désagréables, quand c’était trop bon, ce n’était pas forcément agréable. Dans cette crise de sanglots, l’expression n’était pas forcément agréable.

J hum

P elle était peut-être salvatrice, mais pas forcément agréable. Ce qui était agréable, c’était ce qui avait en amont et qui avait déclenché ça. Mais l’homme ému, lui-même, ça se fait plutôt dans quelque chose de la douceur, dans de la douceur. Je dois dire que c’est plus des catharsis d’émotion qui sont désagréables que l’homme ému.

J hum, d’accord

P après jusqu’où on met l’homme ému, parce que l’émotion, est-ce qu’elle fait partie de l’homme ému ? Pour l’instant, je ne vois pas de point négatif à l’homme ému. Comme si c’était une émotion physiologique qui était bien vécue. Pas une émotion gigantesque et exacerbée parce qu’elle avait été retenue avant. Et du coup, ça devenait une émotion pathologique. Dans l’homme ému, c’est une émotion physiologique qui est juste et plus agréable à vivre pour soi et pour les autres. Contrairement aux émotions qui peuvent être pathologiques.

J dans tout ce qu’on a partagé, on a parlé beaucoup de contexte professionnel de la praxis du Sensible. Est-ce que tu aurais un exemple dans un plan qui ne soit pas professionnel, non professionnel ?

P ouais, j’allais dire tout le temps, c’est, si ce n’est pas là spontanément, je me dis qu’est-ce que je ressens ? Qu’est-ce que ça me fait ce que je ressens ? Il y a l’homme ému, il est présent, que ça soit de moi à moi, de moi aux autres… il y a aussi la méditation, c’est une pratique professionnelle, mais c’est aussi une pratique personnelle. Ma compagne et moi, quand je suis animé du Sensible, et en lien avec l’effet qui est déclenché, l’homme ému est là et c’est pas professionnel. Oui, il est très souvent là en

dehors des pratiques. Pour moi, une définition de l’homme ému, c’est qu’il a besoin du Sensible, oui, car je suis en contact avec le mouvement interne.

J oui, ça dépasse le cadre professionnel

P oui, ça déborde, mais c’est en relation avec mouvement interne. S’il n’y avait pas le mouvement interne, je n’appellerais pas ça homme ému. C’est l’émotion intrinsèque que déclenche le mouvement interne. Ce que j’appelle l’homme ému.

J pour que je comprenne bien que veux-tu dire par émotion intrinsèque ?

P c’est l’émotion qui n’est pas due à un événement extérieur mais qui est du à la relation et à l’expérience avec le mouvement.

P maintenant que moi, je créé par une expérience extra quotidienne, comme la méditation, ou je fais du mouvement, ou alors, parce que le mouvement, il est là, tout seul et spontanément, quand je suis en relation avec ma compagne, je peux être dans l’homme ému et en relation avec elle avec cet homme ému. C’est pas une situation professionnelle, pour moi, la seule chose, c’est ouvrir le canal à l’émotion, voilà. A l’état d’âme et à la résonance. La mienne. Parce que en, j’allais dire, si j’écoute ce que ça me fait, je peux la voir plus avec ma compagne qu’avec un patient.

J hum

P par contre, je peux sentir l’état d’âme d’un patient, ça se fait très facilement. Mais ne pas être dans l’homme ému, si moi, je n’écoute pas la résonance sur moi. Pour moi, ça ne dépend pas de ma posture professionnelle, ça dépend de ma posture intérieure, en présence du sensible.

J en tout cas, ce qui apparaît clairement, c’est que l’homme ému n’existe pas sans une dimension sensible.

P c’est la définition que je lui ai donné, moi. Je fais une différence des émotions qui sont amenées par le sensible ou les états d’amour ou de paix, ou de sérénité ou de douceur ou de joie intérieure qui sont emmenées par le sensible que les autres émotions. Pour moi, c’est ça la définition de l’homme ému. L’homme sensible ému, quoi. C’est ça, c’est pas l’homme qui avait une émotion.

J alors, si je reprends un peu mon guide de question qui était : que t’évoque le terme d’homme ému ? , la seconde est : aurais-tu une expérience de cet homme vécu ? Dans le cadre professionnel et personnel, la troisième, bien, est-ce que cet état il est éphémère ? Il est plutôt continu, quand on le quitte, comment est l’existence ? Et quand on y est, c’est comment notre relation au monde ? Comment on s’en aperçoit ? Tu t’en aperçois vite ?

P non,

J tu aurais quelques critères qui te ramènent à la prise de conscience de sa présence ou de son absence ?

P justement, j’ai envie en ce moment de travailler cette souvenance à l’homme ému. Parce que je te disais, c’est très facile de le trouver, mais très facile de l’oublier, de le quitter

J d’accord

P je suis obligé de faire un effort pour aller dedans. Comme si c’était pas installé. Comme si c’était pas naturel chez moi, d’être un homme ému. J’affine ce que je dis, où c’est pas naturel chez moi, de voir que je suis ému. Voilà, c’est ce que viens d’apprendre là dans notre séance. Et je viens de l’apprendre là. C’est beau ! c’est peut-être pour ça que je peux y aller facilement. C’est là mais je ne le regarde pas. Donc, c’est un travail de souvenance, de souvenance permanente, que j’y pense, que je le regarde et que j’y aille dans l’endroit où c’est. Que je me mette sur cette longueur d’onde, que je me mette sur cette chaîne-là au lieu de me mettre dans une autre chaîne.

J il y avait aussi le questionnement que quand tu es dans cet état-là : Pierre ému, ému du sensible,

P oui

J c’est quoi, le paysage de tes relations, par contraste avec comment tu étais avant ?

P oui, il y a une plus grande douceur, un plus grand respect, une meilleure écoute, il y a plus d’écoute, d’écoute du silence et un meilleur accueil.

J mais là, ce qui me vient, quand tu me décris ce que tu vis, bien moi quand je me décris homme sensible, quand je me vis en relation avec cette subjectivité,

P oui,

J je suis pas forcément ému pour autant.

P on est pas obligé, c’est ce que je disais. Moi, j’ai vécu cette différence, qu’il peut y avoir le Sensible, sans que je sois touché comme homme ému. Alors que jusqu’à maintenant, je croyais, ce que je viens de découvrir, c’est que est-ce que je ne suis pas touché, ou est-ce que je ne sens pas que je suis touché ? Donc, là il faudra que je regarde, parce que là, j’ai cette nouvelle conscience. Tout à l’heure, c’était pas là, et lorsque j’ai regardé c’était là. Je crois que c’est moi qui avais quitté ce lieu de l’homme ému.

J hum

P maintenant, j’imagine qu’il peut y avoir une relation au mouvement sans qu’il soit dans l’homme ému.

J c’est nouveau cela, c’est une idée nouvelle, on peut être dans le paradigme du sensible et non dans l’homme ému ?
P c’est un vécu, un vécu. Je ne pourrais en même temps pas être un homme ému sans être dans le sensible, mais en même temps, je faisais du mouvement sans être touché. Ou en étant peu touché. Sans être touché consciemment, je rajouterais maintenant. Pour être transformé, il faut qu’il y ait de l’éprouvé, et c’est ça qui favorise le sens et j’étais transformé et j’avais le sens, mais en shuntant l’homme ému. Est-ce que je n’étais pas conscient de cet état ou il n’était pas là ? C’est la question que je me pose maintenant.
J humm,
P au début, je croyais que je n’étais pas ému, mais là, je viens de comprendre que c’est parce que je ne regardais pas que je n’étais pas ému.
J alors, dans ce que j’entends, ça m’évoque que l’homme ému, c’est comme un personnage – j’utilise une métaphore – c’est comme une identité de nous que tu peux regarder, acter ou pas, activer ou pas.

P ouais

J refouler ou accueillir

P oui, je crois cela, oui

J inhiber ou exacerber…

P oui, inhiber, ça c’est sûr exacerbé, je ne sais pas. Moi, je n’ai pas la tendance à exacerber, j’ai surtout la tendance à inhiber mes émotions et cette personne émue. Est-ce qu’exacerber, c’est là où on tombe dans l’émotion ? je ne sais pas.

J ça m’amène à la question suivante, à quoi tu reconnais un homme ou une femme émue ?

P je vais le dire, c’est facile. Déjà, il y a des critères objectifs, quand il est en présence du sensible, et qu’il montre une émotion en étant dans les critères du Sensible, et qu’il l’exprime, qu’il exprime ses émotions. Et puis, il y a un critère subjectif, même s’il ne l’exprime pas, je peux le sentir dedans sensible et habité. Je peux aussi sentir une qualité de moelleux, de sa matière, ouais, pour moi il est imbiber, c’est une éponge moelleuse, et ça je peux le percevoir, subjectivement dans sa matière.

J hum, d’accord

P s’il est sec ou s’il ne parle qu’avec sa tête, ou alors s’il y a une expression

émotionnelle et s’il nous livre ses émotions

J donc, dans ce que j’entends, l’homme ému, tu le reconnais, soit parce qu’il a une présence qui offre les items du sensible, si on parle un peu technique.

P oui, pas seulement, il faut qu’il y ait les items du sensible mais aussi qu’il exprime ses émotion, qu’il soit dans la case émotionnelle, dans la case émue. Il peut être dans le sensible, mais inhibé, donc, ce sera un homme sensible, mais pas beaucoup ému. Or, dans l’homme ému, il faut qu’il y ait les deux, il faut qu’il y ait cet homme Sensible et cette libre circulation. Une circulation suffisante de ses émotions, qu’il soit suffisamment en contact avec, et qu’il les offre suffisamment.

J d’accord, d’accord

P ou qu’il les accueille suffisamment, il y a les trois. Parce que l’homme ému, c’est aussi celui qui est capable d’accueillir les émotions de l’autre et pas seulement de les offrir. Et ça se reconnaît dans sa présence, dans sa subjectivité.

P oui, il y a des critères objectifs et des critères subjectifs.

J ma dernière question ; tu aurais des choses à rajouter sur la reconnaissance de l’homme ému ?

P je pourrais développer mais non, j’ai dit l’essentiel. Et un homme ému, il est touchant et il met en mouvement. Donc, il anime mon mouvement interne et il me touche. J’ai parlé des critères chez l’autre, mais il y a aussi ceux dans moi, dans mon corps et dans la réciprocité. Je suis touché et animé par lui.

J alors, j’ai une question que je n’ai jamais posée, Est-ce que tu as rencontré des hommes, des femmes émus qui n’avaient pas du tout fait notre pratique ?

P pas dans ma définition, parce que moi, il faut le mouvement interne, ors, est-ce que j’ai rencontré des gens qui avaient le mouvement interne sans avoir fait notre pratique ? J’en sais rien parce que au moment où je mets les mains, et que ça bouge est-ce que ça existait avant, je ne sais pas. Je n’ai pas forcément regardé bouger en mouvement avant de regarder dans la matière. Donc, à priori pas dans ma définition.

Parc contre, j’ai pu rencontrer des gens qui avaient intégré une telle qualité d’émotion. Ils n’étaient pas débordé par leur émotions, ils étaient libres dans leur émotion. Ils étaient accordés au corps et à l’esprit. J’ai rencontré des gens, ouais, qui ont intégré parfaitement ce degré émotionnel.

J d’accord

P mais ça va pas avec ma définition, pour moi, il fallait être en mouvement pour être appelé : homme ému. Parce que suite à tes premiers travaux, tu avais appelé ça comme ça. Mais il y a des gens qui ne passent pas par les pratiques du sensible et qui ont des très, très belles gestions de leurs émotions, des émotions, même mieux que certains qui sont dans le sensible.

Si j’élargis ma définition de l’homme ému, qui sont de meilleure qualité que des gens dans le sensible.

J hum, hum

P je change un peu la définition. Ne serait-ce que moi, il y a des gens plus aiguisés dans le domaine émotionnel que moi, qui suis dans le Sensible, et pour qui l’émotion n’est pas ma facilité ; à gérer, à exprimer, à entendre…

J d’accord, ma dernière question est la suivante : quand tu entends homme sensible, homme ému, qu’est-ce que ça te fait ?

P pour moi, ça inclus, c’est inclus. Pour revenir à ce que j’ai dit, et juste à la question d’avant, je trouve qu’il y a des gens qui ont une bien meilleure intelligence émotionnelle que moi, alors qu’ils ne sont pas dans le sensible, pour n,e prendre que moi.

J humm

P mais, je vois plein de patients qui ne sentent pas leur état d’âme, donc, je ne pense pas être le seul à être comme ça.

J humm

P donc, je connais pas mal de gens qui ont une meilleure intelligence sur ce plan que des personnes dans le sensible. Et au lieu de l’appeler ému, je dirais qu’il a une intelligence émotionnelle.

J d’accord

P donc, reviens à la dernière question.

J homme ému, homme sensible, c’est quoi le rapport de l’un à l’autre.

P Pour moi, l’homme ému, c’est un plus de l’homme sensible. C’est un homme sensible un peu plus réalisé que juste l’homme sensible.

J quand tu dis réalisé, qu’est-ce que tu veux dire ?

P réalisé dans sa croissance personnelle, dans sa croissance d’humain. C’est physiologique de savoir bien gérer ses émotions, bien gérer ses pensées, ses sensations ; et l’homme sensible ému, c’est qu’il a une belle intelligence émotionnelle, donc c’est un homme sensible un peu plus complet. A moins qu’on appelle homme sensible, cet ensemble-là. Celui qui a une intelligence des émotions et de pensées.

J d’accord

P pour moi, l’homme sensible, c’est celui qui est en relation avec le mouvement, et voilà c’était ça jusqu’à présent.

J bon, là j’entends, pour toi, et c’est ça qui est intéressant. Tu es mon collègue qui a une connaissance, une expertise dans ce travail, qui repose aussi sur son vécu. Je pense que chaque praticien a sa propre théorie fondée sur ses expériences, et donc une manière de voir le monde singulière. Donc quand tu nommes ça, l’homme ému, l’homme sensible, c’est ce que tu penses, c’est le fruit de ton expérience ? Tu vas me dire si j’ai bien entendu ce que tu m’as dit. L’homme ému, c’est un homme sensible enrichi d’une dimension de rapport à ses émotions. Est-ce que l’homme ému, c’est l’émergence d’une des structures de l’homme sensible, parce qu’on la regarde ?

P oui, ça, ça me parle bien la deuxième définition. J’aime bien ce truc-là.

J quelque chose qui n’est pas dit, et qui se dit à travers l’homme ému. Une chose qui rencontre, qui rend compte d’une des couleurs de l’homme sensible. Et qui n’est pas toujours développé.

P ça, ça me parle bien, c’est ce que j’ai vécu tout à l’heure. C’est pas enrichi des émotions, mais d’un certain type d’émotion. Hein, parce qu’on peut être dans l’émotion et être sensible, sans être un homme ému.

J ah, c’est intéressant ça !

P des gens qui ont des émotions, des crises de larmes, des émotions exacerbées, pour moi, ce ne sont pas des humains émus, ce sont des humains qui sont dans l’émotion. Il peut y avoir du sensible, mais pour moi, l’homme ému, c’est celui qui a les émotions spécifiques du sensible, comme on disait – la douceur, l’amour, les tonalités, et où c’est accordé avec le reste.

J hum

P accordé avec les pensées, avec les sensations, accordé avec le moment, accordé avec l’autre, dans une parfaite authenticité quoi. Et emboîté. C’est pour cela que j’aime mieux ta deuxième définition. C’est pas l’homme sensible qui ajoute quelque chose mais ta définition où c’est comme si on ouvrait notre regard sur l’homme sensible.

J hum

P comme moi, tout à l’heure, j’avais l’homme ému, mais je ne le voyais pas. Ce que j’ai besoin, c’est peut-être plus d’ouvrir mon regard là-dessus, de m’y intéresser, de me le rappeler, que de le développer. Parce qu’en fin de compte, je peux très bien être homme ému, c’est pas encore intégré, il faut faire un effort pour que je l’écoute, et que je l’offre. Mais ça m’est pas difficile. C’est comme l’homme sensible, tout d’un coup, tu as développé, une facette, comme on peut développer la relation à la chaleur, développer la relation à l’amour, ou développer la relation à la cognition. Ou développer la relation au mouvement, au déplacement. Là, c’est développer la relation aux émotions spécifiques du sensible.

J ok, comment tu ressors de notre entretien.

P bien j’ai découvert que je pouvais être homme ému, que j’étais homme ému sans le savoir. Donc, ça c’est une bonne nouvelle. Je pensais pas à ça. Je pensais pas, maintenant que je dis cela, il y a plein de fois ou l’émotion était là, et je m’en aperçois après. Je pensais ça des émotions, mais pas de l’homme ému. Donc, c’est un autre regard et puis pour moi, ça va de pair avec le sensible, c’est évident qu quand le sensible est à, il y a cette proposition de l’homme ému qui est là. Maintenant, c’est comme tu dis, est-ce qu’on l’inhibe, on lui ouvre la porte.

J elle est sous-jacente

P voilà. Elle est sous-jacente. Et ça me fait chaud au cœur, de savoir qu’il y a un homme ému potentiel en nous, et… c’est là, prêt à émerger, comme on peut faire un lâcher – rythme, un lâcher-homme ému. Et puis, le fait d’en avoir parlé, ça me donne envie d’en parler, et d’offrir aux autres. Parce qu’en fin de compte, je m’aperçois que j’aime ça.

J humm

P c’est bon, c’est bon en moi, c’est bon en l’autre, c’est bon dans la réciprocité, c’est un merveilleux cadeau de complétude, quand c’est là. Merci toi.

J non, c’est moi. Qu’est-ce que tu aurais à dire sur les questions, le type de rapport avec

la personne qui te pose les questions, qu’est-ce que tu retiens ?

P hum, que t’es bien en réciprocité, donc, c’est agréable, parce que je me sens bien écouté et du coup tu perçois les effets en toi et c’es comme si ça ouvrait une autre dimension à l‘écoute. Tu écoutes les mots, mais t’écoutes aussi ta matière, j’allais dire, je t’ai trouvé plus dans l’homme ému au début qu’à la fin, ou qu’après, parce que tu étais plus dans la technique peut-être, dans tes questions. Maintenant la question qui me vient c’est, est-ce qu’il faut qu’il y ait de l’émotion pour être un homme ému ? Est-ce qu’il faut qu’il y ait de l’émotion manifestée ? Est-ce qu’une certaine malléabilité émotionnelle suffit ou mais, maintenant je me dis, il y a sûrement des moments, au début, tu étais beaucoup là-dedans, c’était vachement agréable, c’était touchant. Après on est plus parti dans le travail de ton doctorat,

J humm

P et voilà, c’est comme si j’avais vécu deux phases, toi, homme ému et toi, homme ému, plus extériorisé et toi homme ému, plus intériorisé.

J humm

P mais j’aime bien l’homme ému extériorisé que tu es. Ça me donne envie de fréquenter ça. Ce qui me vient, c’est que ça ne suffit pas d’être un homme ému intérieur, c’est important de manifester à l’extérieur, sinon, c’est perdu pour l’autre. C’est cinquante pour cent du chemin qui a été fait.

J ok, bien moi, ça m’a défatigué de ma journée, la manière dont tu offres aussi tes vécus, la qualité de tes descriptions, puis, le rapport à l’émergence, tu te laisses penser, altérer, et ça faisait longtemps que je n’avais pas fait d’entretien avec des gens de mon groupe expert. J’ai fait beaucoup avec des personnes non expertes, et puis par contraste, je mesure le lieu de mon intériorité qui n’était pas mobilisé, c’était super intéressant, j’ai appris plein de chose, il y avait la curiosité, la nouveauté, mais pas dans la modalité sensible. Je trouve que ça, ça fait du bien. Je vois aussi, que je suis content que tu aies pris du temps pour ça et de la richesse de ce qui s’est donné. J’ai hâte de retranscrire.

P hum

J c’est bon, ça me fait du bien, je me sens fatigué et puis nourrit sur un autre. C’était un bon moment pour moi. Je suis content aussi que tu sois présent dans ma thèse

P moi aussi. Alors j’aimerais bien lire ça avant que tu mettes ça dans ta thèse.

J D'accord. Oui, il y a un projet de donner aux personnes interrogées du temps pour relire les verbatims. Mais si tu souhaites, avant d'entamer l'analyse, je peux t'envoyer la retranscription

P ouais, je veux bien.

1.2 Entretien avec Diane

Diane à 50 ans,
Française, mariée et mère de famille
Infirmière psychiatrique de formation initiale,
Elle exerce de manière intensive et constante le métier de la pédagogie perceptive depuis 1993.
Elle est titulaire d'un mestrado en psychopédagogie perceptive,
Praticienne-chercheure au CERAP, elle est doctorante en sciences sociales, spécialité psychopédagogie perceptive. Elle s'intéresse à l'articulation entre le soin et la formation dans les métiers de l'accompagnement.

Entretien effectué le 15 juin 2011

J si je te dis homme ému, femme émue, qu'est-ce que ça t'évoque ?

D ça m'évoque une grande intensité d'émotion, quelque qu'elle soit, ça peut être de la colère, de la douceur, de l'amour, de la joie. Quelque chose de grand, d'ému, d'émouvant et de sensible. Dans un premier jet c'est ce que je dirais. Que tu vis dans des moments de grâce aussi, qui te tombent dessus. Ça peut être dans les méditations, ça peut être dans les traitements, dans le quotidien aussi. Tu peux aussi avoir accès à ça, ça fait partie de la vie. Voilà.

J quand tu dis, ça fait partie de la vie, il y a un moment dans ta vie qui pourrait se rattacher à cette expression ?

D oui, j'ai accompagné, aux environs du vingt mars, un de mes patients en fin de vie. C'était un de mes premiers patients. Je l'ai accompagné durant les trois derniers jours où j'étais très très présente ; où j'ai assisté à sa phase de non acceptation de la mort jusqu'à la phase d'acceptation de la mort. Je l'ai accompagné jusqu'au dernier moment où il m'a partagé avec une lucidité extrême ce qu'il vivait. Nous étions dans une communion, sa femme était présente, ils n'ont pas d'enfant, pas de famille ; j'étais vraiment leur référente. Sa femme est un peu sourde, elle avait oublié son appareil auditif alors, s'il avait quelque chose à transmettre, je servais d'intermédiaire pour lui

dire ce que mon patient souhaitait. C’était privilégié car on était seul dans sa chambre avec lui. Il me partageait ce qu’il vivait, ce qu’il sentait. Il y avait plein d’amour, c’était beau. Voilà l’exemple type de mon dernier moment de personne émue.

J on pourrait rentrer peut-être plus dans le détail de cette expérience ?

D oui, il y avait une grande présence, je me sentais vraiment dans ma globalité. Comment je le savais ? Je me ressentais entièrement dans mon bassin, dans ma tête, dans mes jambes, je me sentais accordée. Tu veux que je te détaille l’accordage ?

J tout est bon…

D deux minutes pour me remettre dedans. J’arrivais chez lui et je me sentais vraiment posé dans ma globalité, je me sentais très présent, je me sentais calme, je me sentais en paix, je me ressentais dans mes contours et au-delà de mes contours. Le temps n’avait plus du tout la même temporalité. On avait une complicité, des fois je le touchais, des fois je ne le touchais pas. Par moment, il me parlait de ce qu’il vivait, il y a des moments où c’était difficile quand je percevais sa souffrance. Mais par contre, par rapport à d’autres moments d’accompagnements, je n’étais pas touché dans mes organes, dans ma matière.

J humm

D j’étais touché émotionnellement, mais c’était pas de l’ordre de la sensiblerie dans le sens où j’avais mal pour lui. Pas du tout, j’accompagnais cette chose-là, je le sentais. Mais je ne le ressentais pas dans mon corps. Je ne sais pas si le mot et juste, mais je ressentais une grande compassion. J’étais toujours très posée. Je me souviens d’un moment précis ou Mireille avait oublié ses appareils auditifs et elle n'entendait pas bien ce que Richard lui demandait, de plus elle pleurait. Richard me chargeait donc de lui transmettre plus tard ce qu'il disait. Il expliquait où se trouvaient certains papiers à remplir après sa mort, la liste des personnes et organismes à contacter après son décès, un certain nombre de choses de cet ordre-là. Il disait à Mireille qu'elle ne devait pas pleurer car il ne se sentait pas triste.

J humm, qu’est-ce qui se passait pour toi dans ce temps précis ? Que vivais-tu ?

D Il souriait. Ses propos étaient entrecoupés de silence, je ne parle pas de l’absence de bruit, mais de celui rempli de paix. Celui que je retrouve au cœur de moi-même, qui permet d’entendre au-delà des mots. Son état résonnait en moi. J’avais la sensation de revivre dans le présent la méditation du dimanche matin animée par Danis lors de mon dernier stage doctoral de mars, avec une réalité vécue. Pour l’avoir réécoutée à plusieurs reprises, ses paroles résonnaient fortement. J’entendais ses paroles, sa voix qui me

remplissaient. Je ressentais à l’intérieur de mon corps cette lenteur dont il parlait, qui bouge sans se déplacer, qui donne la sensation de continuité et s’anime d’une intensité qui constitue l’émotion propre au sensible ; et qui nous révèle notre condition d’homme sensible.

J quand tu dis « il », c’est qui ?

D Danis dans la méditation, mais en demandant à Richard ce qu’il percevait, il confirmait qu'il se sentait en paix. Il précisait une immense paix, de la sérénité. Elle résonnait très fortement en moi, je percevais une immense profondeur, une authenticité, une simplicité, une stabilité qui ne m’a pas quitté durant tout l’accompagnement. Il me chuchotait, comme on raconte un conte, que la mort ne lui ne faisait pas peur, qu’il avait confiance, que ce n’est rien de difficile, qu’il suffit de se laisser glisser, que c’est beau. Je le sentais s’abandonner et dévoiler sa véritable nature. Il rayonnait. Il ressentait une grande force en lui, il rajoutait que c'était très lumineux, que sa foi augmentait, qu'il avait confiance en Dieu, qu’il était heureux, qu’il se sentait profondément vivant comme jamais. Il m’expliquait qu’il percevait son corps dans tous ses axes et même au-delà. Il m’a dit : « Je me sens plus grand que moi-même, je suis très ému. » Moi, je reconnaissais « l’homme ému » qui apparaît dans la valeur qu’il donne à ce vécu. Il disait à Mireille de ne pas pleurer car il n’y a rien de triste. Je recueillais chacune de ses paroles comme un trésor, avec la conscience que c’était ses dernières paroles et que j’étais son dernier témoin. Je retrouvais cet état de bien être, presque de l’ordre de l’euphorie, qui permet d’accéder à un état d’optimisme fondamental.

J d’accord,

D Je me sentais moi-même dans un état de grâce, de plénitude, un état que je ne retrouve que dans ces moments-là. Une grande disponibilité intérieure, une simplicité, une authenticité, avec une grande intimité, une harmonie, une réciprocité actuante. Je repensais aux cours de Eve sur l’écriture, qui nous expliquait sa compréhension de la réciprocité après sa discussion avec Danis, et je me disais que c’était peut être la première fois que je vivais cette réciprocité avec une telle intensité. J’étais dans un processus d’observation qui me permettait à chaque instant de vivre le moment présent, de me laisser agir, d’ajuster mes actions, de trouver des solutions adaptées. Je percevais que ma présence elle-même était soignante et qu’il en était de même par la sienne. Je me sentais dans un bain vivant. C’était la première fois que j’accompagnais une personne avec cette conscience ou lucidité jusqu'à la fin. Tout semblait juste. Il m'a dit qu'il ne savait pas ce qu'il y avait après la mort mais que s'il y avait quelque chose, il se

demandait ce qu'il pouvait faire pour moi et Mireille. Cela m’évoque le moment de la méditation ou Danis disait : « On entre dans un ‘se laisser agir’ car il y a la confiance ultime en rien d’autre qu’au principe de la confiance qui va devenir un lieu d’altérité, d’accueil à l’autre. » Il était sur le point de mourir et il pensait à nous aider moi et Mireille. J’étais émue et touchée. Je lui ai répondu que s'il avait la possibilité, ce serait sympa de nous protéger et de nous aider dans les moments difficiles. Il acquiesça et me dit qu'il n'oubliera pas s'il peut le faire.

J humm, tu as retenu d’autres choses ?

D oui, à un moment, il m’a dit que ce qui est difficile, c'est avant. Je lui demandais de préciser, il m’a dit : « C’est lorsqu’on souffre, lorsqu’on refuse la fin. Il faut un moment pour accepter et faire le deuil de plein de choses. Puis vient ce sentiment d’être pleinement vivant avec une sensation de force et de sérénité. »

J tu étais touchée, je vois, c’est fort ce que j’entends, ce que tu vis !

D et j’étais très calme et c’est ce qui l’apaisait me disait-il. Il m’expliquait qu’il n’a jamais senti autant le mouvement dans son corps, que l’intérieur et l’extérieur n’avait plus de contour. Il sentait que dans la pièce on baignait dans le sacré, il nommait ça sacré. Et je le vivais aussi comme tel. On était bien en paix et j’accompagnais cette chose-là.

J tu évoques ce moment particulier, est-ce que tu es en train de me dire qu’à ce moment-là, tu étais une femme émue, et lui, un homme ému ?

D oui, tout à fait, oui, c’est ça, tout à fait. Qui totalement différent de l’émotion que je pourrais vivre au quotidien ou c’était de la sensibilité !

J tu as décrit ta globalité, la qualité de silence, la présence,

D il y avait une intensité, il y avait une présence. Maintenant que ça vient, moi qui suis frileuse, il y avait de la chaleur ; parce qu’en plus, il faisait froid, mais je percevais en moi, une chaleur interne qui réchauffe. Il y avait une ouverture au niveau du cœur, mon cœur était expansé.

J c’était physique ? La région du thorax ?

D oui, dans la région du thorax. Voilà. Je sentais une ouverture au niveau de la tête et du bassin. En même temps, je sentais mes contours et en même temps, au-delà de mes contours.

J hum

D ça prenait la salle et ça prenait au-delà de la salle. J’avais du mouvement dans moi, lui- même avait du mouvement dans lui. J’avais l’impression que je me trouvais au bon moment, au bon endroit. Que c’était juste, il n’y avait aucune question, il n’y avait pas de problème, rien, c’était. Point ! J’avais l’impression que les événements s’enchaînaient.

J pendant le moment où tu étais avec lui ?

D oui, à un moment il y avait le prêtre qui est arrivé. C’était un orthodoxe. Il arrive là, à ce moment et c’est logique qu’il arrive à ce moment. Et où, lui-même, apportait quelque chose à cet espace et à cette ambiance. Ambiance qui n’était pas du tout triste, mais plutôt joyeuse, calme. Il vivait ça dans la sérénité, c’était très lumineux. Il a fait son prédicat - on dit ça ?- il était beaucoup dans le silence. Mais un silence plein et rempli. Rempli de quoi ?

J humm

D un silence doux, apaisant. Il n’y avait aucune peur, aucune tristesse. C’était !

J dans ce que je retiens de ce que tu dis, tu as décrit des effets organiques, physiques, des perceptions corporelles, intra et extracorporelles.

D un état psychique,

J de sérénité et de paix, un climat affectif plutôt positif,

D avec de l’amour

J comment tu pourrais décrire cet amour ?

D je te disais que c’était une ouverture au niveau de la cage thoracique, et c’était goûteux, savoureux. Et en même temps, c’est comme si je l’aimais, et c’était réciproque. On était proche, et c’est comme si on se comprenait sans se parler. Je l’entendais même si je n’étais pas à le regarder, même quand je n’étais pas tout proche de lui. Je savais qu’il me cherchait. Je le rassurais, je lui disais, je suis là et j’arrive. Voilà, il y avait une complicité, tu avais vraiment l’impression qu’on faisait un. Voilà, c’est ça ! Qu’il y avait qu’une seule personne dans cette pièce et pourtant, je me sentais profondément identifié quand-même, moi !

J hum, d’accord.

D il me disait qu’il se sentait profondément lui. Et en même temps, on était en communion. Voilà. Et Mireille, elle était incluse en même temps, puisqu’elle était dans la pièce. Mais elle, elle n’était pas vraiment là, elle était plus dans l’émotion, je dirais,

J à quoi tu le percevais ?

D bon, elle pleurait, mais je veux dire. Par exemple elle essayait de fuir la situation et elle parlait de quelque chose du quotidien. Du style : je ne sais pas où tu as mis la feuille d’assurance. Et puis, lui il me regardait, et puis on souriait, comme : « on en a rien à faire ! »

J tu veux dire que dans cette tonalité d’homme et de femme émus, l’ordre des choses est différent ?

D à ce moment-là, dans cette situation, bien oui, l’ordre des choses est autre !

J que tu pourrais décrire comment.

D ben, c’était différent du quotidien, comme un moment privilégié. Comme quand tu prends une méditation, où tu es à cent pour cent dans ce que tu es. Et dans la vie, en général, tu n’es pas avec toi ou alors, tu es en train de faire ta vaisselle et tu penses au patient que tu vas traiter. On ne vit pas forcément le moment présent. Là, c’était vraiment, on accueillait dans une forme d’accueil du moment à vivre. On savait que c’était les derniers moments à vivre et c’était précieux. Et cette intensité-là, je l’ai rarement vécu dans mon quotidien en faisant mes courses.

J humm

D cependant, pendant trois semaines après, j’avais l’impression qu’une part de moi était restée en contact avec cette chose-là. Et je vivais qu’une part de moi vivait au ralenti et accueillait, était présente à cette chose-là, malgré que je faisais la vaisselle,

J d’accord

D ou quand je traitais, il y avait une part de moi qui était restée dans cette présence et qui était… je dirais, dans une intensité ; une part de moi était dans ce rythme, c’était de la lenteur. Mes traitements étaient magnifiques.

J est-ce qu’il y a des temps autres que celui-là où tu vivais cet état de femme émue ? Dans ta vie ?

D oui, ça peut être des moments où je suis très amoureuse de Gilbert, par exemple. Où tu as l’impression que tu débordes d’amour et voilà, et on ensemble. Ça peut être avec ma fille où tu as des moments d’amour maternel, d’amour pour ta fille. Ça peut être en stage, mais ça encore c’est des moments très particuliers. Ça peut être dans mes traitements. Même dans des moments très intenses, même avant de rencontrer la spp, j’ai vécu des choses très fortes où je pense que ça correspond à la femme émue.

J donc cet état, tu es d’accord qu’on peut appeler cela un état

D oui, un état ou un processus.

J c'est quelque chose que t'arrives comme ça ? Que tu convoques, que tu perds ? Ce qui m'intéresserait, c'est d'essayer de voir ensemble un moment où tu t'es sentie quitter cet état de femme émue, et, à travers une expérience, comment tu pourrais me décrire ce qui se passe ?

D moi j'ai vécu pendant un an dans un état paroxystique où je considère que j'étais dans un état de femme émue. J'arrivais à convoquer ça, je l'appelais : « mon manteau de lumière » parce que j'avais l'impression d'être entourée de lumière et d'être dans une globalité. Mais c'était énergétique, au bout d'un an, j'ai perdu cet état, et au bout d'un an, j'ai vécu un état de dépression, où j'étais en dépression, vraiment. Parce que j'étais en manque de cette chose-là. Et que je vivais le quotidien comme une banalité. Je n'avais plus de goût, plus de saveur, plus de sens dans ma vie, alors qu'avant, je me posais même pas la question de pourquoi je vivais. Je vivais, point !

J est-ce que tu es en train de me dire que la femme émue, c'est une personne qui est en contact avec le sens de ce qu'elle vit ?

D pour moi, ça avait du sens. Je me levais le matin, il m'arrivait aussi d'avoir des moments comme ça, comme ce matin, je me suis levé, je suis allé sur la terrasse, j'ai pris mon petit déjeuner et il y avait la mer, les bateaux, la montagne et j'étais émue. J'étais consciente de vivre quelque chose de précieux et de l'apprécier, de le savourer et ce n'était pas grand-chose. Est-ce que ça a du sens ? Je ne sais pas, mais je vivais le moment présent, pleinement.

J donc là on parlait du moment de quitter… pour toi, dans ces moments-là, on perd un peu le sens de la vie, on est triste, voir même cela t'a fait rentrer en dépression. Tu as parlé de bonheur, de joie et de sérénité. D'amour aussi.

D la paix, la confiance, la confiance en soi. C'était énorme, durant l'épisode avec Richard, il y avait une confiance énorme. Je ne me posais pas de question si c'était bien ou pas bien. Tu as confiance, tu laisses faire, tu te laisses agir.

J et tu as confiance en quoi ?

D en moi d'abord. Et je me valide. Et quand je le perds, je ne le valide plus, je doute de moi et je ne me fais plus confiance. J'ai froid, alors j'essaie de mettre en place des protocoles pour le retrouver. Je pense qu'on peut trouver des protocoles pour se retrouver. Comme on dit, j'essaie de me faire traiter, je fais du mouvement, j'essaie de mettre en place des actions pour essayer – je ne cherche pas à retrouver – mais juste d'être moi avec moi, c'est ça qui est important. De se sentir présente à moi-même. Je

pense que c’est beaucoup lié à la présence à soi-même, à mon sens. Mon état de femme émue est lié à la présence à soi à différents niveaux.

J tu pourrais développer.

D Tu as une première présence à soi qui est physique, après elle va un peu un plus loin dans toi. Tu rentres dans quelque chose d’un peu plus volumineux et d’intensité. Et plus tu rentres dans toi, dans ta matière, moi je dirais, quand tu es dans les os, et tu vas encore plus profond dans toi, et tu as accès à ce ‘ni dedans-ni dehors’. Tu es dans le plus grand que toi mais où tu sais pertinemment que c’est toi. Où tu te sens vraiment, tu grandis, tu t’ouvres. Tu deviens plus lumineux, plus chaleureux, il y a effectivement de la joie, tu te valides et tu ne poses pas de question. Tu vis, tu es et tu accueilles, voilà !

J il y a des phases dans ta vie où tu te reconnais femme émue, et là, tu me dis : « là, j’y suis ! ». Ça serait quoi les choses les plus importantes ?

D depuis que je connais le mouvement, je pense que c’est la conscience de la chose et c’est toujours l’accordage somato-psychique, alors qu’avant, c’était purement énergétique et purement mental. Et j’avais peur de disjoncter ou de ne pas être normal, je sentais que j’étais sur un fil du rasoir à peut-être sombrer dans la folie ou peut-être, dans une psychose. Ça évoquait un peu cette chose-là. Mais c’était une grande émotion sacrée et depuis que je vis le Sensible, je dirais que c’est physique en plus ; et je ne me sens pas perdre pied ; et je me sens une grande solidité quand je suis émue, et dans une grande confiance. C’est beaucoup plus incarné, je me ressens dans mon corps alors qu’avant je ne me sentais absolument pas, c’était dans ma tête. Là, je me sens dans mes pieds, dans mes ischions, je me ressens. Et pour moi, c’est un garant où je sais que je suis juste ou de confiance.

J humm

D je sais que je peux ! Avant j’avais besoin de D. comme point d’appui, car je savais que je pouvais me perdre. Là, j’ai pas besoin de lui parce que je sais que je ne me perds pas.

J quand tu es là-dedans, qu’est-ce que ça a comme impact sur ta vie relationnelle ?

D je me demande si ce n’est pas contagieux, parce que quand tu es ouvert, l’entourage est mieux, tu es plus capable d’être à l’écoute, d’accueillir, d’être plus présente. Tu es disponible. Voilà, il y a une part de moi qui est plus disponible et qui ne l’ai pas quand je ne suis pas émue. Je prends le temps d’accueillir l’autre et de le recevoir. Et je pense que quand l’autre est dans cette disponibilité, tu es dans ce qu’on appelle la réciprocité actuante. Et de cette relation-là peut émerger des choses, des élans, des nouveautés…

J tu aurais un exemple ?

D déjà, quand ma fille vient et que j’ai une journée de travail, moi je la fuis parce qu’elle est en ce moment ou ces derniers temps à la limite du ‘burning aout’. Donc quand elle arrive, si elle vient chez moi, c’est qu’elle n’est pas bien. Et en fin de journée, je ne suis pas forcément disponible pour l’accueillir. Moi souvent je me protège, donc je suis fermée. Et que je me dis : « J’espère qu’elle ne va pas rester longtemps ! ». Et là, on rentre dans les choses rationnelles et pesantes de la vie quotidienne.

Et quand je suis disponible et dans cet état de femme émue, je suis dans un accueil et là, ma fille se pose en un quart d’heure. Même si tu ne dis rien, tu ne fais rien, rien que ma présence l’apaise et tu sens qu’elle se pose, elle sourit. Et du coup elle ne fume plus, c’est un critère. Elle a une autre tonalité dans sa voix. Et c’est des moments où on est, simplement, on ne se dit rien, et des fois, on est dans des discussions profondes sur des choses de la vie, c’est langoureux, calme, disponible ; le temps n’a pas la même valeur, on prend du temps, on se fait du bien.

J cet état-là que tu décris, est-ce que le sujet - c’est une question que je me pose -, en t’appuyant sur ton expérience, quand ta fille arrive et que tu n’es pas disponible, quand tu sais qu’il va y avoir une nature d’altérité ?

D de réciprocité, oui, qui n’est pas là ou pas possible

J ou pas nourrissante, parfois tu es dans la disponibilité. Tu as un exemple ou tu as créé cette disposition alors qu’elle n’était pas là ?

D bien, moi déjà, ce que je fais, c’est que je me pose, moi, dans mon corps, je m’assieds, je m’adosse, je me pose, et c’est d’abord l’attentionnalité ; je fais d’abord attention à moi. Je me recentre sur mes contours, sur mon intériorité, je m’ouvre.

J quand tu t’ouvres, tu fais comment ?

D déjà, je me relâche mes tensions, je relâche dans mes pieds, dans mon estomac par exemple. Je relâche ma tête, mes bras, le tout est une question d’équilibre. Je ne suis pas trop avachie, ni trop tendue. Je trouve un entre deux, et ma respiration se relâche. Je sens que je relâche dans mon cou. C’est comme dans mes méditations au début, je m’installe en moi, physiquement et du coup, mon mental s’apaise aussi. Et à ce moment-là, j’essaie de ressentir l’autre.

J il y a beaucoup de période où cet état est stable ou pas ?

D depuis que je pratique dans le Sensible, c’est plus régulier. Et puis, il y a des moments où c’est pas disponible et puis voilà.

J tu as repéré ce qui te met hors de cet état ?

D par exemple, quand il y a trop de contrariétés. Quand je suis fatiguée, quand je ne suis pas juste dans ce que je fais ; quand j’aurais besoin de me poser ou de pas travailler alors que j’ai des contraintes… c’est quand, par moment, j’explose et je suis hors de moi, réellement. Alors que des fois, tu exploses et tu n’es pas hors de toi. Ça, ça arrive aussi.

J tu veux dire quoi ?

D je ne sais pas, tu gueules, t’es contrariée. Et des fois, tu sens que c’est pas juste, tu t’en prends à l’autre alors que l’autre, il n’y est pour rien. Et tu sens que tu n’es pas dedans. Et pour moi, c’est de l’émotion et ce n’est pas l’homme ému.

J humm

D et par contre, d’autres fois, tu peux te mettre en colère et c’est juste, approprié à la situation. C’est spontané et ça fait partie du moment. Et c’est juste. Et pour moi, ça fait partie de la chose, ça fait partie de la femme émue. Oui, de plus en plus, j’arrive à maîtriser cette chose-là, maîtriser entre guillemet, et des fois ça te tombe dessus. Comme par exemple, l’accompagnement, voilà, c’était là, je ne m’attendais pas à accompagner non plus. Des fois, tu te dis : « je vais en stage, je vais pouvoir y accéder », et ça ne se passe pas. Parce que je ne sais pas ; je suis contrariée ou allée au-delà de mes limites ou encore, parce que je suis en train de couver une maladie ou un abcès. Oui, vraiment, c’est que je suis absent de ma vie, après, quand je ne suis pas juste dans le moment. Là, je sors. Après comme tu le sais, que tu es de plus en plus sensible, forcément, tu assumes de moins en moins les moments où tu y es moins. Et puis, il y a les moments où, comme on disait ce matin, on fait partie d’une communauté et on perçoit les effets du groupe. Et où tu te dis : « voilà, je ne vais pas bien, je déprime » et je ne sais pas du tout à quoi attribuer cet état, et en discutant avec des collègues ou autre, tu te rends compte que c’était toute la communauté qui était en manque de cette chose-là. Donc, à mon avis, il y a aussi des phénomènes que l’on ignore et qui on leur influence.

J dans ce que disais, on peut déprimer ?

D pas que déprimer, bon, on va pas très bien, point barre !

J on peut être joyeux et ne pas être dans la femme émue ?

D est-ce qu’on peut être joyeux et pas dans la femme émue ? Quand t’es joyeux, c’est que tu vas bien, et donc, je dirais non, moi, là, je suis dans la femme émue !

J d’accord

D maintenant que tu ne sois pas juste dans ce que tu fais et que tu sois heureux, oui, c’est possible.

J il y a d’autres secteurs de ta vie où tu rencontres cet état ? D’abord, c’est important pour toi, cet état ?

D bien oui, bien sûr ! Pour moi, quand tu es dans ce état-là de femme émue, c’est que tu es dans un emboîtement dans la vie. Et je suis heureuse de vivre, de vivre ce que je vis, et ça m’apporte une conscience de ce que je vis. Par exemple, quand je suis en présence de D., de ma fille, de mes amis, c’est la conscience de la chose.

J il y a des secteurs de ma vie où il te paraît plus simple d’être femme émue ?

D je dirais, moi, je suis quelqu’un d’affectif alors mon mari et ma fille, c’est déjà très important pour moi, et quand affectivement, je suis rempli.

J c’est comment quand c’est rempli affectivement ? Si tu veux bien ?

D oui, alors qu’est-ce que je ressens ? Déjà, c’est physique, je pense que ça doit être hormonal.

J à quoi tu le reconnais ?

D je me sens bien dans mon corps, j’ai du plaisir à être dans mon corps. C’est cette notion de confiance et de validation de soi. C’est aussi une ouverture du cœur, comme je le disais. Qui se traduit physiquement dans le thorax et ça se diffuse et ça passe aussi dans l’intellectuel, dans mes réflexions.

J ça se traduit comment tout cela dans ton rapport à ta fille, à ton mari ? Si j’ai compris cet affect est positif, si j’ai compris ?

D Oui, c’est dans mes cellules, dans mes pensées qui sont positives, elles sont stables. Je suis moins en train de tourner dans mon cerveau, de tourner en rond. Je ne tourne pas en boucle. Soit c’est de la paix ou j’ai envie de créer. Soit j’ai envie de rien, simplement d’être là, d’être dans la sérénité. Je fais la différence avec mes pensées qui créent ou des pensées qui ruminent, j’appelle ça des ruminations.

J hum, la femme émue n’est pas dans la rumination ?

D pour moi, dans mon expérience, non !

J une chose qui m’intéresse et que tu pourrais m’éclairer. On parle souvent d’amour, de la femme émue qui est dans cette dimension affective, avec ses patients, ses amis… etc. Comment ça s’exprime dans la vie intime.

D tu parles de la sexualité ?

J par exemple, comment tu le décrirais, est-ce que tu es toujours dans cet état avec ton mari ?

D ben, non ; il y a des moments ?

J est-ce que ça a du sens pour toi, cette question ?

D oui, bien sûr ! Il y a des moments où par exemple, tu peux faire l'amour et c'est physique. C'est physiologique et tu te fais du bien physiquement. Ça te comble un manque, non, c'est pas un manque, mais physiquement, t'es comblé. Et il y a des moments où il y a une émotion qui s'installe. L'homme ou la femme émus sont là, tu y mets un état affectif qui se mêle à la sexualité et qui apporte un plus, qui donne une autre dimension à l'acte si tu veux. Et qui peut même aller à une dimension, je dirais même, une dimension sacrée. Où tu as l'impression de baigner dans l'univers, où c'est plus grand que nous, où ça déborde de nous. Quand je dis déborder, je pense à l'accouchement de ma fille, où je pense que c'était le plus beau jour de ma vie. Je disais que j'avais l'impression que j'aimais tellement D., que ça avait débordé, et que le débordement, c'était D. qui venait ; j'accueillais cette chose-là et que D. était là, c'était vraiment la sensation que j'avais. C'était un moment vraiment magique et ça a duré le temps qu'on me la reprenne. C'était un moment magique, d'une émotion intense

J si tu replonges dans cette expérience

D on était les deux dans la salle d'accouchement, le médecin nous avait donné quelques minutes, pour être seuls pour être avec D. Et c'est un moment où j'explosais d'amour. Comme je pourrais dire, on était dans une communion, une intimité, une proximité et on accueillait vraiment le fruit de notre amour. C'était quatre ans, cinq ans d'amour qui était dans nos bras et qui était beau. C'était évidemment le plus beau moment du monde, il y avait beaucoup de chaleur, de douceur, de tendresse. C'était très intense. Donc, l'intensité est capitale dans l'homme ou la femme émus. C'était un moment de partage avec chacun de nous qui était ce qu'il est. C'était un bonheur, de la paix, on était rempli de ça. J'avais tellement peur qu'elle ne soit pas normale avant de naître, par ce que j'avais vécu durant ma grossesse. Tu ne te poses plus de question, tu accueilles et voilà !

J d'accord

D et par moment quand on fait l'amour, c'est ce qui se produit et des fois tu es sans. Des fois, c'est comme dit, physique, et un peu plus. Je reviens à mes poupées russes, où quelque part il y a quand même une attirance, mais ça grandit, ça grandit. Ça s'expanse en intensité et en volume et en espace et en émotions, et en chaleur, en bleu, ça peut être coloré, et t'as l'impression d'être en communion avec les autres. Le regard envers l'autre change aussi

J humm

J il change comment ?

D tu vois l’autre, je pense que tu vois et tu rentres en relation en l’autre, avec la part la plus belle de lui-même, et tu lui offres la part la plus belle de toi-même. Et le brassage de cette chose-là te donne encore quelque chose de plus grand, et tu peux accueillir encore d’autre et encore d’autre. Et il y a de l’espace. Et tu peux accueillir l’autre comme une mère qui a des enfants et tu aimes chacun de façon différente. Mais il y a de la place pour chacun en fait.

J humm, dans ce que j’entends là, il y a pour moi la question du désir, du désir de l’autre. Comme si il y a différentes natures de désir ?

D physiques, hormonal, intellectuel,

J affectif

D oui, il y a du désir affectif !

J et puis ?

D il y a du désir au-delà de l’affectif

J alors, le désir est quelque chose d’adapté pour la femme émue ?

D oui, oui, c’est sûr que le désir, c’est quelque chose de présent dans la femme émue !

J tu pourrais m’en dire plus ?

D sur le désir ?

J oui

D le désir de l’autre ?

J je vais t’offrir ma résonance, parce que ça fait partie de notre interaction. Quand tu nommais ce que tu vivais avec D., ce que tu vivais avec ton accouchement,

D oui,

J ce que tu vivais avec l’accompagnement en fin de vie, pour moi, il y a des points communs de ces expériences, dans le rapport à l’amour, dans la simplicité, dans l’évidence, dans l’authenticité.

D authenticité ! Ça me parle beaucoup, parce que tu es profondément toi. Et ça me fait penser à la discussion qu’on avait l’autre jour. Par exemple, face à certaines personnes, je sens que je ne pas être moi et que je ne suis pas accueillie en tant que moi ; que l’autre me projette des choses et que je ne suis pas vraiment, moi.

J humm

D je sens qu’existe en tant que D., je m’autorise à être authentique et à être accueilli dans tout ce que je suis, dans toutes mes facettes avec mes bons et mes mauvais côtés.

J c’est une condition de la femme émue ?

D oui, oui, tu es comme tu es, dans le moment où tu es. C'est accueillir l'autre là où il est ; c'est pour moi le « prendre-soin ». A un moment, je voyais l'autre tel qu'il était, dans ce qu'il avait de plus beau ou je ne voyais que cette partie de lui et des fois il y avait un sacré décalage dans ce que je vivais dans sa matière où dans ce que je connaissais de lui. Et là, maintenant, par moment je sais accueillir le plus grand de l'autre mais je sais aussi accueillir l'autre part : là où il est dans son présent.

J humm

D accueillir ses imperfections, les miennes aussi. Ça aussi c'est important de regarder tout et pas uniquement là où il pourrait être. C'est ça aussi être dans la femme émue.

J alors, si on fait le bilan de ce que tu as dit jusqu'à présent, ce que j'ai retenu en tout cas. La femme émue, ça existe

D oui, la femme émue existe, c'est sûr !

J la femme émue existait avant d'être dans le Sensible, mais, aujourd'hui, tu le vis avec un plus, avec un sentiment d'incarnation, plus dans ta matière,

D de confiance aussi, de paix

J que c'est quelque chose qui n'est pas vécu tout le temps,

D non

J qu'on peut quitter et qu'on peut retrouver

D que ça te tombe dessus, que tu le perds et tu ne sais pas pourquoi. Par contre ce que je peux dire, c'est qu'avant, ça s'est produit par une grosse dépression et que maintenant, quand je ne l'ai pas je ne suis pas en dépression. Ça, ça change aussi, j'assume aussi la banalité du quotidien. C'est important ça !

J d'accord

D ça fait partie de la vie,

J est-ce que tu es en train de me dire qu'avant tu avais besoin d'extrême et que maintenant tu as moins besoin de cela, que les choses plus simples, moins extraordinaires te nourrissent et t'émeuvent autant ?

D en accompagnement en fin de vie ou le fait de faire l'amour et d'atteindre un niveau sacré, je goûte à cette femme émue ; mais aussi ce matin en prenant mon petit déjeuner, je me sentais aussi femme émue et pourtant, il n'y avait rien en apparence d'extraordinaire.

J humm

D pourtant je me dis : oui, c'était un moment sacré quand-même, ce moment de ma vie quotidienne si simple. Alors, est-ce qu'il y a du sacré, et toujours cela quand on est dans

la femme émue ? Très bonne question ! tout dépend de ce qu'on met dans le sacré en fait

J oui, hummm

D moi, je dirais que le mot 'ému', c'est quand même un moment privilégié.

J humm

D ouais, pour moi, il y a quand-même du sacré dedans, mais ça peut être dans la banalité du quotidien, comme maintenant où c'est agréable et émouvant.

J et comment dans ta vie de femme émue, tu es en relation avec tes émotions pour toi, avec tes patients et les autres personnes…est-ce que ce sont deux choses différentes que d'être émotive et être émue ? Dans ton expérience, ça donne quoi ?

D oui, moi, ce que je tricote avec cette chose-là, je m'autorise les deux. L'un n'empêche pas l'autre. En fait, je sais quand je suis émotionnelle. Je ferais la distinction entre quand je suis dans l'émotionnel et quand je suis émue. Quand je suis dans l'émotionnel, ça ne me fait pas forcément du bien. Mais ça fait partie de la vie, de ma vie. Mais j'essaie souvent après de réajuster, parce que je sens que je ne suis pas juste. Que souvent, ça créé des dégâts.

J tu veux dire que quand tu es émotionnelle, tu n'es pas aussi ajustée que quand tu es émue ?

D non, je ne pense pas, pas pour moi en tout cas. Je te pique une colère qui n'est pas justifiée. Exemple, et donc, je m'en prends à l'autre, et là après je me rends compte qu'il n'y est pour rien. Après, j'essaie de réajuster, d'aller chez l'autre et de lui dire : « Voilà, je suis désolé, je reconnais, ce n'était pas forcément adapté, voilà, je te le dis, je l'assume ». Et ça, c'est une chose avec D., qu'on se dit beaucoup. Et on se reconnaît facilement. Ou avec D., je peux lui dire : « Hier, c'était pas forcément juste ce que je t'ai dit. Je n'étais pas forcément disponible »

J humm, d'accord. Il y a des gens qui font ça et qui ne sont pas forcément dans cette posture de femme émue. On peut réajuster sans avoir ce rapport matiéré à soi. C'est un peu la dynamique de l'intelligence émotionnelle. Tu es d'accord avec ça ?

D ouais, ouais.

J il y a des fois j'ai réajusté parfois des choses sans que je me sente pour autant dans la peau d'un homme ému. Ça n'est pas systématique en tous les cas.

D c'est vrai, oui. On a appris, oui, je suis d'accord avec toi.

J ça peut être ça aussi.

D j'adhère tout à fait à cette chose-là. On n'est pas forcément ému quand on réajuste.

J j'ai retenu que l'authenticité…

D c'est un critère important, être sujet de ce que je vis, de ce qui me touche, c'est un critère important. Justement dans l'expérience de l'accompagnement en fin de vie, il n'y avait pas d'autre personne que lui et moi, et que là, je me sentais accueillie dans ce que j'étais moi. J'ai accompagné mon oncle. Il me projetait l'infirmière et il s'adressait à moi en tant qu'infirmière. Il me demandait des choses en tant qu'infirmière parce que j'ai un diplôme d'infirmière. Et il me demandait : « Là, je crache du sang, est-ce que c'est normal ? ». On était dans quelque chose de médical et de technique. Et donc, il me demandait de le masser, de lui faire du bien avec cette projection. Alors que Richard, lui, il me disait : « J'ai besoin de ta présence. » Je me sentais concernée dans toute ma globalité. Je me sentais être son amie, bien que je le traitais déjà avant, mais, là, il me disait être son amie. Il n'attendait pas que je sois la thérapeute, il me demandait d'être là quand ça arrivera et jusqu'où je pourrais l'accompagner. Je me sentais profondément dans ce que j'étais. Par moment, je prenais la casquette d'infirmière quand il y avait des erreurs médicales, la casquette de pédagogue quand je le traitais. Mais profondément, j'étais moi et c'est ça qui est émouvant, c'est d'oser être ce que je suis, d'être acceptée dans qui je suis, sans avoir d'étiquette, sans avoir à faire gaffe à ce que je dis, sans peur d'être jugée. Et sans me préoccuper d'une technique. Et là, je me disais : « tu ne traites pas, tu ne soignes pas ! » Et pourtant, juste cette présence est soignante pour lui, pour moi.

J alors la présence, il y avait toi, Richard ?

D et Mireille… Juste trois.

J trois,

D il y avait une complicité. Je pense que c'est ça la réciprocité actuante, actuante parce qu'on laissait venir les emboîtements. Il y avait toujours une solution, je vivais sur des rails et je laissais faire. Et dans ça, j'étais profondément moi, et lui aussi, il s'autorisait à être profondément lui, à être dans la totale acceptation.

J et tu parlais de silence ?

D il y a des moments où le silence peut être pesant et des moments où le silence est doux, agréable, apaisant. Tu es posé, tu peux être en point d'appui ou en mouvement, mais c'est un silence qui est. En même temps, il y a la neutralité et c'est aussi émouvant.

J entre l'émotionnel et l'ému, dans le rapport à ça, tu vis des choses différentes ?

D oui, dans l'ému, je me sens touchée dans ma matière, touché dans mon être. Je sens que D. est touchée par cette chose-là.

J cette chose, c’est quoi ? C’est qui ? Tu peux m’en dire plus ?

D c’est cette présence qui nous permet d’accéder à un état, un lieu, un endroit où on était en commun, où on a pu être en commun, sur la même longueur d’onde. Par contraste, quand Mireille nous sortait un truc ou quand l’infirmière rentrait, on sentait tous les deux qu’elles n’étaient pas au même endroit. Alors, des fois, on invitait Mireille à venir dans ce lieu et elle est était dans cet émotionnel et c’était alors différent.

J d’accord

D dans l’ému, c’est doux, c’est sensible, en même temps il y a de la joie, il y a une chaleur humaine.

J tu peux la décrire ?

D il y a quelque part un pétillement à l’intérieur du corps. Un pétillement, c’est doux, il y a plein de douceur, pour moi, vraiment beaucoup de douceur. C’est très, très lent, il y a une lenteur, une stabilité. Tu as l’impression que tout ton corps est ouvert, c’est-à-dire relâché. Il y a aussi une notion de spatialité dans la mesure où je me ressens en haut, je me ressens en bas, je me ressens devant, je me ressens derrière, je me ressens dedans, à droite et à gauche. Et en même temps, je ressens l’autre, et en même temps, je le ressens dans quelque chose de plus grand que nous deux. Il y a cette notion de temporalité et de spatialité qui est différente.

J pour toi, dans notre métier, on est dans le toucher. Pour toi, comment tu décris un toucher de femme ému, d’homme ému, ou de femme sensible, d’homme sensible ?

D oui, là, par contraste, je peux te dire que je fais plein de massages avec des techniques différentes. J’ai un neveu qui m’offre un massage chaque année parce qu’il sait que j’aime ça. Alors, ça me fait du bien, mais ça me fait du bien physique et quand quelqu’un d’ému me touche ou quand quelqu’un qui est dans le toucher Sensible, je me sens touchée dans ma chair, dans une profondeur dans laquelle je ne me sens pas touchée autrement, dans s’autres approches. Même parfois, quand ce n’est pas dans cette qualité, je me dis : « Alors, c’est quand que ça finit qu’elle me touche ?» Vraiment par contraste, maintenant je me peux me faire masser par quelqu’un qui est dans le Sensible et ça va être différent. Je vais me sentir « être touchée » physiquement et subjectivement, et dans la sensation. Chez l’esthéticienne, ou d’autres pratiques, il y a une part de moi qui n’est pas touchée, pas concernée.

J dans notre pratique du Sensible, quand tu es traitée, est-ce qu’il t’arrive d’être touchée mais pas émue…

D pour moi, être émue, c’est l’intensité qui fera la différence. Je me déjà suis fait la réflexion, c’est une question de présence à soi et de réciprocité de l’autre. Quand tu es dans l’alchimie de cette présence à soi et de la réciprocité à l’autre, là il se passe une rencontre où tu es cet homme ému, cette femme émue. Où vraiment tout de toi est concerné, on retombe dans cette authenticité et l’autre te donne son authenticité. Et par moment, tu traites même si l’autre te donne une attention, tu es dans le Sensible, tu es dans le mouvement, tu es dans la spirale processuelle, t’es dans une technique quand-même, mais tu n’es pas dans cet état d’ému. Il manque à mon avis, la réciprocité actuante.

J humm

D c’est quand tu rentres dans la réciprocité actuante que tu rentres dans l’homme ou la femme émue et qu’il se produit cette alchimie et cette intensité, cette alchimie.

J À quoi tu reconnais un homme ou une femme émue devant toi ?

D Je dirais que je reconnais un homme ou une femme émue parce qu’ils attirent mon attention. C'est un état qui est communicatif.

J qu’est-ce que tu veux dire ?

D L’état de l'autre résonne en moi. Si je suis dans ma présence et que je suis présente à ma présence, je fais la différence entre ce qui émane de moi et ce qui émane de l'autre. Peut-être, je peux parler à ce moment-là d'empathie dans le sens premier, c'est-à-dire lorsqu'elle est envisagée à partir du canal visuel comme par exemple, dans la classique théorie des neurones miroirs, ou dans la théorie husserlienne de l'accès à l'autre par le regard ou bien sûr, à partir de la parole sous toutes ses formes.

J hum, d’accord

D Pour moi, ce qui est spécifique à la somato-psychopédagogie, c’est que nous utilisons le sens du toucher en plus de l'approche verbale. Et cet état de réciprocité ou j'entre en résonance avec ma propre expérience du Sensible mais également celle de l'autre… En même temps que je touche l'autre je me sens touchée moi-même. En même temps, je sens ce que je touche chez l'autre.

J humm

D Voilà, c’est quand je m'implique, je me rapproche de moi, je me rapproche de l'autre et en même temps je perçois l'implication de l'autre. Intérieurement ça se traduit par un état de continuité, une lenteur qui bouge sans se déplacer, qui s'animent d'une intensité. C'est cette intensité qui constitue et révèle pour moi l'émotion propre au Sensible qui me

fait reconnaître l’homme ou la femme émue en face de moi. L'homme ému ou la femme émue apparaît dans la valeur affective, émotionnelle, existentielle, spirituelle, que je sens qu’il ou elle donne à ce vécu.

J mais dans ta relation à ce moment-là, tu vis quoi,

D il y a une rupture des frontières, ni dans le corps, ni dans l’absence du corps. Un lieu de soi qui n'est pas totalement soi. Ou un lieu qui n'est pas totalement soi et qui devient soi.

À ce moment-là je ressens la personne que je traite sur la table, la personne avec qui je discute, avec qui je suis, je ressens un état de bien-être, un état positif qui peut être presque de l'ordre de l'euphorie, parfois du sacré. Je pense à ce qui fait dire à Danis Bois que l'homme ému est optimiste. Il précise un optimisme fondamental.

J il y a autre chose ?

D oui, lorsque je suis dans cet état de femme émue devant cette personne émue que je reconnais, il est vrai que je suis heureuse de vivre. Que mes préoccupations n'ont plus lieu d'être, je me sens en sécurité et en confiance avec moi-même ; avec l’autre et je pourrais même dire que je vis la vie dans un état de paix profonde.

J d’accord

D Je perçois cet état, je sens bien si cet état entre en résonance aussi avec la personne qui se trouve sous mes mains ou dans d’autres circonstances. Mais dans ma pratique professionnelle,

je pense que c'est mon degré d'implication qui est un facteur décisif de l'accès à l'homme ému à l'homme ou la femme émue et de sa reconnaissance. Je peux percevoir une animation interne chez l'autre dans la pratique manuelle mais elle n'est pas forcément animée d'une saveur pour l'autre. Je rencontre différents degrés de transformation de l'état intérieur de la personne qui se trouve sous les mains. Je passe d'un état superficiel a toujours plus de profondeur. Cette graduation d'état se traduit par des degrés de conscience différents chez la personne.

J hum, d’accord. Je suis d’accord avec toi, tu vois autre chose

D oui, on parle également en somato-psychopédagogie du passage de la main percevante à la main Sensible c'est-à-dire de la main touchée par ce qu'elle touche. C'est donc par la qualité de mon toucher, la qualité de mon entretien, la qualité de ma présence, la qualité de la réciprocité que je peux percevoir et reconnaître l'homme ou la femme émue.

J et alors on arrive à la dernière question : quels liens tu fais entre homme ou femme sensible et homme ou femme émue ?

D Pour moi la différence entre l'homme ému et l’homme sensible serait la qualité de l'intensité du vécu de part et d'autre des protagonistes et le sens que l’on donne de part et d’autre de ce vécu. Il est bien entendu que je peux être émue sans la présence de l'autre parce que je suis dans ma présence, ma profondeur, que je perçois mon animation interne, mon Sensible, que je perçois cette intensité et que je lui donne de la valeur affective, spirituelle, émotionnelle. Ou alors je peux me trouver en présence de l'autre dans mon Sensible et cette intensité, sans que l'autre ni ait accès. Si je suis dans une posture de somato psychopédagogue mon objectif est bien entendu que l'autre puisse y accéder.

J tu es en train de me dire qu’on rencontre l’homme ou la femme Sensible souvent et l’homme ou la femme émus moins souvent

D je ne sais pas mais, si je perçois cette animation interne chez l'autre, je sais que je rencontre le Sensible de l'autre et pas forcément l'homme ému ou la femme émue. C'est là qu'intervient mon rôle du pédagogue dans le guidage verbal pour que l'autre accède à cette perception interne et qu'il puisse goûter à la sensation d'être vivant d'être lui-même être incarné, être touché et qu'il puisse en témoigner et accéder au sens que ce vécu a pour lui ou elle.

J Ok, on est à la fin de notre entretien, à l’issue de notre entretien, tu aurais des choses à me partager sur ce moment ?

D je me sens profondément moi (rire). Dans ce que je suis, je dirais que je suis la femme émue dans la manière dont tu poses les questions et dont tu as mené l’entretien et c’est comme si tu étais allé me chercher et que tu m’autorises à te dire : « voilà , j’ai vécu des choses intimes de moi et elles sont accueillies. Voilà. » Je n’avais pas l’impression de me sentir dans un entretien où il faut que je donne la bonne réponse.

J humm

D je trouve que tu as bien mené l’entretien, que tu avais cette ouverture. Le fait que tu puisses me dire, que tu me fasses des résumés et que tu me reformules ce que j’ai dit m’apprenait de ce que je te disais. J’ai vraiment l’impression d’avoir appris et de me rendre compte de cette réciprocité, de l’intensité dans les traitements, de dire qu’on est pas dedans tout le temps, les dépressions profondes, je ne connais plus trop. C’est différent, il y a des choses qui bougent. Je venais d’en prendre conscience. Merci Jean

J et moi aussi, merci beaucoup !

1.3 Entretien avec Alice

Alice à 52 ans, célibataire,
Française, elle vit entre le Québec et la France,
Kinésithérapeute de formation initiale, fasciathérapeute et pédagogue perceptive diplômée et active depuis 1985,
Auteure, formatrice et fasciathérapie et en pédagogie perceptive depuis la création de ces disciplines. Responsable pédagogique de formations professionnelles en France et à l'étranger.
Praticienne-chercheure en psychopédagogie perceptive et chargée de cours en psychosociologie à l'université du Québec à Rimouski,
Elle est titulaire d'une maîtrise en étude des pratiques psychosociales et doctorante en sciences sociales, spécialisation psychopédagogie perceptive. Elle s'intéresse à la question de l'éthique relationnelle en accompagnement du changement.

Entretien réalisé en novembre 2011

J Alors ma chère Alice,

A oui

J si je te dis : homme ému, homme dans le genre humain, donc tu peux entendre femme émue, homme ému ; qu'est-ce qui se passe pour toi, qu'est-ce que ça t'évoque ?

A bien, dans un premier temps ça m'évoque une montée d'émotions, des yeux mouillées, des larmes chaudes, ça m'évoque être touchée, ça m'évoque entrer en résonance avec quelqu'un. Ça m'évoque de l'humidité, du moelleux. Un homme ému, une femme émue…ça m'évoque des yeux qui regardent la vie avec tendresse, avec de l'âme.

J humm

A ça m'évoque ces regards où quand on regarde les enfants, et puis les voit les yeux plein d'éclats dans un regard, brillants, le noir plus noir, le blanc plus blanc. Les yeux plus brillants.

Ça m'évoque l'intelligence du cœur ou l'intelligence de la relation. Ça m'évoque la capacité d'être touchée par l'autre ou part quelque chose. Ça m'évoque le dés-isolement. C'est le moment où l'on quitte la solitude. C'est ça, être ému, c'est sortir de la solitude. C'est le moment où on commence être avec. Peut-être, c'est juste ce petit moment-là, cette articulation-là.

J oui

A où, de tout seul, on devient avec.

J d'abord, c'est très beau ce que tu dis. Si on m'avait posé cette question, j'aurais aimé répondre ce que je viens d'entendre. Pourrais-tu me décrire un moment qui te vient où

tu te reconnais, où tu peux te dire : Alice émue ? Un moment très récent ou ancien que tu peux aller chercher ou qui émerge, là maintenant. Et qu'on pourrait déplier ensemble.
A c'est toujours difficile, quand c'est des moments d'évocation comme ça, c'est des moments qui font apparaître l'importance de l'autre. L'importance d'être avec l'autre.
J pour toi !
A pour moi, oui. C'est le pas où comme tu es toujours avec l'autre, tu peux exprimer avec l'autre ce qu'est ta propre expérience. C'est quelque chose de déjà important.
J hum
A ça peut être paroxystique, …
J tu as u moment qui te vient ?
A ben pour l'instant, c'est ça, j'en ai pas qui me viennent. Ça peut être la nature, ce n'est pas forcément l'autre. Enfin, le moment, c'est le moment de la rencontre. J'ai plein de moments paroxystiques, mais, fort, mais un de ceux qui m'a le plus marqué, c'est ma rencontre avec la nature.
J tu aurais un exemple ?
A Oui. Parce que comme je suis aussi une fille de la ville ou une personne qui médite beaucoup, je peux avoir ces relations-là, dans la vie, avec les gens des moments de forte émotion… où l'émotion est là. Pas l'émotion, enfin, c'est de l'émotion, mais c'est le moment où la femme émue apparaît pleinement. Et là, je me souviens, j'étais à Rimouski, j'étais dans la première maison que j'ai louée. Et j'étais en train de réviser un examen, et à un moment je sors, je me mets sur la galerie, je m'amène une tasse de thé, je m'assois sur le fauteuil, il y avait la table à côté de moi, le thé, mes cours. Je regarde les gens passer. Et, c'est un moment où, je ne sais pas, je où j'ai pris le …, j'ai attendu, je me suis posée, plus que posée, j'étais ouverte, mais j'étais capable de recevoir, je n'étais pas juste ouverte comme on ouvre une porte.
J humm, et à quoi tu reconnaissais que tu n'étais pas juste ouverte ?
A je l'ai reconnu dans la simplicité. Parce que je regardais, je disais bonjour aux gens qui passaient, comme la galerie donnait sur la rue ; les gens marchaient, c'était l'été, il faisait chaud. Il y avait des oiseaux qui chantaient, il y avait les gens qui passaient et qui parlaient ensemble. Mais il y avait une… l'air était palpable, les pas des gens sur le sol étaient palpables aussi. Les bruits des oiseaux, c'était dans moi, avec moi. C'était pas juste ouverte, c'était pénétrant, c'était…, ce n'était pas traversant, ça ne me traversait pas.
J et c'était pénétrant comment ?

A pénétrant, je n'aime pas ce mot, c'est un mot trop militaire, trop directif. C'était comme prégnant.

J et dans ce moment-là, où tu étais dans ta terrasse, avec ta tasse de thé, tes cours, tu vois les gens, t'entends les oiseaux, les pas des gens. Dans ce que j'entends, c'est comme si

A je n'attendais rien, c'est

J tu

A oui ?

J quand je t'écoute, j'imagine une personne où tous les sens ne sont pas en tension, mais comme en réception de tous les événements

A j'étais au repos de tout ce que je dois faire, de ce que je devrais faire, de tout ce qui se passe, d'une tension du corps vers l'avant tout le temps. Là, j'avais décidé de prendre un moment,

J et donc dans ce moment-là, tu te vis femme émue.

A je ne me vis pas, je deviens une femme émue, je deviens une femme qui est en totale résonance avec tout ce qui se passe. Elle fait corps avec le monde, mais qui est en même avec et séparée du monde.

J a quoi tu reconnaissais que tu étais avec et à quoi tu reconnaissais que tu étais séparée du monde ?

A avec, parce que quand je sentais par exemple, l'air : l'air, je le sentais sur ma peau, mais comme j'avais ma chemise, je sentais le contact de l'air sur ma chemise, et sur ma peau. Mais l'air avait une qualité particulière. Et quand ça rentrait en contact avec ma peau, ça me faisait du bien. Ce n'est pas que ça me faisait du bien comme ça me rafraîchit, comme je prendrais une douche et je serais rafraîchi par l'eau. Non, ça avait un pouvoir de prendre soin, de nourrir, de réconforter, comme si j'avais besoin de l'air pour exister. Et du coup, il y avait un lien qui existait entre les deux. J'avais besoin de l'air pour exister et l'air avait besoin de ma peau pour exister.

J hum

A j'étais avec, mais dans une intimité de relation absolument nouvelle.

J alors quand tu dis : l'air avait besoin de ma peau, ça me rend curieux. Tu peux m'en dire plus ?

A d'un seul coup en fait, dans la partie émue, les éléments de la nature deviennent des principes vivants. Du coup, l'air n'est plus ce souffle qui fait déplacer des particules, qui bougent nos cheveux,

J hum

A qui déplacent des montagnes ou du sable, qui créent des vagues. Ça devient un principe vivant, une rencontre de vivant à vivant. Du coup, l’air devient quelque chose qui nourrit mon propre vivant. C’est comme si ma peau avait besoin de cet air pour vivre. Et c’était plus de l’air de l’intérieur mais aussi de l’air de l’extérieur. C’était incroyable parce que ça donnait de la joie. L’homme ému est joyeux, il n’est pas heureux.

J dans ce moment-là, tu nommes ça homme joyeux

A il y a du bonheur,

J tu vis du bonheur

A oui, il y a de la joie, il y a besoin de rien d’autre,

J humm

A alors les sens sont décuplés, on n’est plus à fermer les yeux et à sentir dans son corps, les sens, c’est comme si l’homme ému se sert de tous ses sens, de la peau, de chaque partie de sa peau, de ses yeux, du goût, l’odeur de l’air, du fleuve, l’odeur de la vie, l’odeur !!

Ça devient une forme d’échange continu. C’est un partage continu,

J c’est ce que tu vivais là à ce moment-là

A oui, oui, et ça demande beaucoup, beaucoup de simplicité. Mais ça demande, ça donne du bonheur, mais comme une joie de notre corps, de notre pensée, de tout. La seule chose, la pensée devient simple. Alors pour moi, l’homme ému, les larmes sont chaudes, elles ne sont pas froides comme quand j’ai de la tristesse, je vais pleurer parce qu’il m’arrive quelque chose, je suis prise par des états d’émotions, tout un système, et je le sens, mes larmes sont froides, c’est une forme d’émotion, mais je ne suis pas émue.

J humm

A donc, je ne suis pas touchée parce qu’il m’arrive, je joue un état d’émotion parce qu’il m’arrive. Je peux en jouer, c’est pas grave.

J à quoi tu reconnais que tu joues, par contraste avec l’homme ému ? je pourrais comprendre que l’homme ému ne joue pas.

A non, il ne joue pas, parce que l’homme ému, il est dans l’amour de la vie, il est dans la capacité d’aimer la vie, alors il a besoin de l’autre. Parce que je sais que j’aime la vie, parce que dans ce petit moment de rencontre qui peut durer longtemps, si j’ai la simplicité de la rencontre. Et puis, ça peut être la nature, à ce moment-là, elle devient de la vie. Evidemment le regard change, mais là, ça me met face à du réel et face à l’autre.

Mais tout devient autre. Ça ne devient pas un arbre, de l’eau, une personne. Ça devient une autre richesse du vivant.

J tu me décris

A ou l’autre de moi, je peux rencontrer l’autre de moi. Je le reconnais car je sais, oui, j’ai le cœur qui chauffe, il ne chauffe pas comme d’habitude. Je peux avoir le cœur qui chauffe qui explose, je peux avoir une chaleur, elle est épaisse, elle prend le tissu du corps, elle ne prend pas le rayonnement du cœur. Elle prend l’épaisseur du cœur, et elle rend la matière humide.

J hum, c’est ce que tu décris

A c’est ça, parce que j’avais le cœur chaud, mais j’avais comme un corps d’une chaleur tropicale, dans un climat humide. D’une chaleur humide,

J dans le cœur ou ailleurs ?

A non, c’était partout, dans le cœur parce que je m’en apercevais que j’étais en train d’aimer ma vie. J’étais en train d’aimer ce moment-là, de m’apercevoir que j’étais tout simplement heureuse. Et que d’être heureux ça me demandait d’être dans cet état de totale simplicité, mais d’«être avec » dans ce moment de rencontre.

J d’accord

A alors j’ai eu un autre moment où je me suis rencontrée moi-même. Où j’ai été émue de ma propre existence, dans un moment de méditation où j’étais en stage, quand j’ai plongé dans moi. Et je me suis rencontrée, comme un double mouvement. J’allais vers moi comme toutes mes méditations, où on va vers soi, et à un moment il y a quelque chose qui va vers soi. Et dans ce moment de cette rencontre-là, je me suis touchée. Et ce moment où je me suis touché, juste cette rencontre, ce petit instant-là qui crée l’homme ou la femme émue.

J d’accord

A si je dis l’homme ému, je pourrais parler du genre de l’homme ému, mais, à ce moment-là, on est dans la distinction de l’homme et de la femme. Parce que, que je sois dans l’expérience de la nature, parce que je ne l’avais jamais vécue comme telle, ou que je sois dans l’expérience de la méditation où je me suis rencontrée moi même, où je me suis touchée : j’ai rencontré Alice, je me suis rencontrée. Et je me suis touchée, pour moi, je n’étais pas asexuée. Pour moi, le goût de moi, que j’ai rencontré, c’était le goût d’Alice, qui était juste Alice, j’avais un goût, une odeur, une saveur…

J je retiens ce que tu as dit concernant cette expérience de toi émue et que

A que c’est sexué ?

J oui, tu peux m'en dire plus ?

A je disais, il y a un moment où je peux être émue, c'est la nature, notre condition humaine, qui est touchée. Et à un moment donné, c'est soi

J c'est identitaire ?

A oui, on touche, je veux vraiment faire la distinction entre la joie, être heureux, avoir du bonheur.

J oui, alors dans la méditation, tu vas te chercher ? Comment tu fais ?

A c'est au moment de ma rencontre, pour moi l'homme ému apparaît dans l'étonnement. Dans cet instant-là qui dure longtemps. C'est un instant qui s'étire. Et c'est lui qui donne la coloration. C'est lui qui teinte notre regard, qui illumine. C'est ça qui nous donne un regard pénétrant aussi, et vivant. Et en même temps on voit en relief, en couleur, ce que l'on ne voyait pas avant. Et puis, ça prend tous les organes des sens tranquillement. On entend pas pareil, les sons ne portent pas la même chose. Le tact est différent. C'est ce moment de rencontre qui porte cette simplicité. Je parle de cette simplicité parce qu'on n'est ni en avant, ni en arrière. Etonnement, car en général dans les émotions, on est souvent soit en avant, soit en arrière. On est souvent en relation avec le passé ou avec ce que j'espère obtenir. Donc, je suis dans une forme d'anticipation de ce que je voudrais avoir et que je n'ai pas ou de toutes les peines que j'ai eues et que je rencontre qui se rencontrent dans un moment présent. Mais tout ça, c'est soit en avant, soit trop en arrière. Il y a comme trop d'espace pris, tandis que, quand je parle de simplicité, on est ni en avant, ni en arrière, ni à droite, ni à gauche, ni en haut, ni en bas. Mais on est dans le cœur de la rencontre. Et dans le cœur de la rencontre, il n'y a rien d'autre comme enjeu que cette rencontre. Et comme il n'y a rien d'autre comme enjeu, elle peut déployer toute sa potentialité. Tout ce qu'elle détient, tous ses secrets.

J et dans ce moment particulier que tu nommes de la méditation. Où tu dis que c'est Alice que tu rencontres, et que tu dis que tu vas vers et que ça vient vers toi…

A je me suis touchée,

J qu'est ce qui se passe ? A quoi tu reconnais que tu te touches ? Que ça va à ta rencontre ?

A je me rencontre au moment où je suis rencontrée. Où je me suis rencontrée ! Parce ce qu'à ce moment, le mouvement continue. Lorsque ça vient chez moi, je ne le sens pas.

J on est d'accord, on parle du moment de la méditation.

A je vais vers dans le moment de la méditation, mais quand ça vient vers moi, je ne le sais pas. Moi, je sens l'action d'aller vers, puisqu'elle est attentionnée celle-là. Mais le moment de la rencontre me révèle que ça vient vers moi. Et à ce moment je me rends compte que je suis touchée par moi-même.

J humm

A je suis touchée par ma propre vie. Là, je me découvre, je ne peux pas ne pas m'aimer. Mais ce n'est pas du sentiment pour soi. C'est juste un fait. Je n'ai pas un sentiment vers Alice. Il y a juste de l'amour qui est là, et qui parle de moi. Je ne sais pas si je suis clair. C'est parce que je ne suis ni en avant, ni en arrière que ça se passe.

J alors quand il y a de l'amour, qui est là, qui part de toi, que tu te rencontres, qu'est-ce qui se passe dans ta tête, tu penses quoi à ce moment-là ? Ou dans ton cœur, ou dans ton corps, ou ailleurs ?

A alors là, j'ai le même phénomène, mon cœur, s'éveille, comment dire, mon cœur se gorge. En fait, il se remplit, c'est pour ça que je parle de chaleur humide. C'est vrai que l'amour passe par le cœur comme il passe par toute la matière. Je ne sais pas ce que je dirais. Au début, il y a de l'étonnement parce qu'il y a de l'inattendu. Et par la nature même de ce que je rencontre.

J humm

A la nature de ce que je rencontre ne peut pas se faire ni par ma pensée, ni par tout ce que je voudrais avoir avec quelqu'un d'autre. Ça ne se créé pas, c'est pour ça que j'ai du mal à parler de sentiment. Si j'utilise le mot sentiment, c'est pour faire une correspondance.

J par contraste, le mot sentiment te semble pas le bon mot ?

A je ne peux pas utiliser le mot sentiment, au sens classique. Parce que le sentiment, il y a u objet de… je vois l'objet sur lequel j'ai un sentiment, ça peut être un homme, une femme, un enfant, je le vois, je le construis, il se donne. Là, c'est quelque part de la même nature, mais ça n'a rien à voir. Ce qui intéressant et qui est surprenant, c'est qu'on ne peut pas lutter contre. C'est tellement quelque chose qui est de l'ordre, je dis toujours, de l'ordre des choses, qui fait partie de la vie, qu'on ne peut pas dire non. Si j'ai un sentiment avec un homme, je vais le construire, le nourrir, déployer de l'attention pour, je vais réfléchir comment mieux le rendre plus pur, meilleur, plus fin, plus subtile, plus large, plus fin. C'est-à-dire, je vais déployer plein de mécanismes pour qu'il reste là, mais en fait, j'agis tout le temps. Tandis que là, comment dire, il se nourrit par lui-même, c'est un peu un caillou dans un vague. Et en fait, ça fait des ondes de choc, non

ça ferait plutôt comme une marée. Qui fait que ça prend de plus en plus d'eau, de plus en plus de hauteur, et ça va de plus en plus loin. Comment dire, on n'a pas essayé d'élargie en hauteur, ça se fait.

J tu utilises la belle métaphore de la mer, dans ton corps, corporellement, à ce moment-là précis, quand tu médites, c'est cette rencontre qui te surprend, qui se déploie

A qui remplit mon cœur, qui remplit mes muscles et surtout qui gorge mes os. C'est à dire que là, d'un seul coup, on voit bien que l'intérieur de mes os est pris. Tout devient spongieux. On voit bien que cette marée déborde, c'est pour ça que ça remplit et ça dégorge. Mais en même temps que le cœur se remplit, le reste du corps se remplit, se gorge. Il n'y a pas d'effort, on ne peut pas s'opposer à ce qui est, on peut juste peut-être refuser trop de bonheur, trop de rencontre à soi-même, avec soi-même, c'est même difficile.

J alors, tu as nommé un moment de vie quotidienne à Rimouski, un moment de méditation.

A j'en ai même un troisième, parce que je me suis dit, ça faisait la différence avec les deux autres, parce le premier c'est dans la nature, le deuxième, c'est dans une méditation, où c'est le moment de ma propre rencontre où je suis émue de moi-même, comme si j'apprends la condition d'être émue. Et après l'autre rencontre, c'est suite à une décision que j'ai prise, c'est le moment où j'ai senti d'être à sa place, être à sa juste place. Le moment où je prends la décision de rentrer, de me déplacer professionnellement. Alors, ce n'est pas le moment de la décision qui est important, évidemment, ça m'a donné un vécu où j'étais émue, émue profondément de savoir : c'est quoi, être à sa juste place. Pas celle des autres, et évidemment, ça bouge tous nos référentiels que l'on peut avoir, sur chercher sa place. Le moment où je vis intensément « être à ma juste place », ce moment est tellement fort que la transformation de tous mes modèles de comment faire pour être à ma place est presque immédiate.

J ça, c'est un moment particulier ?

A oui, mais c'était

J cette phrase ; le sentiment d'être à sa place, c'est venu avec un sentiment corporel ? Une prise de conscience, avec une interaction avec quelqu'un ? Qu'est-ce que tu pourrais dire du lien avec la femme émue ?

A oui, alors, mais ce n'était pas ce moment-là, mais ce moment en terme de : je me suis vue me déplacer. Là, ce n'est pas passé d'abord, par un vécu corporel, autant le premier, je sentais l'air, j'écoutais les oiseaux. Il y avait un contact corporel physique, dans le

deuxième, il y avait le contact avec moi-même dans la médit. Autant là, je me suis vue me déplacer, c’est une image, c’est symbolique. Quelque part, je me suis vue, comme sur un échiquier, être à la bonne place, et tout est organiser autour de nous, et que tout fonctionne bien. C’est du psychisme, je ne suis plus sur une résonance corporelle habituelle, mais je suis dans une même nature. Pourtant, ça aurait pu être un rêve, c’est comme un rêve éveillé, c’est symbolique, et pourtant ça m’a donné le même vécu corporel, de justesse, de simplicité, de remplissage dans mon corps, d’une chaleur humide, elle est chaude, mais pas brûlante, elle ne consume pas. C’est de la chaleur qui fait du bien.

J hum, je vois

A et il y avait ce moment-là, qui ressemblerait presque à l’autre, sauf qu’il est vu sur une empreinte plus psychique. Mais le moment qui m’a le plus fait découvrir une autre forme de femme émue, qui était celui où quand je me sens à la juste place, je me sens dans la bienveillance. C’est dans ce moment où j’ai eu la sensation d’une corme d’abondance de bienveillance était là pour ma vie. Et là, je voyais la générosité de la vie pour ma vie. Donc, je n’étais pas touchée. Dans la première méditation, je n’étais pas touché par ma vie. J’étais touchée par moi. Et là, c’était le sentiment, où je vivais le moment assez incroyable où je savais que la vie était bienveillante pour ma vie.

J à quoi tu reconnaissais que la vie était bienveillante pour ta vie ?

A j’ai senti, je dis toujours, une corne d’abondance de bienveillance. C’était comme une attention presque humaine.

J c’était dans ton corps, en dehors du corps ?

A c’était en dehors du corps, c’est vrai que je fais un mouvement qui descend, parce que c’est un mouvement de dehors vers moi. Mais là, ça concernait la totalité de ma vie. Comme si j’étais pris dans ma totalité, à la fois, psychique, relationnelle, émotionnelle, affective. C’était la totalité de ma vie dans tout ce qui me constitue de ce que je perçois et de ce que je ne perçois pas. De mes manques. La totalité de ma vie. Et je sentais la vie bienveillante pour ma vie. C’était différent, parce que c’est comme, une autre nature d’émotion. Et ça me faisait vivre, comme si je pouvais vivre un état de femme émue, d’homme ému on va dire. D’être émue, mais dans la totalité de ma vie. Dans tout ce qui constitue ma vie. Comme si, être émue avait plusieurs niveaux comme des poupées russes !

J humm

A je peux être émue par le contact avec la nature, ou avec l’autre, avoir ces larmes chaudes. Toujours, ce n’est pas froid, c’est chaud. Ça coule, mais même la façon dont ça coule sur les joues, ce n’est pas la même chose que ces larmes froides qui coulent. Mais on est touché, on est simple. Il n’y a pas d’anticipation, de référence en arrière. Dans le deuxième, je suis par moi-même. Dans ma singularité de femme ou d’homme, avec un goût. Ça ma donne ma saveur. Comme quand on prend une fraise, ce n’est pas le même goût que la pomme. C’est mon odeur, tout. La couleur, tout devient pigmenté, coloré, nuancé, spécifique et singulier. Et l’autre, dans un troisième qui est de plus en plus global, c’est se rendre compte que dans le deuxième, j’ai des os qui apparaissent, j’ai la structure des muscles et des poumons, je vois bien que je me constitue. Tout de ma matière apparaît. Et dans le troisième, c’est vraiment comme la totalité de ma vie qui est concerné par la vie. Et là je suis touchée autrement. Et c’est étonnant que je me rends compte de ça, j’ai vraiment ma sensation que ça me touche tous les niveaux.

J quand tu dis tous les niveaux, qu’est-ce que tu veux dire ?

A l’os, anatomique, psychique, affectif, émotionnel, réflexif. Toutes les dimensions de mon être. Je pouvais être touchée, émue. Moi avant j’étais touchée juste quand je sentais la vie me concerner ma vie, mais je n’étais pas là. J’étais tellement dans l’amour, que j’étais touchée. J’étais émue,

J là c’est différent ?

A j’étais aussi émue, mais je n’avais pas cette matière aussi concernée. Je n’avais pas la matière qui avait cette chaleur moite, j’avais de l’amour, mais je n’avais pas de joie.

J à quoi, tu reconnaissais l’amour et à quoi tu reconnaissais qu’il n’y avait pas de joie ?

A la joie de vivre. Je disais tout le temps que j’étais heureuse. Je n’avais pas besoin d’avoir une existence. Mais la joie demande d’exister dans ma vie. Je vois bien qu’a partir du moment où je me suis rencontrée, j’ai vécu de la joie de vivre. Le pétillement de la joie de vivre. On a envie de vivre. On a envie de manger la vie.

J humm

A mais la matière, elle, elle devient moelleuse. Elle devient humide, et spongieuse.

J il y a une modulation du tonus ?

A il y a du tonus, beaucoup plus de tonus. Dans le premier, il y a dans des formes de rencontres spirituelles ou de rencontres plus subjectives. Mais il n’y a pas cet accordage entre mon corps, mon psychique et ma vie.

J accordage entre mes pensées, mes émotions

A oui, mes pensées, mes émotions, l’autre, il n’y a pas tout ça. Ça ne veut pas dire qu’il n’y a pas de rythme. C’est des autres rythmes, plus lent qui prennent une autre temporalité. Mais dans le deuxième, le rythme vient de la chair. Oui, on devrait plus parler de la chair d’ailleurs.

J ce mot te semble plus adapté ?

A ouais !

J l’homme ému, la femme émue ça convoque un rapport

A un rapport à la chair. A la chair, à la sensualité, mais pas une sensualité. Oui, à la sensualité.

J humm. A quoi tu reconnais que c’est sensuel ? C’est ce côté humide, chaud ?

A c’est ce côté…amoureux, ce côté suave, et le côté …j’hésite sur le mot délicatesse. Car on peut penser à l’hésitation. Alors qu’il n’y a pas d’hésitation. Il n’y a jamais d’hésitation. C’est délicat en termes de « pas grossier ».

J humm

A en termes de « non-grossièreté ». Jamais, même dans l’intensité. Même dans la puissance, même dans l’intransigeance, il n’y a jamais de vulgarité. En tout cas, dans ce que j’ai vécu jusqu’à présent. Il y a de la…, oui, il y a toujours de la dignité. En fait, c’est ça.

J humm. C’est très complet ce que tu nommes-là. Tu dirais que la femme émue est une réalité pour toi ?

A oui, et c’est exponentiel. En fait, j’ai découvert à chaque niveau de mon évolution, de ma démarche, de l’accès à la compréhension des mystères du corps ou du lien à la subjectivité, la vie et le corps vivant. Plus j’avance, plus je rencontre des niveaux d’homme et de femme émue. Et plus j’avance, plus je quitte des niveaux du genre humain et je rentre dans la singularité de qui je suis, de la personne. De la personne, parce que quand j’accompagne quelqu’un, que je pose mes mains sur un corps, je dis : je suis à la quête de cette rencontre avec ce qui porte, ce qui va me toucher et le toucher, on peut aller partout. Parce que je peux aller juste là où il peut. Où il va m’emmener où il peut aller. Il va m’emmener là où il a besoin d’aller, parce que je suis au cœur de sa demande.

J tu es en train de dire qu’être en contact avec la femme émue, quand tu es la femme émue, praticienne ou dans ton activité d’accompagnement, c’est une voie de facilitation

A c’est une voie de sécurité qui me permet tout le temps de partir de là où la personne est, pour la suivre pas à pas.

J ma prochaine question est : quand tu quittes cet état, j’ai deux questions. J’ai entendu différents contextes il me semble. Premièrement, cet état, ça vient à nous, on ne décide pas d’y aller et puis l’autre chose qui est : je créé les conditions pour. En fait, les deux cohabitent, tu serais d’accord avec ça ? Tu pourrais me dire un mot sur ça ? Ma question principale étant : quand tu quittes cet état, si tu le quittes, qu’est-ce que tu fais pour le retrouver ? D’abord est-ce que ça t’arrive de quitter cet état, de femme émue ? Qui tu es quand tu n’es pas émue ?

A plus je vis avec la femme émue que je suis, et plus c’est difficile et insupportable de la quitter. Et je réalise : c’est quoi être en relation avec cette qualité de femme émue. Je préférerais le mot qualité, plus que d’état. Oui, de qualité de femme émue. Parce que déjà, corporellement, j’ai plus froid, je sens ma peau s’assécher, elle devient fripée, comme une vieille femme.

J tu es en train de me dire qu’il y a des effets sur ta biologie ?

A il y a une vraie répercussion biologique, physiologique sur la peau. Chez moi, c’est très, très clair. Pas que chez moi, je l’ai observé chez mes patients aussi.

J je suis d’accord avec toi, quand on finit des stages, on voit bien que quelque chose dans la peau change.

A voilà, c’est ça, et moi, c’est la première chose que je regarde chez mes patients. Je vois bien à l’état de la peau, l’état de cette absence de qualité d’être ému de sa vie, de soi-même. Une peau trop fine, qui manque d’épaisseur. Dès qu’il y a un degré d’être ému, d’humanité en chair, la peau est plus belle. Est plus éclatante, plus rayonnante. Elle est plus claire, elle est surtout moins fripée. On n’est pas fait pour ne pas être aimé, on n’est vraiment pas fait pour ça. On n’est pas fait pour ne pas avoir de rencontre. On n’est pas fait pour ne pas être avec, pour être seul.

J et quand on quitte cet état ? Ça t’arrive de le quitter ?

A de moins en moins, mais ça m’arrive, en tout cas, avant je ne l’étais pas, cette chair humide, même si j’avais une rencontre avec l’essentiel,

J quand tu dis avant ? C’était ?

A il y a vingt ans, avant de faire ce travail

J tu es en train de me dire que ce travail est pour toi, la condition pour rencontrer la qualité de femme émue ?

A je ne pourrais pas dire que c’est le seul qui existe, mais pour moi, oui. Je sais qu’il y a d’autres moyens de la faire exister. Ce qui m’a aidé dans la rencontre, c’est aussi d’apprendre à rencontrer les autres, donc, il y a les deux.

J humm

A il y a le contact avec le touché, mais il y a aussi apprendre à rencontrer les autres. Il y a les deux. Quand je ne suis pas dedans, il y a la répercussion sur la peau, c'est très net. Il y a surtout le froid, la qualité du froid, c'est-à-dire même, la main est froide. Même si j'ai chaud dedans la main est froide. Et souvent, je sens même que j'ai froid à la peau de mes os. Je sens aussi les poumons, la peau de mes poumons perd ses contours, le ventre devient absent de sa forme. Je perds ma forme, mes volumes. Donc, il y a comme une forme d'assèchement des volumes, des formes, la qualité, même vasculaire, diminue. Cette qualité son humidité intérieure. La peau s'assèche. Alors on peut avoir ses phénomènes-là, qui ne sont pas agréables à vivre qui n'a rien à voir avec un état de stress. Qui n'a rien à voir avec un état de peur, qui ne prend pas les mêmes voies organiques. Ça ne me fait pas vivre en tous cas les mêmes choses.

J hum, d'accord

A parce que là, c'est plus généralisé en même temps. Parce que quand j'ai peur, c'est organisé dans certaines régions de mon corps. Alors que là, c'est organisé dans un ensemble. Dans cette globalité-là, c'est l'indifférence au monde.

J la différence, l'indifférence ?

A à l'indifférence, ça se lie à : ben, je ne suis pas touchée par l'autre. Je vais être touchée et pouvoir pleurer sur quelque chose. C'est ça, mes larmes sont froides comme mon intérieur est froid

J hum, hum

A les larmes sont la représentation de ce qui se passe dans moi. Il pleure, le corps que j'ai. Alors, je peux avoir des sentiments, des émotions, mais quelque part je ne suis pas touchée, je ne suis pas en résonance. Je suis moins concernée par les problèmes humains. En tout cas, pour moi, ça fait ça. Ou, je vais me mettre à pleurer pour des choses bêtes. Comme un état émotionnel qui reprend des fonctions organiques. Qui n'est plus en lien avec son état ontologique, son arrière-plan.

J d'accord

A mais moi, je vis souvent en général de l'indifférence. Je suis moins concernée par les problèmes, et puis je vois, moins. Si je regarde, le monde m'apparaît plus plat, moins en relief, moins de détail, dans les couleurs, du vert, des feuilles, des choses. Plus je suis dans la femme émue, plus chaque chose devient nuancée, colorée, en relief et en volume. Et moins je le suis, plus je suis indifférente aux objets et aux autres. Ça devient presque atone dans l'extrême. Et entre les deux, j'ai des états émotionnels. Je vis des émotions et

des sentiments. J est-ce que tu es en train de me dire que quand tu quittes cette qualité de femme émue – j'aime bien ce terme de qualité, c'est la première fois que cela est nommé - il y a une forme d'économie affective qui n'est pas du tout la même. Ce n'est pas que la femme émue soit écartée de ses émotions, ça tu ne l'as jamais dit

A hum, hum

J quand elle quitte cette qualité, elle retrouve, j'allais dire l'affectivité orthodoxe avec son contingent de manifestations organiques et de débordement psychique.

A oui, c'est ça. On est plus soit dans l'indifférence, soit dans le débordement. Ça me fait penser à ses films de télé-réalité où on voit beaucoup les gens exploser, dans des crises de jalousie, quelque chose comme ça qui dépasse la réalité de l'événement. C'est-à-dire qu'on devient le résultat de notre corps. Et notre corps fonctionne dans des phénomènes d'action/réaction

J la femme émue n'est pas dans ce schéma « action/ réaction » ?

A non, elle est tout en nuance. La nuance met les volumes et les reliefs. Ça veut dire que je regarde - on pourrait dire, si je faisais un parallèle - je vais dans une route avec un paysage plat et d'un seul coup, je vais voie à droite un champ d'orges et de l'autre côté un champ de pommes de terre. Mais des choses différentes, on passe de l'un à l'autre. Ça serait des gens indifférents, on est sur une autoroute, toujours droite, peu touché par les événements, parce que c'est toujours la même chose. Par contre, quand on est dans la femme émue, on rentre dans un paysage vallonné, où l'œil est attiré par des détails. Par une petite montagne, une petite rivière en bas. C'est à dire que tout est tout le temps différent et en volume. Ce qui fait que tu es obligé de tourner ton volant à droite, à gauche…t'es dans le mouvement de toujours voir ce qui se passe, sinon tu es attiré dans une ligne droite.

J es-tu en train de me dire qu'on ne peut pas être dans une ligne droite quand on est en contact avec la qualité de la femme émue ?

A une direction, c'est une direction mais dans une courbe ce n'est qu'une suite de petites droites pour moi, puisque je suis dans un moment qui s'étire, puisque c'est de ligne droite… ça tourne un petit peu mais quelque part..

J humm

A j'ai été toujours dans mon axe.

J dans ce que tu me dis, je comprends que tu as des indices qui t'indiquent quand tu t'éloignes de cette qualité ou quand tu n'y es plus.

A bien ça paraît aussi dans la qualité de la pensée. Si quand je regarde la nature, et quand je regarde autour de moi ou dans une maison, quand je regarde une personne, je la regarde avec beaucoup plus de chaleur, de subtilité. Ma pensée n’est pas la même, elle sait saisir le monde avec subtilité, avec nuances, avec saveur, avec le goût, donc j’ai plus de mots. J’ai plus un enrichissement de mots qui m’arrive. Sinon, je suis très, très basique. Je vais passer d’un état comme pouvait décrire Maine de Biran ou Rousseau à quelqu’un qui ne décrit rien.

J pour moi, là, tu parles d’intelligence. Pour toi, cette qualité de femme émue, tu peux la relier à quelque chose que l’on nommerait intelligence ?

A oui ! Peut-être que certains appellerait ça intelligence émotionnelle ? Mais je ne sais pas ce qui est dit sur l’intelligence émotionnelle, parce que pour moi elle traverse les intelligences.

J hum, hum

A parce qu’étonnamment si on prend les intelligences de Gardner, je vois bien que par exemple ça nourrit mon intelligence logico-mathématique, ça nourrit mon intelligence musicale, parce que je peux saisir et j’entends différemment le chant des oiseaux. Ça traverse les différents modes d’intelligence. Ça traverse toutes les intelligences. Je trouve que c’est restrictif de dire que c’est un septième sens, c’est une forme d’intelligence qui agrémenterait les autres, les sept intelligences de Gardner. Pour moi, ça serait restrictif, parce que ça le met sur un niveau. Pour moi, l’homme ému ou la femme émue, dans la qualité qu’elle développe traverse les différents niveaux d’intelligence. Donc, illumine, fait un éclairage de relief, de forme, de saveur, de goût sur l’ensemble des différentes formes d’intelligence.

J d’accord

A donc, évidemment, je vais avoir plus de pensées, plus de souplesse, donc mes intelligences vont être plus déployées. Pareil pour la musique, pareil pour l’intelligence intra et inter personnelle. Pour moi, elle nourrit l’ensemble des structures.

J peut-être qu’on reviendra tout à l’heure sur l’intelligence intra et inter personnelle. Mais allons vers tes stratégies pour retrouver cet état. Est-ce que ces moments sans cette qualité de vie on leur tonalité, comme si quand tu n’es pas dans cette qualité de femme émue, es-tu heureuse ? Je ne sais pas ?

A parfois, c’est reposant, en fait ce n’est pas reposant, c’est du faux repos, peut-être que c’est les moments où on n’a pas envie de faire attention à soi. C’est de vivre en noir et blanc quand même. Ou une vie un peu « couleur gris ». Pas dans le noir et blanc, il y a

quand même des contrastes. Ça fait une vie, en tout cas, chez moi, une vie un peu terne. Un peu grise, mais ça a l’avantage qu’on ne réfléchit pas beaucoup, on n’est pas très pertinent, ce n’est pas très important, mais on peut avoir des effets de « Down », ou des effets de « High » aussi.

J de down, ou de hight, c’est-à-dire ?

A oui, quand on chute, on peut chuter dans des formes dépressives momentanées importantes.

J quand tu dis : on, tu veux dire ?

A je, je dirais « je ». On peut descendre dans des formes dépressives assez importantes, dans des formes d’hystéries, ou de joie. Mais c’est fatiguant pour le corps en fait.

J hum, hum

A parce que c’est fatiguant, parce qu’un état de neutralité n’est pas physiologique vraiment. Ça manque de tonus, de nouveauté, et puis ça fatigue le corps. Mais lorsqu’on descend, ça fatigue le corps parce que le corps n’est pas fait pour ces états-là. Et quand on est dans un état hystérique c’est fatiguant aussi. Donc on peut dire par contraste qu’être dans la femme émue, c’est un état plus proche de l’organicité.

J humm

A proche d’une physiologie d’être en vie et vivante dans le monde. Alors comment de m’y prends…

J Alors, je vois bien que je suis avec une expert, une ‘hyper experte’ et que tu es en permanence dans une posture méta. En même temps, je vois bien que c’est ancré dans une base de vécus. Tu livres une forme de synthèse avec des détails sur des expériences, je trouve ça magnifique. Là, j’aimerais, si tu es d’accord, que tu retrouves un moment où tu t’es dit : là ‘j’ai perdu cette qualité’ et que tu découvres avec moi, maintenant, ce que tu as fait pour te retrouver dans cette qualité de femme émue. Sur le plan pratico pratique, qu’est-ce que tu as fait ?

A bien là, j’en ai vécu un il y a pas très longtemps.

J c’était quand ?

A c’est là depuis un certain temps en fait. Cette semaine on va dire. Je le sens quand je vais trop loin, parce que je n’ai plus la maîtrise de ma vie bientôt. Etonnement, je sens que je perds pieds.

J bien là tu nommes ce que tu perds, moi, ce qui m’intéresse, c’est qu’est-ce que tu as fait ?

A oui, il y a des processus où je prends moins soin de moi. Où je vais faire trop d'ordinateur, trop d'activité qui fait que je vais ne pas faire attention à moi. Donc, je n'ai pas un principe d'attention ou de précaution à moi, de cette qualité. Donc, je ne veille pas et progressivement le terrain se dégrade et c'est pas grave. Quelque part, j'ai confiance et je laisse le temps faire et puis à un moment ça se dégrade beaucoup plus. Et je vois bien que ma pensée diminue, je me sens moins intelligente, je commence à douter de moi. J'ai donc plein de phénomènes émotionnels qui arrivent. Des doutes, avant j'aurais pu avoir de la culpabilité. J'en ai plus.

J hum

A l'inquiétude de pas y arriver. Des questions que je ne me posais plus. Et de plus en plus des envies d'anticiper et de me protéger, de me sécuriser. Je dirais plus des besoins de me sécuriser, de me projeter dans l'avenir. C'est-à-dire qu'au fur et à mesure que je m'éloigne de cette qualité d'être, de femme émue, plus j'ai des besoins qui s'expriment comme une toile d'araignée qui peut me contenir. Beaucoup autour de la sécurité, de la protection pour l'année prochaine, qu'est-ce que je vais faire. Qui va me traiter l'année prochaine, mais pour autant, je n'agis pas. Et au fur et à mesure que ça se dégrade, je me retrouve dans un moment. Où mon corps est fracturé. Là, je sens le froid arriver. Je sens mes os de mon crâne se durcir, c'est à dire que ma matière s'assèche tellement qu'elle craque comme la terre du Sahel. Comme une matière qui manque d'eau. Et là, quand je sens ça, je sais que je suis à la frontière d'avoir été trop loin, de ne pas avoir fait attention à moi. Alors, je sais que je ne peux pas revenir seule. Je peux méditer, mettre une cassette de … pas méditer seule d'ailleurs. Mettre une méditation que j'écoute, pour me faire animée, c'est-à-dire, qu'à partir d'un moment, je peux plus me rencontrer moi-même, pour m'aider à me retrouver. Dans ce cas, je prends la méditation ou quelqu'un anime une méditation. En général, ce n'est pas suffisant, il faut qu'on me traite. Et je sais que quand on pose les mains, il ne faut pas lutter contre ma dureté, parce que je suis juste trop sèche.

J hum

A et quand on essaie de travailler ma dureté, ça devient plus dur. Donc, à chaque fois, c'est comme attendre qui est la personne. Je choisis mon thérapeute en fonction de sa qualité humaine, d'être une femme ou un homme ému, naturellement. Je ne choisis pas en fonction d'être un bon ou un mauvais thérapeute, ou d'avoir beaucoup d'années d'expérience. S'il a vingt ans d'expérience et qu'il n'est pas en forme ou que je ne le

sens pas proche. Je le vois à sa capacité d’être en relation ou pas. Je préfère prendre un débutant pleinement dedans.

J c’est donc la rencontre manuelle. La thérapie ?

A c’est ça, la thérapie manuelle ! La rencontre manuelle, c’est pour moi, le plus efficace. C’est surtout, aussi touche mon émotion, mais elle ne vient pas me rechercher. Quand je ne suis pas très éloigné, je peux prendre des supports de musique ou visuel, ou je peux faire une activité autre. Je peux faire du mouvement qui travaille beaucoup sur les prono-supinations, les doigts. Mais quand je suis très loin, non, il faut que quelqu’un vienne me faire me rencontrer à nouveau.

J humm, donc ça c’est principalement ce que tu fais. Il y a d’autre chose que tu utilises, que tu t’es vu utiliser ?

A la rencontre, la parole. C’est-à-dire, maintenant, ce que je fais systématiquement, c’est de discuter avec quelqu’un pour créer le lien, créer la relation. Discuter, jusqu’à ce que je trouve le lien, que je me sente en relation avec. Pour me sortir de l’isolement. C’est-à-dire qu’il faut une voie interne et une voie externe. Il faut les deux voies. C’est plus efficace. Me dé-isoler du monde et me dé-isoler de moi-même.

J d’accord

A quand je suis dans les cas extrêmes, je fais les deux. Alors évidemment dans les gens que je rencontre, elle le sait, je le sais, c’est éprouvant pour la personne. Parce que le discours est un discours sorti du lien.

J à quoi tu reconnais que c’est éprouvant pour la personne ?

A parce que ça ne peut pas être nourrissant, ça ne peut pas être réciproque. Donc, il n’y a pas, ni empathie, ni réciprocité.

J au début quand tu es éloignée de ta qualité de femme émue.

A oui, voilà, c’est ça ! C’est vraiment comme une relation d’aide ou une relation… mais l’autre donne sa vie, vraiment. L’autre, il faut qu’elle reste dans sa réciprocité pour essayer de m’éveiller à ma propre rencontre avec l’autre. Il faut qu’elle soit dans sa part à elle, Sensible.

J et à quoi tu reconnais que tu reviens ?

A l’autre apparaît, dans l’instant. C’est vraiment comme dans un moment où il fait gris dehors et où le soleil perce. Et on voit, la lumière. D’un seul coup on est dans un moment de lumière. Là, c’est la même chose. Du gris, d’un seul coup le relief se donne, la personne peut être au téléphone ou loin, et d’un seul coup elle apparaît autrement. Parce qu’avant elle existait, mais elle apparaît autrement.

J et toi, là-dedans, tu apparais aussi ? Tu t’apparais à toi-même ?

A oui, en même temps ! Après le début de la réciprocité peut se donner

J et ça met du temps ce processus, c’est en minute, en heure, en jour, en semaine ; c’est variable ?

A bien aujourd’hui, je peux revenir au bout d’une demi-heure de traitement. Au bout de vingt minutes de parole, parfois il faut les deux, ça me demande une journée. Mais c’est de plus en plus rapide. Ça dépend à quelles extrémités je me suis emmenée.

J humm, alors tu dis que tu t’es emmenée, est-ce que tu es en train de me dire que ça dépend que de toi ? La question que je me pose est : ok, on est sujet de notre éloignement, tel que je comprends ce que tu me dis quand tu nommes : je me suis perdue, éloignée… donc, ça voudrait dire que cela me revient à moi d’être homme ou femme émue, d’être dans cette qualité. Est-ce que pour toi, il y a des contextes qui nuisent à cette qualité, qui ne la nourrissent pas, ou qui la rendent difficile. Je pourrais poser la question autrement. Est-ce qu’il y a des contextes favorables à l’émergence et au maintien de cette qualité de cette femme sensible et émue ?

A complètement ! Les contextes jouent énormément. Puisque pour moi, ce sont des moments de rencontre. C’est inévitable. Il y a les contextes extérieurs, le bruit, la pollution sonore, la pollution atmosphérique, tout ce qui touche les sens.

J hum

A tout ce qui touche les sens d’une façon extrême sont des péjoratifs. Comme le bruit, la pollution, la surpopulation, ça paraît.

J pour toi ? Ou tu l’observe chez d’autre ?

A c’est pareil, chez moi, mais chez tout le monde. C’est net, chez tout le monde. Par contre après, c’est une capacité de s’adapter ou de développement de résilience au sein de structures complètement rigides, on sait tenir cette qualité-là. C’est là où apparaît le sujet éthique. C’est le projet du mouvement. Dans un cadre fixe, on doit savoir être libre. Alors, c’est l’enjeu. Alors, oui, les conditions extérieures jouent énormément comme les conditions intérieures. La qualité de la pensée, puisqu’on disait que cette qualité, pour moi, cette pas un état, parce qu’un état ne bouge pas, ce n’est pas des variations d’état, c’est une qualité, c’est tout le temps mouvant.

J tu le penses et tu le vis aussi ?

A ah oui ! Ce que je pense, je le vis aussi. Je le vis vraiment. C’est une qualité, parce qu’une qualité change en en texture, en nuance, en relief. Ça veut dire que ça nous oblige à la non -permanence. C’est un état permanent d’impermanence. Ce que je veux

dire, juste pour finir. Alors, toutes les formes de contexte, je trouve que le contexte relationnel est très important, mais quand le contexte social et écologique, ça fait trop à la fois. Ça fait beaucoup, moi, je vois bien que chez moi, quand il y en a un qui est plus stable, je peux gérer les autres. C'est-à-dire que si j'ai une qualité dans un, comme par exemple, si au niveau de l'écologie, c'est complètement perturbé, trop de bruit, trop de monde, trop de pollution, ça me mange beaucoup en qualité. Mais si dans une qualité humaine, c'est complètement préservé, à ce moment-là, je peux développer plus de résilience pour développer des stratégies. Mais quand dans tous les secteurs, c'est atteint, je ne sais pas comment faire. C'est très difficile, il faut être très solide.

J humm

A en tous les cas, il faut maintenir l'attention permanente, et je sais que je ne le stabilise pas toujours. Aujourd'hui, je suis rendue à apprendre cette stabilité-là dans des situations où il y a des instabilités partout ; professionnelles, socio-économiques, politiques, familiales. Quand tous les contextes sont instables, ça demande beaucoup de…et là, il faut savoirs ses stratégies gagnantes. C'est que je me suis aperçue en traitant mes patients, que tout le monde ne répondait pas à la même chose. Pour certains, c'est la main, pour d'autre, c'est autre chose. Il faut savoir reconnaître qu'est-ce qui marche pour nous. Alors si c'est la parole, faut utiliser la parole, si c'est la thérapie, il faut se faire accompagner par la main ou ça peut être d'écouter la musique ou faire du mouvement, du sport. Ce n'est pas grave, il y a une voie de facilitation qui est spécifique à chaque personne.

J à chaque étape de sa vie ?

A oui, aussi, mais il y a une base pour chaque personne.

J on a presque abordé tout ce que j'avais prévu. Il y a une question qui reste encore : à quoi reconnais-tu un homme ému ou une femme émue ?

A il y a plusieurs choses, la force attractive, c'est-à-dire, il y a plusieurs chose. On a envie d'aller vers cette personne, même sans la connaître. C'est une force attractive, la deuxième chose, ça peut être la qualité de sa présence, dans le silence, mais aussi dans la qualité de ses mots. Et puis souvent ça change dans la communication, la prosodie, la qualité de la voix porte cette qualité de la personne, femme ou homme émus. Alors étonnamment, ce n'est pas un rayonnement, c'est une dilatation.

J tu peux m'en dire plus ?

A le rayonnement, c'est on peut voir que cette personne dégage de la lumière. Dans la qualité de femme ou d'homme ému il y a plutôt de l'ordre de la dilatation, c'est sa

matière qui est plus large. Ce n'est pas comme un éclatement lumineux. Il y a souvent une forme de dégagement, de tranquillité. On a vu que quand on est pris par les émotions, il y a une recherche, une attente, un regard qui cherche, alors quand on est cette qualité d'être, on est avec soi, mais pas préoccupé de soi. On est avec soi et disponible à l'autre. On a un état de disponibilité et c'est ça qui attire.

J à quoi tu reconnais tu reconnais cette disponibilité.

A c'est parce qu'il y a cet aimant. On sent qu'il y a de la disponibilité. On sent que si je vais te voir, je vais être accueillie, je sais que je ne vais pas être rejetée. Du coup j'ai envie d'aller te voir. Parce que moi, j'ai envie d'être écouté. Ou j'ai envie d'être en relation. C'est ça, oui, l'homme ému dans sa posture, c'est un homme qui est dilaté et non rayonnant ; disponible et pas préoccupé, disponible, juste disponible, et qui évidemment a une présence à lui-même simple. Ça dégage de la paix. C'est ça qu'on reconnaît, c'est ça, la force attractive. Ça fait d'un homme comme un bouddha, c'est un homme complètement dynamique, dans sa vie. Quelqu'un qui est dans sa vie comme il est. C'est important, on a envie d'être à côté de lui, on a plus rien à prouver.

J humm

A une autre caractéristique, c'est qu'à ses côtés, je peux vivre plein de nuances, plein d'émotions. C'est-à-dire que je peux être beaucoup de choses à la fois. Je ne suis pas juste blanc ou noir, je ne suis pas juste ce que je pense que je suis. D'un seul coup, je vais avoir les yeux plein de larmes, d'un seul coup je vais avoir de la paix, du calme, du pétillement. Je suis cette ondulation continue, c'est comme si je peux être, ça me rend disponible à moi, dans mes différents états que cette relation permet.

J par contraste alors, tu es comment quand tu es avec une personne qui ne présente pas du tout cette qualité d'ému ?

A qu'est-ce qui se passe … je suis, là je suis, c'est très difficile de répondre quand tu n'es pas là (j'ai quitté ma place pour répondre au téléphone…) j'ai perdu l'inter action avec toi. Comme tu portes le lien avec ce projet. D'un seul coup, je me sens un peu seul. Je disais que, comme tu étais parti, c'était difficile de répondre, parce que comme tu es l'objet de ma réponse…

J c'est un test, en fin de compte, si tu avais répondu, je t'aurais dis : là, tu n'es pas une femme émue ! (rire)

A si je suis face à un homme qui n'est pas ému, il y a deux temps. Je m'aperçois, ça me met en relation avec toutes mes nuances. Je vois qu'elles ne sont pas là chez l'autre. Et c'est l'absence de possibilité de chance de rentrer en relation sur ce même niveau avec

la personne. Alors, je me pose toujours deux questions. Soit, je m’ennuie et j’ai envie de quitter la personne, comme un inintérêt, soit, il faut que j’essaie de garder cette nuance-là pour ne pas quitter qui je suis pour discuter avec l’autre. Quand j’y arrive, je vois que ça a une influence sur l’autre, et je vois que l’homme est plutôt destiner à grandir et à se déployer plutôt qu’à se rétrécir. Et puis parfois, ça a un effet d’envahissement, je sens que l’état de l’autre influence mon état. Et je suis comme ces singes, j’apprends à faire comme, et je deviens aussi réduite - je n’aime pas ce mot - avec moins de qualités qu’avant. Comme s’il y avait un enjeu, de discuter, de se rencontrer sur un même plan. Mais lequel choisit-on ?

J ma dernière question : tout au long de ton partage riche et généreux, là je dépasse largement mon temps horaire. Quand tu entends homme ému, femme émue, homme sensible, femme sensible comment ça résonne ?

A c’est difficile à répondre.

J c’est déjà une réponse intéressante, ça !

A le Sensible, il faut un sujet conscient, une matière, et il faut une animation…le moment de la rencontre, quand on les trois on devient sensible. Je pense que l’homme ému apparaît au moment de la rencontre de ces trois-là. C’est une question que je me suis beaucoup posée. Je pense que les deux sont imbriqués. A quel moment on est dissocié ? Peut-être on peut faire une démarcation. Pour moi, l’homme ému apparaît au moment de la rencontre. C’est ce temps T, assez particulier, à une pensée simple, etc. dans ce moment de la rencontre on est Sensible, le moment de la rencontre créé un émoi, cette magie qui fait qu’on ne veut pas le quitter. Mais après comme on sait que c’est une marée qui s’étend, on appelle ça le Sensible. Mais, le moment de la rencontre, c’est cette émotion, cette émotion de la vie, ou de l’âme.

J toi, tu penses que si j’avais commencé mon entretien avec la question : que t’évoque l’homme sensible, tu aurais répondu les mêmes choses ?

A je ne pense pas, parce que je vois bien en faisant l’entretien, comment ça spécifie, plus comme un moment déterminé avec plein de caractéristique. Je n’aurais pas été suffisamment en position méta pour savoir comment les nommer vraiment, comme je les ai nommés là. C’est surtout qu’ils sont indissociables, l’ému et le Sensible, c’est surtout qu’ils peuvent être précisés. Je pense que c’est le moment du départ de la marée.

J humm

A qui teinte la matière et la colore, voilà, c’est là.

J sur cette question de l'homme ému, homme sensible. Je n'ai pas de réponse, moi. Je vois au fil des entretiens, on peut être homme sensible et pas forcément ému.

A c'est vrai, c'est vrai et puis pas. C'est ça la nuance que j'ai fait. Je pense qu'il y a plusieurs niveaux d'homme ému. Parce que un homme, une matière, une animation, un sujet qui perçoit. Il est touché parce qu'il perçoit.

J toujours

A oui, mais il y a des niveaux, des graduations. Et parfois, on reste des années parce que ça nous suffit. Est-ce qu'il y a un homme ému, là ? Je pense que oui, sinon, les gens ne resteraient pas ! Et puis, à un moment, ça devient de plus en plus grand. Et ça, ça parle de son vécu, de son histoire, de son incarnation, de sa terre d'accueil. Parce que je pense qu'on ne peut pas parler d'homme ému si on ne parle pas de terre d'accueil. Je pense que c'est directement proportionnel à la terre d'accueil.

J quand tu dis ça, qu'est-ce que tu veux dire ?

A quand on a une terre d'accueil, c'est-à-dire, une matière qui est capable de recevoir, plus on a une large terre d'accueil, plus on peut être homme ou femme émus. Je pense qu'il n'y a pas de justice humaine dans ce domaine. Je ne me permettrais pas de dire qu'on peut être sensible et pas ému. Je pense qu'on a des gradations de qualité d'homme ou de femme émue, je pense qu'on l'est tous.

J alors merci.

A on ne travaille pas sur le même champ. C'est Piaget qui parle de la terre d'accueil. Donc, dans notre travail, on élargit la terre d'accueil. Je ne pense pas qu'on ne transforme pas les gens. Mais ça permet d'être plus ému de sa vie, de soi, de son existence, de la vie des autres, du monde.

J qu'est-ce que tu retiens de cet entretien ?

A bien, ça me clarifie plus, je crois que ça m'a donné de clarté de mon expérience. J'ai compris plusieurs choses importantes sur la terre d'accueil que je viens de comprendre. L'histoire de ce moment précis, de ce moment T. L'histoire d'être délicat, de faire attention, comment je soigne, je me soigne, le fait de ne pas quitter la qualité. Comment vivre dans un contexte, qui naturellement ne créé pas les conditions dans une qualité d'homme ému ou de femme émue a des exigences supplémentaires. J'ai compris que je ne peut pas y arriver quand tous les secteurs sont pris ou alors il faut que je sois très forte ou très avancée. Ça m'a donné plus de compréhension sur l'homme ému, en tout cas ce que j'en comprends. Ce qu'il signifie pour moi.

J comment t’a trouvé ton interviewer, qu’est-ce que tu aurais à lui dire ? Je ne sais pas comment tu t’es sentie, sur les relances…

A je me suis senti à l’aise, je me suis senti dans la capacité de déployer ma pensée. Je me suis sentie invitée à explorer ce que je vivais, comme je le vivais ou de le partager vraiment. J’ai trouvé ton intervention aidant, très aidant. Ça a été beaucoup plus marquant lorsque tu étais partie un petit peu. J’ai vu ça très bien que tu créais les conditions de ce sujet-là, et loin de moi, tu t’es éloigné, comme ça n’avait plus de sens. En fait, tu portes tellement le projet qu’on est invité à aller chercher dans nous, pas les réponses, mais notre vécu en mot et en sens. Et puis quand tu t’es retiré, ah, ça avait disparu.

J ça, c’est une super stratégie, par contraste. Dans un apprentissage, un moment pédagogique, en spp, c’est prendre conscience de cette qualité de présence qui porte

A elle est soutenante du projet.

J j’ai adoré notre moment.

1.4 Entretien avec Thiébaud

Thiébaud à 50 ans
Français, conjoint de fait et père de famille,
Comédien de formation initiale, comme-créateur d'une troupe et d'une école de théâtre
Titulaire d'un mestrado en psychopédagogie perceptive
Praticien-chercheur au CERAP
Praticien et formateur en pédagogie perceptive à vocation artistique depuis 1995, il s'intéresse au thème de l'expressivité et de la pratique de l'art depuis le corps Sensible.

Entretien réalisé en mars 2012

J. Je commencerais par te remercier de prendre du temps pour cet entretien et je suis très content que tu sois présent dans ma recherche. Ma première question est la suivante : quand tu entends l'expression « homme ému », que se passe-t-il pour toi, qu'est-ce que ça t'évoque ?

T. La première chose qui me vient : homme ému, c'est être touché, c'est être mis en mouvement. C'est vraiment, être ému, c'est être mis en mouvement, j'ai envie de dire peut-être que l'événement qui nous touche, qui nous émeut, qui est événement extérieur ou intérieur. C'est vraiment une mise en mouvement interne, c'est quelque chose qui est à l'intérieur de la personne. Être un Homme ému, c'est pas un état statique pour moi. C'est vraiment quelqu'un qui est en transformation. Alors est-ce que c'est un processus de transformation ? Je n'en sais rien, mais c'est déjà une transformation au niveau d'une émotion, d'un état de soi, un glissement d'un état vers un autre qui vient apporter une nouveauté. Ce qui me vient en en parlant, c'est une mise en mouvement mais, au contraire d'un état émotionnel, être ému, c'est être touché au sein d'une stabilité profonde. Je dirais que c'est une stabilité parce que c'est dans moi, c'est moi. Même si ça me transforme, ça me bouge, dans quelque chose d'existant et de bien là, de bien présent. Ce ne serait pas quelque chose de réactionnel, quelque chose d'une émotion plus hystérique ; que l'on peut rencontrer chez des mauvais acteurs par exemple. Quelque chose où l'on sent que la personne n'est pas touchée dans sa profondeur, où c'est plus comme une réactivité de surface. Donc pour moi, quand j'entends « homme ému », c'est à la fois une mise en mouvement et une dimension de stabilité ; ce qui peut parâtre contradictoire, paradoxale, comme quand on est en mouvement, c'est qu'on bouge. Mais pour moi, la stabilité, c'est pas quelque chose de qui serait figé, c'est plutôt une stabilité d'être, de présence, de présence à une manifestation : j'y suis présent, je l'accompagne, et c'est ça qui donne cette stabilité et qui permet, justement, d'être ému,

touché, être mis en mouvement. Donc c'est ça ; il y a cette dimension de stabilité au sein d'une mise en mouvement. Je sens une dimension de transformation, et puis de transformation, mais à quel niveau, « homme ému » ? Je dirais que pour moi, si je devais traduire dans une dimension plus corporelle, c'est un glissement du tonus, pour parler plus perceptif. Mais le psycho-tonus étant le lien entre une corporalité et un psychisme, c'est vraiment que quand je suis ému, c'est l'endroit d'entrelacement où je suis à la fois dans quelque chose qui est une corporalité et quelque chose de qui est une psychologie, qui est une pensée. Oui, dans la personnalité de la personne, ça vient dialoguer à cet endroit d'entre-deux, ou peut-être pas, mais des deux ensemble, dans de lien. Oui, quand je suis ému, ça vient rentrer dans cet entrelacement, c'est pas juste une sensation, c'est pas juste une émotion, c'est un état qui est à la fois une émotion, à la fois une psychologie. Je ne sais pas comment le dire, ça vient me toucher dans ma personnalité, de quelque chose de comportemental et de psychique.

J. Hum, hum,

T. quand j'entends « homme ému », c'est aussi cet endroit-charnière. Ce ne serait pas un moment où il n'y aurait que des émotions, par exemple. Je ris ou je pleure. Non, est-ce que ça vient vraiment dans ce lieu-charnière. Des fois, je ne suis pas sûr. Des fois, je peux rire ou pleurer sans être dans une compréhension de ce que cela transforme en moi. Je ne sais pas si je suis clair.

J. oui, oui, alors,

T je dirais que je sens ces trois éléments : une mise en mouvement au sein d'une stabilité et un entrelacement de quelque chose qui est vraiment organique, l'émotion avec une pensée.

J je te propose de laisser venir un moment particulier pour toi, récent ou ancien, où tu te dis : « là, tiens, je suis un Thiébaud ému ». Et on va essayer d'en déplier tous les éléments possibles.

T. Bien, la première chose qui me vient là. C'est un moment qui s'est passé il y a deux ans au mois de juillet. J'étais pas du tout dans une activité du Sensible. J'étais allongé, devant un film, « Le seigneur des anneaux », et tout d'un coup, alors que dans l'action du film, il n'y avait pas de rapport entre ce qui se passait dans le film, il n'y avait pas de rencontre amoureuse. J'ai senti en moi, un état que je qualifierais d'état d'amour, un état sans objet. Ça n'avait rien à voir avec le film, d'ailleurs je me rappelle qu'après cinq minutes, j'ai arrêté le film parce que je me demandais ce qui m'arrivait. Donc pour les manifestations physiques c'est vraiment, mais d'abord une chaleur qui prenait tout le

corps. C’était vraiment un état de chaleur, un sentiment de profondeur et de sensation de mise mouvement interne fort. Et ce qui m’a surpris, c’est que cela ne se passait pas dans un contexte d’extra quotidienneté comme on le vit dans notre pratique. Je n’étais pas en train de faire une introspection. J’étais dans un état d’incompréhension, d’abord, comme je l’ai dit, c’est hors du cadre extra quotidien, hors du cadre du Sensible, etc. J’étais tout seul. Parce que pour moi, c’est aussi un sentiment que je peux sentir quand je suis avec quelqu'un. Voilà. Et que ça se passait en moi, j’ai pas eu la sensation d’être submergé, ni débordé. Je suis resté très, c’était en moi, mais j’ai pas eu la sensation de quelque chose de qui m’envahit. Et puis, pour moi ce moment-là a été le début d’un questionnement sur une dimension relationnelle, sur ce que j’ai besoin, sur qu’est-ce que je fais de cette intensité. Est-ce que je la partage, est-ce que je ma garde pour moi ? ça été vraiment le début de toute une réflexion, et ce moment-là est à l’origine de tout mon changement depuis deux ans !

J . hum, si j’ai bien compris, l’événement que tu relates, c’est un moment dans ta vie personnelle,

T. Oui

J. un moment de loisir où tu es en train de regarder un film,

T. oui ;

J. un moment où tu es surpris par l’émergence d’un état qui n’est pas en lien avec ce que tu es en train de regarder,

T. Oui ;

J. qui te prend, et que tu reconnais comme un état d’amour ou sentiment d’amour. Je ne sais pas si c’est ce terme que tu as employé ?

T. oui, un état d’amour, et un sentiment d’amour, mais c’est d’abord une sensation de chaleur, qui me prend tout le corps, et puis une sensation que je reconnais comme un état d’amour.

J. d’accord. Tu parles de sensation de chaleur dans tout le corps, est-ce qu’il y avait des régions plus concernées que d’autres ? Si tu te remets dans le moment, …

T. Si je me remets dans ce moment, c’est vraiment très clair, c’est vraiment un déploiement. Comme une boule, un petit peu en dessous du plexus, presque au niveau viscéral, et qui a commencé à prendre l’ensemble du corps. J’étais allongé, à un moment, je n’osais plus bouger ! Parce que j’avais tout le corps qui était comme pris dedans.

J. hum, et dans ce moment, tu l’as dit aussi, c’était le starter de quelque chose.

T. oui, c’était le starter de quelque chose

J tu me dis aussi qu’au moment où ça s’est passé, tu t’es posé des questions sur pourquoi ça t’arrivait, c’était quoi ce rapport au Sensible. Il y a t-il d’autres pensée qui te sont venues à ce moment-là ?

T. alors, juste avant de répondre à ta question ; ce vécu-là, même s’il ne se passait pas dans un cadre expérientiel habituel du Sensible, je le reconnaissais comme Sensible par les intensités déjà rencontrées en introspection, ou dans des moments de mouvement, ou de traitement manuels, par des intensités de relation, à la fois ce sentiment d’amour, cette sensation de mise en mouvement, je l’ai déjà ressenti. Donc, il y avait une forme de reconnaissance de quelque chose. Mais peut-être là, ce qui était le plus étonnant pour moi, c’est que ça venait à un moment des plus surprenants, parce que je n’avais absolument pas d’attention tournée vers cet endroit-là. Donc, le fait que ça me prenne à ce point, … c’est presque comme un appel, oui, je peux le dire : « c’est comme un appel en moi ». Alors un appel de quoi ? D’une part de moi, profonde, d’une part de vie.

J. hum

T. Mais dans le moment où je l’ai vécu, je ne pouvais pas le dire. Je peux le dire aujourd’hui. Au jour d’aujourd’hui, je peux dire que c’était un appel, une mobilisation à aller vers quelque chose de plus vivant, presque une nécessité interne qui a jailli comme une fontaine.

J. Et pour toi, ce moment-là, entre guillemets, tu le ranges dans un moment d’« homme ému » ?

T. Ah, oui, oui, oui, cet étonnement fort, on pourrait dire paroxystique, dans mon lien à moi, je pourrais dire, en tout cas par rapport à la première question, c’est ce moment qui vient. Ce qui ne veut pas dire qu’il n’y a pas d’autres moments émus d’une intensité plus faible…mais qui ont une dimension d’« homme ému ».

J Hum,

T. Pour moi, dans ce moment que j’ai décrit, il y a des conditions très particulières. C’est ancré en moi, ce n’est pas dans une réactivité à quoi que ce soit. Même pas à une posture de méditation, parce que je n’étais absolument pas dans quelque chose de ça. Je ne sais pas si tu connais le film, mais ça n’avait rien à voir. Et puis, c’est vraiment dans une interface entre un vécu et une mobilisation cognitive. Il y a un vécu organique et le début d’un véritable questionnement qui est donné. Pour moi, je l’associe vraiment à cette dimension émue.

J. ce moment que tu évoques concerne un questionnement issu de ce vécu, un questionnement existentiel pour toi ?

T. oui, oui, et il n’empêche que, comme ce matin dans une moindre intensité, dans l’introspection. Il me vient un autre moment de ce matin, dans la relecture d’un texte avec K.T. une collègue de master où elle me dit : « tu me parles de toi dans le texte, mais tu n’apparais pas dedans » et tout d’un coup, le fait de me rendre compte de cela, c'est-à-dire, de me rendre compte que dans une description, il y a une forme d’implication de moi qui n’est pas là, et du coup, le fait de réfléchir et de m’impliquer davantage, provoque déjà une émotion, une sensation, un déclenchement psychotonique, une mobilisation cognitive pour répondre à cette question. C’est moins intense, mais le fait de répondre à ce que tu me demandes, comme ce que me demandait ma collègue, dans les deux, il y a une concernation de moi ’sujet’. Dans l’événement que j’ai décrit, c’est une part de moi, de la vie en moi, je ne sais pas d’où ça vient qui agit. L’autre moment que je raconte de ce matin, ça me ramène à moi-même. C’est pas la même intensité, mais il n’empêche que dans ces deux moments, il y a une concernation de qui je suis, dans ma vie et de mes actes que je pose. Sinon, je peux voir les choses comme voir un bon film. Tu vois, comme le film dont je te parlais, je peux avoir des émotions, des sensations, mais ça ne me transformait pas. Hors la différence avec ce moment-là, c’est qu’il me transformait, et ça continue encore aujourd’hui.

J. dans ce que j’entends, de ce que je comprends, c’est que le temps, on pourrait dire que la temporalité de l’« homme ému », c’est ce moment particulier où, pour Thiébaud, c’est l’amorce d’une transformation,

T. oui, c’est ça, c’est l’amorce d’une transformation

J. l’autre point, est-ce que tu es d’accord pour dire que dans tes deux exemples c’est toujours toi, en tant que sujet qui t’aperçois. Je ne sais pas si on peut utiliser le terme de reconnaissance, parce que c’est pas quelque chose de toi que tu connais, c’est quelque chose de toi qui émerge, qui se donne et que tu découvres ?

T. Oui tout à fait, dans ce moment spécifié d’il y a deux ans, il y a ce moment d’un instant qui émerge et qui continue à se déployer. C’est moi qui émerge, moi !

J alors ce mouvement qui s’est déployé, c’est venu tout de suite dans ta matière. Et qui s’est dilaté et qui prenait tout le corps.

T. oui,

J. est-ce qu’il y a quelque chose qui était concerné dans ta tête ? La mise en mouvement concernait ton crâne ; parce que tu me parles de pensée, est ce qu’il y a eu du mouvement dans ton crâne ? Raconte-moi encore le paysage perceptif de ce moment. Tu m’as donné plein d’éléments, mais est-ce qu’il y en a d’autres qui te viennent ?

T. alors ?

J. et s’il n’y en pas qui me viennent ça me va aussi.

T. Non, dans mon crâne, j’ai pas senti particulièrement du mouvement ; mais plutôt des questionnements de : « qu’est-ce qui se passe ». Au début une forme d’incompréhension, et puis, de toute façon, c’était impossible d’intervenir, ni de s’arrêter quoique ce soit. Comme si tout d’un coup, dans cette intensité de ce moment-là, la vision, une sorte de vision de moi complètement différente de ce que je connaissais m’apparaissait. Et puis, pour être honnête, l’état a continué pendant près de trois semaines. Après il y avait D. qui était à la maison, et dans les méditations, ça continuait.

J. Donc, tu es en train de me dire que cet état d’« homme ému », tu l’as gardé pendant trois semaines !

T. ouais, en tout cas cette proximité, cette intensité de chaleur et de mouvement tellement fort ; ça a duré presque trois semaines avec des moments plus ou moins forts et après je me retrouvais dans les méditations avec une intensité très forte pour moi.

J. et qui a dévoilé du sens durant ces trois semaines ?

T. oui, ça me dévoilait un sens, plusieurs même. Le premier sens ça a été le sens de la relation avec X. A me dire : « qu’est-ce que je partage, et que je me rendais compte que j’étais en souffrance, qu’une partie de moi, c’était clair, n’étais pas reconnue. Non pas par X, mais par moi dans notre relation, et je m’étais habitué. Et donc, je reconnaissais le besoin de changement, qui a été tenté par des dialogues… de dire : « oui, il y a des choses qui ne se passent pas entre nous, etc. ». ça s’est pas fait là, mais bon, c’était trop, je ne pouvais plus rester, dans cette relation qui pour moi, dans ce que je vivais, je ne trouvais plus de satisfaction par rapport à ce que je pouvais vivre en moi à ce moment-là.

J. Humm, ce que j’entends dans ce que tu nommes, c’est qu’un moment particulier où émerge une sensation, avec une intensité qui reprend tous les items du Sensible, hein ?

T. Oui, c’est ça

J. et qui à un moment donné créent une intensité et un étonnement dans toi avec une incompréhension sur le moment. En fait, ce moment qui se dilate dans le temps, en même temps, il devient un support pour accompagner une conscience d’un fait dans ta vie, d’une insatisfaction dans ton existence, et d’un appel au changement. Est-ce que tu es d’accord avec ça ? c’est ce que tu étais en train de dire ?

T. Oui, tout à fait, tout à fait, je peux le dire comme ça. Ce moment d’« homme ému » a été un support pour accompagner cette conscience d’un fait dans ma vie relationnelle lié

à une insatisfaction dans ma vie, et d’un appel au changement. Oui, il portait ce changement.

J. et donc, je pourrais dire : ok, mais est-ce qu’il y a avait une émotion ? Ou est-ce que l’ « homme ému », il est là, sans émotion et c’est l’activité cognitive qui crée une révolution, comme par contraste une forme d’évidence qui apparaît, et qui n’apparaissait pas avant et c’est dans cette évidence-là que l’« homme ému » apparaît ? Est-ce qu’il y a un contingent affectif qui t’a accompagné à ce moment-là ou pas ? Alors attends, pour qu’on soit clair, on est parti d’une description d’un moment particulier, et ce moment particulier a été l’occasion et le starter d’un dévoilement progressif d’une identité de toi, d’une part de toi qui est en souffrance – je ne sais plus si c’est ce mot que tu as utilisé, en tout cas d’une insatisfaction – avec un appel au changement. Tu es d’accord avec ça ?

T. Oui, tout à fait, c’est l’activité cognitive qui fait une révolution, comme tu dis, une évidence qui apparaît, et qui n’apparaissait pas avant et c’est dans cette évidence-là que l’« homme ému » émerge, mais avec un vécu subjectif à la base.

J. avec une forme de vécu subjectif, de tuteur interne dans tes discussions avec les autres, dans tes méditations, qui te soutient en permanence. Avec un état et un rapport à la vie qui te porte durant toute cette période, qui te permet de prendre des décisions.

T. oui, c’est tout à fait ça, ça m’a permis de prendre des décisions.

J. comment ça s’est passé ? Ma première question, c’est sur le plan affectif, c’était comment ?

T. Alors, dans cette période, même s’il y avait des réflexions, ça n’enlevait pas la base d’un vécu intense d’émotion. Et pour moi, vraiment, c’était une émotion d’amour. Et je pourrais dire qu’à ce moment-là j’aurais pu tomber amoureux de n’importe qui ? Je portais ça, avec des moments, oui des moments de joie, même si ça venait révéler des limites, des limites relationnelles. C’était tellement comme… l’image qui me vient, c’est les battements du cœur, ça n’arrête pas, ça bat, tchouk !, tchouk !, et voilà ça n’arrête pas. C’est toujours là et c’est ce qui m’a porté, vraiment, ça m’a porté. Ce vécu interne était porteur de l’ensemble de mon questionnement. Et ce n’était pas deux choses séparées, des allers-retours entre le vécu de sensation et de réflexions.

J. Là tu m’as donné un moment de ta vie personnelle, est-ce que tu aurais un vécu particulier dans le processus ou l’état d’Homme ému ?

T. Le plus récent pour moi, c’est une situation d’improvisation avec comme partenaire M.R., avec une proposition d’improvisation à deux pour les cinquante ans de José. Avec

Marina que je connais depuis très longtemps, depuis dix ans, mais avec qui je n'avais jamais travaillé. Et voilà on se retrouve tous les deux, on a à peine travaillé avant, juste on a quelques critères de l'histoire de José, on a dix minutes où on s'échauffe ensemble. Et puis voilà, on y va. On fait une heure d'improvisation avec vraiment quelque chose de nouveau. Dans la relation, dans l'écoute, dans la fluidité. Je dirai à quel moment, je me sens le plus proche de l'« homme ému ». C'est le moment où… par exemple, ce moment où c'est comme si j'étais posé, je pouvais regarder le public comme quelqu'un qui existe, sans plus. « Sans plus », pourquoi je dis ça, parce qu'en tant qu'acteur, le public peut être une sorte d'inquiétude, parce qu'il faut l'intéresser, l'accaparer. C'était un moment où, comment dire, j'étais juste posé, j'attendais, j'attendais qu'une information vienne, donc il y a autant une émotion forte, mais simplement, il y a une sorte de simplicité qui est là. Il y a toi qui est là et d'autres gens qui sont là, simplement. Et pour moi, il y a une intensité de présence, on se sent solide, appuyé et calme, extraordinairement calme. C'était pas un moment effectivement où il y a des émotions visibles fortes, mais c'est un moment d'une extraordinaire stabilité, d'une extraordinaire présence, où je sens une espèce de point d'appui, dans un spectacle où tout est possible.
Et pourtant c'est quand même un état, un état où je trouve ça terriblement agréable de pouvoir être là en ne sachant pas ce qu'elle va être, la seconde d'après en savourant pleinement ce mouvement ; il y a quelque chose qui est vraiment jouissif. Voilà, parce qu'il n'y a aucune pression. Je ne me mets aucune pression, je n'imagine pas que le public m'en met. Il y a rien, ma partenaire était là, le public, j'étais présent à elle, ce n'était pas fermé, c'était vraiment un état de présence à moi-même…avec une simultanéité de présence à elle, à moi, au public. A pouvoir la regarder, regarder le public ; je trouve ça très fort, je trouve ça très jouissif. Ça a voir avec l'« homme ému » car c'est une intensité d'être, et d'être là. Là avec moi, avec les autres.
J. Hum, alors il y a deux choses qui se passent pour moi dans ce qui se passe là. Je vis la résonance de ce que tu partages avant et depuis le début de notre entrevue, j'écoutais ce que tu me disais en étant absorbé. Mais là, depuis deux, trois minutes quelque chose se disponibilise différemment. Dans notre jardon, je dirais : « tiens, je suis en méditation ». Une dimension de moi vient d'être convoquée, que je connais et que je reconnais. Et c'est à partir de ça que me vient ma question suivante… à quoi tu reconnais que c'était jouissif, à quoi tu reconnais ces éléments que tu as nommés : totalement disponible, totalement présent. C'est quoi, dans ce moment-là, qui te fait dire cela. C'était quand, au début ou à la fin du spectacle ?

T. C’était en plein milieu.

J. Alors qu’est-ce qui me permet de dire que c’est jouissif ?

T. C’est le fait que tout d’un coup, je dirais que la première chose, c’est que je peux exister sans rien faire. Tout d’un coup, je ne suis pas obligé de séduire, je ne suis pas obligé de faire plaisir. Les choses que je peux porter en moi, les fonctionnements que je peux porter en moi, tout d’un coup, ça disparaît. C’est bon, c’est vraiment bon. Il y a ça. Il y a autre chose, tout d’un coup, la temporalité est comme dilatée. Le temps se vit quand chaque chose se donne. J’ai le temps de vivre chaque chose et c’est peut-être parce que j’ai le temps de vivre chaque chose que je peux être présent à moi-même dans cette intensité-là, à l’autre complètement à ce qu’il fait, au public qui est complètement là. C’est parce que le temps, j’allais dire j’ai le temps de vivre mon temps. C’est plus du temps à l’extérieur, c’est mon temps. Le temps se déroule en même temps que mes gestes. Si je ralentis, le temps ralentit, si j’accélère, le temps s’accélère….il y a autant, spatialement aussi, quelque chose qui s’installe - boum - qui tombe et autant temporellement, qui s’arrête. Il n’y a plus d’urgence de faire quelque chose. Et c’est bon ça, c’est vraiment bon parce que ce que je rencontre sur un plateau, c’est beaucoup plus rare de le rencontrer dans ma vie. C’est beaucoup plus rare et dieu sait que j’aimerais bien des fois ! Tu me dis : « dans le professionnel », oui je te dis oui, c’est là et jouissif ! Oui c’est dans ce sens-là.

J. d’accord, ça m’éclaire beaucoup ce que tu dis là. Ça m’évoque des moments que j’ai vécus : l’évidence de la présence, la simplicité avec moi-même et avec d’autres personnes, sans enjeux de rôle

F ouais

J. Alors la troisième question qui me vient là, c’est celle de l’état d’« homme ému ». D’abord est ce que pour toi ça existe, c’est une métaphore ou c’est quelque chose de concret pour toi ?

T oui, l’homme ému, ça existe c’est sûr. C’est un mot que j’utilise dans ma vie : homme ému comme je t’en parle, ce n’est pas une métaphore, c’est vraiment concret.

J est-ce que tu quittes cet état ou cet état te quitte parfois ? Qu’est-ce que tu observes de tes manières d’être quand tu quittes cela. Autrement dit, il est comment le Thiébaud, quand il n’est plus en relation avec cette dimension émue ?

T. je dirais que c’est une sorte de Thiébaud distancié de lui, distancié de moi. J’ai une capacité à me quitter quand je suis fatigué ou que c’est difficile, c’est comme si je m’extrais dans une forme de bulle. J’ai des stratégies, je me mets à l’écart ou même, je

regarde un film et j’ai complètement oublié tout ce que j’ai vu. Il y a une forme d’absence, comme une absence du monde. Mais il faut bien reconnaître que c’est une absence de mon monde, de ma capacité d’être touché. Et je sais que dans ce moment, le lien à l’autre tout d’un coup n’est plus préhensible, il n’y a plus de réciprocité, mais en une fraction de seconde. Ouf !, ça se coupe car tout d’un coup, je pars. Plus de pensée, il n’y a plus rien. C’est une forme de retrait, quand on parle de retrait du monde, je préfère dire : retrait de mon monde vivant quoi ! C’est un retrait à l’intérieur de moi-même. Un peu fermé, tu vois.

J. tu as des stratégies pour retrouver cet état-là ? Alors si j’ai bien entendu, tu quittes cet état quand il y a de la fatigue ou quand il y a des difficultés. Est-ce que ça veut dire que l’ « homme ému se présente plus quand les choses sont faciles, glissent, quand c’est agréable…et il est moins présent quand les choses sont plus ardues ?

T. Non, non, ce que je dis que c’est une stratégie pour moi, quand je suis confronté à une résistance, et j’observe que c’est une forme d’évitement. Mais je ne peux pas généraliser. Par ce que quand je reste présent, il y a quelque chose qui est dynamique, oui : là, je suis là ! Là, dans l’exemple que je t’ai donné avec ma collègue, c’est une petite confrontation, et là oui, je suis ému dans cette confrontation, mais je ne suis pas sorti. Je n’ai pas évité cette chose-là, je suis rentré en relation avec cette chose-là. Du coup, il y a une émotion qui se donne. Donc, je ne suis pas en train de dire que l’« homme ému » existe que quand je suis dans la facilité, non. Pas du tout.

J. est-ce que tu as des stratégies pour retrouver cet état-là ? D’abord, est-ce que tu t’aperçois quand tu quittes cet état.

T. Oui, oui, je m’en aperçois, et de plus en plus vite, avec le temps ça devient plus clair. Après, je crois que ça dépend, si c’est une fatigue psychique, émotionnelle, affective, de cet ordre-là, ce qui m’aide le plus, c’est de demander de l’aide, de l’aide manuelle ; ça refait un lien, plus de matière, plus d’épaisseur avec moi, ça me permet de me retrouver. C’est aussi, comme je me tasse dans moi, comme si je m’insensibilise. Dans cette nature de difficulté, c’est la main de l’autre, c’est d’être touché dans son corps,

J. est-ce que es en train de dire que l’« homme ému », c’est une personne qui vit proche de son corps, de sa chair, de sa matière.

T. ah oui, parce que tout à fait, l’homme ému, il est proche de son corps, de sa matière, de sa chair.

J. hum

T oui, oui, dans une certaine densité, parce que pour moi, comme au début et que tu m’as demandé, il y a une dimension organique évidente. Pour moi c’est évident. Et c’est vraiment dans cette relation-là, que ma matière est concernée. Et quand je ne peux pas le faire de moi à moi, je vais demander de l’aide, j’ai besoin d’une main pour faire ça. Après la chose, c’est que j’utilise tous les outils et en premier, ce qui me maintient dans un lieu, c’est la méditation, la régularité dans la méditation. Le mouvement, je dirais que c’est plus quand il y a une difficulté, physique, soit une fatigue qui vient ou à une distorsion suite à une situation de stress. Pour retrouver un plan de glissement, de me remettre dans quelque chose de plus actif. Pas actif dans du mouvement accéléré, ça me met dans quelque chose de plus actif à l’intérieur de moi.

J. tu as d’autres manières de faire qui te viennent ?

T. Il y a d’autres choses qui me viennent. Il y a certaines musiques, qui me remettent, comme si c’était une mémoire qui me remet dans un moment. La musique c’est très, très important. Deuxièmement, c’est les textes poétiques. C’est vraiment plus ces deux choses, et pourtant j’aime le cinéma, les films, mais c’est ça, la musique et les textes poétiques, ça me met en relation vers l’ému en moi et c’est par une remise en mouvement. Et ça aussi, ce sont des outils que j’ai à ma disposition.

J. est-ce que tu es en train de me dire que ce qui manque le plus quand tu as quitté l’« homme ému », c’est la présence du mouvement et la capacité d’être en réciprocité avec les autres ?

T. oui, je précise, ce qui me manque le plus, c’est la présence du mouvement et la réciprocité avec moi en premier, c’est sûr !

J. alors cette question me vient avec toi, maintenant, je ne l’ai pas posé aux autres personnes : quand on est éloigné de l’« homme ému », à quoi ça ressemble ta manière d’être affecté, ton rapport à tes émotions…

T. deux extrêmes : une sorte d’indifférence. Il peut se passer des choses comme un spectateur, mais pas un bon spectateur, un spectateur derrière une vitre. Une sorte d’indifférence, un sentiment d’indifférence. Ça et une autre extrême, c’est une réactivité qui peut être colérique, parce que ça vient me sortir de moi-même. Une sorte de réactivité…

J. à quoi tu reconnais que c’est colérique ?

T. parce qu‘il y a une intensité disproportionnée avec l’événement. Il y a trop d’intensité par rapport à ce que c’est.

J tu veux dire qu’il y a de la charge ici, alors qu’avec l’« homme ému, il n’y en a pas ?

T. oui, je ne sais pas s’il n’y en a pas, mais quand j’ai la sensation d’être habité par mon corps, c’est plus en adéquation. Il y a une sorte de concordance, d’équilibre entre les deux camps et puis il y a une réponse adéquate de l’émotion. Et là, n’étant pas dedans de moi, la réponse n’est pas adéquate. Il y a quelque chose qui n’est pas adéquat. Donc, soit il y a trop ou soit il y a trop peu. Soit rien quoi !

J. alors on en vient à une autre question, comment tu utilises ton mode relationnel quand, j’utilise un mot en caricature,« sous influence de l’homme ému », que peux-tu dire ou observer de ta manière d’être avec les gens, avec le monde, les événements, avec la vie. Tu m’as déjà donné plein d’éléments avant cette question, mais là je te la pose directement.

T. Première chose qui me vient, c’est je me sens plus juste et plus juste avec moi-même, avec mon propre vécu, avec la capacité de le traduire, de l’exprimer. Pour rendre visible ce qui m’habite, avec une autre nature d’implication en relation, moins affective ; justement moins, moins sous influence d’attentes, et du coup, moins d’enjeux. Peut-être avec un enjeu existentiel, parce que c’est plus sensible, je dirais. Ça me donne l’impression d’être proche de moi.

J. tu as dit : un enjeu moins ou plus existentiel ?

T. Plus existentiel, plus, oui, et du coup une autre nature d’implication avec quelque chose de moins affectif. Moins de besoin de reconnaissance, moins d’attente. Il y a quelque chose aussi de plus reposant. Je veux dire, peut-être être un « homme ému » serait plus reposant que d’être dans une espèce de lutte permanente ou de réactivité permanente. Il y a quelque chose de fatiguant.

J c’est ça que tu me disais, l’Homme ému est plus reposant ?

T. plus reposé, oui, et plus reposant pour les autres.

J. alors à quoi reconnais-tu un « homme ému » ou une « femme émue » ? Je parle du genre humain.

T. Oui, oui bien sûr.

J. Tu en croises beaucoup des hommes ou des femmes émues ?

T. ouais, depuis que je suis à Paris, je n’ai pas envie de brosser un tableau de l’équipe trop idyllique, mais je trouve que les gens autour de moi à P.A., il y a quelque chose qui est là. Les personnes apparaissent dans ce qu’elles ont de singulier, ils se la joue pas, quoi. Après, cette sphère-là, je le trouve ailleurs aussi. Je peux le trouver ailleurs, peut-être chez des gens qui ne sont pas forcément dans un rapport au Sensible. Où on sent qui il y a une intensité de relation, sans narcissisme, où il y a une authenticité. Je pense

que ce serait un des critères : « l'homme ému » est quelqu'un d'authentique. L'« homme ému » que je peux reconnaître dans quelque chose d'authentique, où je sens qu'il y a vraiment une disponibilité à ce qui vient, ce qui se donne, pas juste à la personne. Quelqu'un qui a une espèce de plasticité, pas seulement mentale, mais qui arrive à s'adapter. Ouais !

J. alors dernière question. Quand tu entends Homme sensible, femme sensible homme ému, femme émue. Qu'est-ce que ça t'évoque ? Est-ce que c'est la même chose, c'est différent ?

T. quand tu dis Homme sensible, c'est quoi ? C'est sensible avec un grand S ou sensible, sensible de sensibilité ?

J. allons-y pour les deux.

T. Donc, oui. Ah ! déjà, pour moi, être ému, c'est pas de la sensibilité. C'est-à-dire, je ferais une sorte de graduation. On peut être Sensible et ne pas être ému. Mais peut-être, pour être ému, il faut être sensible. Je dirais ça comme ça. On peut être Sensible, être dans la sensiblerie, être émotif. Et pour moi, être ému, c'est matiéré, c'est incarné, c'est quelque chose qui se donne en réciprocité avec une pensée. C'est vraiment ces deux choses-là.

Ensuite, « homme Sensible », on pourrait avoir une relation avec le mouvement interne. Mais pour moi, l'«homme ému » rend visible aussi quelque chose, rend visible une intériorité. C'est montrer qu'on est ému. Il faut, en tout cas et ce n'est pas pour rien que tu m'interroges, car c'est justement une rencontre avec une chose. C'est montrer, c'est partager ce qui se passe à l'intérieur de soi. Je pense que c'est possible d'être un homme Sensible sans être un « homme ému ». Oui, je pense que c'est possible, que certaines personnes vivent avec une intériorité et ne le montre pas dans le visible. Et tout le travail de l'expressivité est là pour déployer dans le visible cette intériorité. Dans le mode expressif où l'autre peut accéder en tout cas à mon vécu, il est visible. Je fais la différence avec l'homme Sensible où on pourrait rester avec le mouvement interne sans que ça devienne visible.

J. qu'est-ce que tu entends par 'visible', par 'expressif' ?

T. par expressif, je veux dire que cette partie subjective deviennent totalement ou partiellement observable, partagée. Que l'autre peut accéder, pas à mon expérience, ce n'est pas possible, mais qu'il se dise : « là, il se passe quelque chose ». Où cette personne-là est touchée. C'est de passer de quelque chose de complètement subjectif à

quelque chose qui devient objectivable pour soi d’abord, et pour l’autre, les autres. Ça passe de quelque chose de subjectif à quelque chose d’objectif

J de quelque chose de privé à quelque chose qui se partage, c’est ça que tu es en train de me dire ?

T. oui, oui, mais pour que ça se partage, ça demande à ce que ça soit accessible pour l’autre.

J. donc, l’Homme ému, il présente des manières d’être qui rendent accessible ce qu’il vit au monde et à l’autre.

T. oui, tout à fait ! Cette personne-là, on a accès à ce qu’elle vit par ses manières d’être.

J. et donc dans ces manières d’être, il y a l’expression, il y a d’autres choses ? Qu’est-ce que tu mets dans ‘expression’ ? je ne sais pas, il me vient un truc, l’«homme ému », ça peut écrire une lettre. Il y a l’expression écrite… par exemple. Oui, il y a une mise en action dans le monde ; c’est ça ?

T. Oui, il est actif ! C’est comme tu dis : une mise en action dans le monde que l’homme Sensible peut ou ne sais pas forcément faire, et peut apprendre à faire.

J. humm

T. Donc, chez l’« homme ému », il y a l’acceptation d’une forme de vulnérabilité de soi, de montrer cette part changeante, émue, c’est aussi être mis en mouvement, « émovere » en latin. Si je montre, je donne une information. J’accepte de rendre visible cette chose-là. Il y a une part, je peux me montrer aussi fragile entre guillemets. Dans une relation, je pense l’« homme ému » comme quelqu’un de vulnérable, mas je ne l’entends pas comme fragilité mais il offre une vulnérabilité. J’entends vulnérable comme é-moi, comme quelque chose de changeant, qui peut toucher et être touché. Oui, c’est comme ça.

J. Alors tu ressors comment de cet entretien ? Qu’est-ce que tu pourrais partager ?

T. mais…(Rires) c’est quand la prochaine ? En tous les cas, il y avait une journée de master… il y avait une fatigue, je la sens dans mon cou. Mais là, ça bouge, ça me brasse, ça me touche, je me sens dans une forme de « pétillance ». Grâce aussi à tes questions, à ce que tu as permis de dire aussi. Par exemple le premier moment que j’ai décrit, ça s’est déroulé et en en parlant, ça m’a donné comme une sorte de continuité, et puis ça précisé des choses comme ’ému’, ’sentiment’, ’émotion’ ; ce sont des éléments dans le secteur de l’expressivité que l’on utilise sans savoir très précisément ce qu’il en est.

ANNEXE II

A la fin d'une séance d'accompagnement manuelle en pédagogie perceptive, j'ai montré à la personne concernée la résonance graphique inspirée par la pensée de Merleau-Ponty et que je place avant le texte qu'elle m'a fait parvenir suite à notre séance.

Des mots sur le schéma de Jean

Le temps, le lieu, le nombre
Ne font pas mystère
Nous sommes bien là
Comme nous pourrions aussi être ailleurs

L'émouvoir comme support de la sensibilité

Dans nos corps immobiles
Le corps observé par les sens
Dans ses ressentis
Ses dits et ses émotions
Comme un centre de l'univers
Nécessairement centre
Avant le silence du dehors
Qui balaie les bruits du dedans
Laissant place au fluide
Modulée dans des ondes où on s'enfonce
Comme les ondes d'un lac
intergalactique
Qui entraîne les deux devenus un
Et les lieux devenus capsule
Pour une orbite
Dans la Chair du monde
Où les systèmes qui président à la vie dans le temps
S'amenuisent et s'effacent
Au fil de la rencontre des entrelacs
Jusqu'à effacer les frontières entre le dehors et le dedans
D'un corps qui se re-marque
Dans la marque bien réelle de l'invisible
Comme un non-lieu
Et mieux encore
Une Présence
Qui s'enfonce dans le corps devenu chair
Innocenté éclairé
Un corps qui se reconnaît sans se voir
Dans les orbites sans fin
Où se rencontrent ceux qui sont passés par là
Et ceux qui s'en viennent
Dans une procession d'amoureux reliés
Aux apogées et aux nadirs
Issus des mouvements
Qui bouleversent le désordre établi
Labourent la matière
Dans une lenteur infinie
Imbibant les corps et les chairs
De lumières inédites
Il suffit de suivre la direction
Nous savons où se trouve le banquet
Il suffit de s'y tenir ou d'y revenir.

Ce 11 août 2015
J'illustre ce schéma à partir d'une expérience récente vécue
dans un accompagnement manuel.
Serge