

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

**VOLUME III**

Universidade Fernando Pessoa

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

**VOLUME III**

Universidade Fernando Pessoa

Porto 2015

© 2015

Jean Humpich

ALL RIGHTS RESERVED

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

**VOLUME III**

Thèse de doctorat soumise à l'Université Fernando Pessoa en vue de l'obtention du degré de Docteur en Sciences Sociales, option Psychologie, sous la direction du Professeur Marie-Christine Josso et la co-direction du Professeur Eve Berger

L'émouvoir comme support de la sensibilité

## CHAPITRE 7 : 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*<sup>393</sup>, 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

---

<sup>393</sup> « *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 "*χῆρος-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 XXI<sup>ème</sup> 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 »<sup>394</sup>. 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 inspireurs Husserl et Heidegger ; conflit résolu en partie par la tentative d'une composition inspirée de ces deux doctrines, *la phénoménologie de l'asubjectivité*. Patocka était convaincu qu'

une philosophie de l'« être-avec » ne dispense pas d'enquêter sur les conditions qui permettent à un être, même fini, de s'arracher à la nivellation anonyme du quotidien.<sup>395</sup>

## **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 pourrions 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

---

<sup>394</sup> 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.

<sup>395</sup> 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 corps* 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.<sup>396</sup>

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'époque, 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 projette 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

---

<sup>396</sup> *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 embrasse 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.<sup>397</sup>

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.

---

<sup>397</sup> *Ibid.*, p. 25

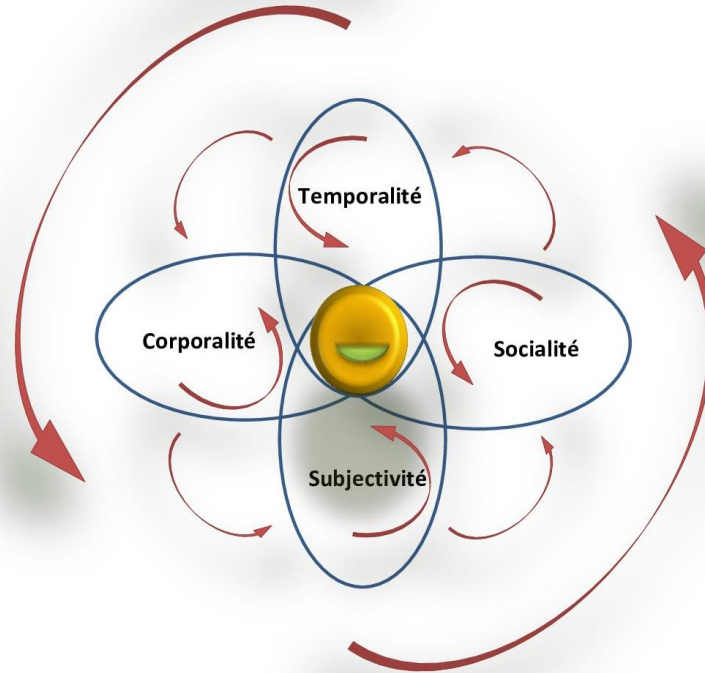
## L'émouvoir comme support de la sensibilité



L'être a-subjectif



Dynamique de la pensée et Pouvoir-se-mouvoir  
Mouvement subjectif : Acte d'accomplissement  
et réalisation unique



### **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.<sup>398</sup>

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

---

<sup>398</sup> *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-derrrière, 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.<sup>399</sup>

Patocka propose une présence dynamisante de la spatialisation sous la forme d'un mouvement, d'un sens<sup>400</sup>, 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<sup>401</sup>. 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<sup>402</sup> » *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

---

<sup>399</sup> *Ibid.*, p. 68.

<sup>400</sup> 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 modèle somato-psychopédagogique.

<sup>401</sup> 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.

<sup>402</sup> 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](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 Patočka, inspiré par la pensée d'Heidegger<sup>403</sup>, 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 fraîcheur, 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*<sup>404</sup> », 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 portés. 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.<sup>405</sup>

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.<sup>406</sup>

---

<sup>403</sup> Sans pour autant le citer dans ces lignes à propos de la *disposition* et de l'*affectivité* ; difficile de savoir si la pensée de Patočka veut s'en détacher pour aller vers une autre direction.

<sup>404</sup> Littéralement « se trouver » en allemand.

<sup>405</sup> *Ibid.*, p. 69.

<sup>406</sup> *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.<sup>407</sup>

Dans un développement ultérieur, nous sommes emmenés plus loin dans le jeu de réciprocité propre à l'affectivité, à la réciprocité 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.<sup>408</sup>

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'explicitier. 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

---

<sup>407</sup> *Ibid.*

<sup>408</sup> *Ibid.*

faire ». « Le miracle du faire tient à ce qu'il excède ce « je peux » originaire<sup>409</sup> », 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.<sup>410</sup>

## **5. LA TONALITE AFFECTIVE : LA DYNAMIQUE LA PLUS ORIGINALE**

---

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 »<sup>411</sup>. 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'advient 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.<sup>412</sup>

---

<sup>409</sup> *Ibid.*, p. 71.

<sup>410</sup> *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 fondamentale 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.

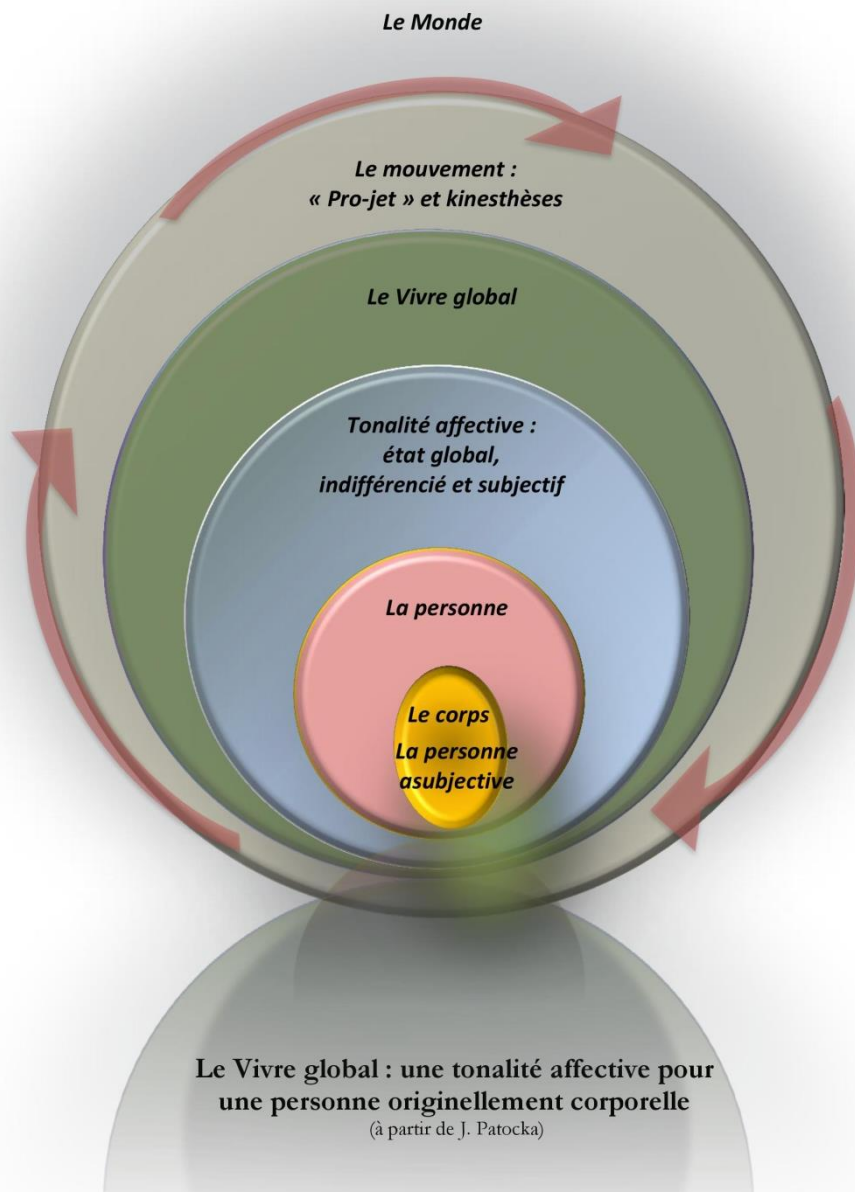
<sup>411</sup> *Ibid.*, p. 91.

<sup>412</sup> *Ibid.*



## L'émouvoir comme support de la sensibilité

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.



## 6. LA DYNAMIQUE DE L'ÊTRE : UNE AFFECTIVITE TOUJOURS DIRIGEE VERS LA SOCIALITE<sup>413</sup>

---

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<sup>414</sup> (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.<sup>415</sup>

Les indices de cette intuition se trouvent dans un souci récurrent 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'objectivité<sup>416</sup> (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 chose-même nous intéresse surtout par

---

<sup>413</sup> 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>

<sup>414</sup> 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>

<sup>415</sup> 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.

<sup>416</sup> « Objectivité », 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 ». « Objectivité » 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.<sup>417</sup>

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.<sup>418</sup>

### **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'<sup>419</sup>, 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

---

<sup>417</sup> *Ibid.*, p. 92.

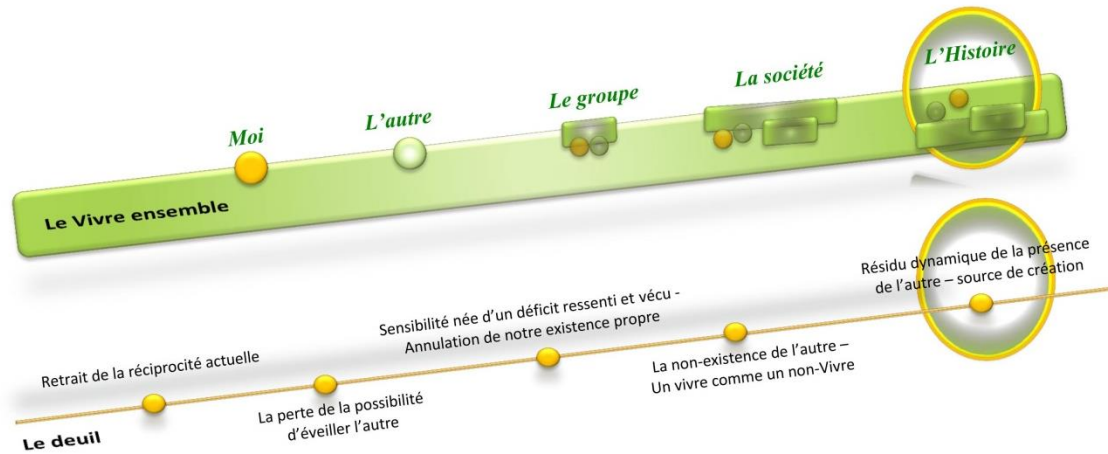
<sup>418</sup> *Ibid.*, p. 108, 109.

<sup>419</sup> Entre personnes présentes et vivantes au sens de notre existence matérielle.

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 renouvellement 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 autres 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.

## L'émouvoir comme support de la sensibilité



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. Patočka)

### 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

## L'émouvoir comme support de la sensibilité

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.<sup>420</sup>

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 irrésistible 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 ».

---

<sup>420</sup> 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.

## L'émouvoir comme support de la sensibilité

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 8 : 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<sup>421</sup> 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 semblé 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)

---

<sup>421</sup> Voir : Corcos, M., Speranza M. (2003). Psychopathologie de l'alexithymie. Paris : Dunod.

## L'émouvoir comme support de la sensibilité

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 thétiqument consciente d'elle-même c'est de se transcender et de saisir sur le monde comme une qualité des choses.<sup>422</sup>

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.<sup>423</sup> [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.<sup>424</sup>

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.

---

<sup>422</sup> *Ibid.*, p. 77.

<sup>423</sup> *Ibid.*, p. 81.

<sup>424</sup> *Ibid.*, p.87.

## L'émouvoir comme support de la sensibilité

Nous avons bien affaire à une forme synthétique : pour croire aux conduites magiques il faut être bouleversé.<sup>425</sup>

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.<sup>426</sup>

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<sup>427</sup> ET UNE SYNTHÈSE 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].

---

<sup>425</sup> *Ibid.*, p.97, 98.

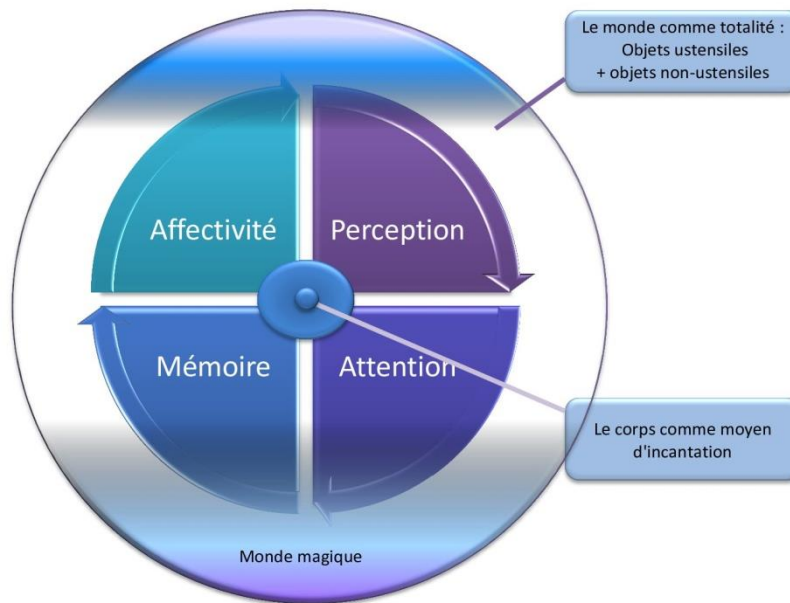
<sup>426</sup> *Ibid.*, p. 98, 99.

<sup>427</sup> 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'émouvoir comme support de la sensibilité

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.<sup>428</sup>

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 :

<sup>428</sup> *Ibid.*, p. 115.

## L'émouvoir comme support de la sensibilité

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.<sup>429</sup>[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)

---

<sup>429</sup> *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<sup>430</sup> 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*<sup>431</sup> (...). (*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-

---

<sup>430</sup> Qui est le thème de l'article de Philippe Cabestan, *Qu'est-ce que s'émouvoir?*

<sup>431</sup> 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 attendue 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<sup>432</sup> », 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 éloquent, sommes-nous en présence d'une 'ergonomie<sup>433</sup> affective'?, - constituée en

---

<sup>432</sup> *Ibid.* p. 105.

<sup>433</sup> 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<sup>434</sup> 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<sup>435</sup> 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

---

<sup>434</sup> 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/>

<sup>435</sup> 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.<sup>436</sup>

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*<sup>437</sup>. 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.<sup>438</sup> (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.<sup>439</sup> (Je souligne)

---

<sup>436</sup> *Ibid.*, p. 113.

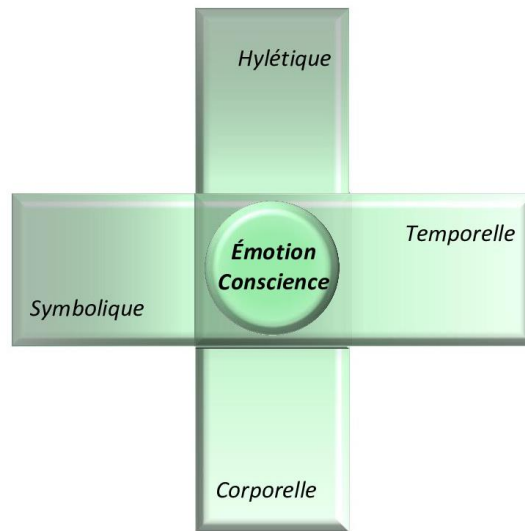
<sup>437</sup> Spirale que Cabestan relie à celle proposée par Descartes, c'est-à-dire, celle qui entretient et fortifie les passions. La version sartrienne - ou plus précisément interprétée par Cabestan - est la « version phénoménologique de la boucle cardio-cérébrale » dont il est aisé d'en imaginer l'expérience.

<sup>438</sup> *Ibid.*, p.115.

<sup>439</sup> *Ibid.*

## L'émouvoir comme support de la sensibilité

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

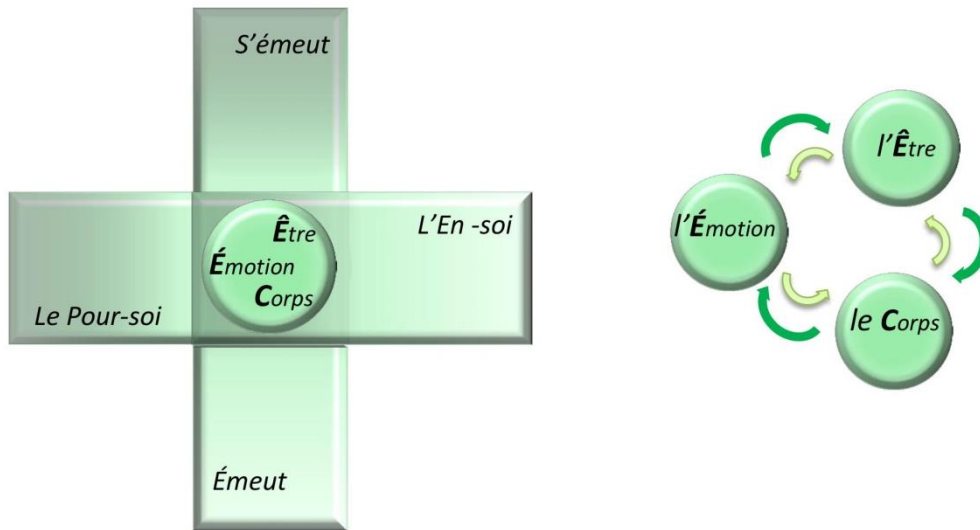
liberté prise par le philosophe pour intégrer des phénomènes sous la bannière de l'émotion comme par exemple la douleur, le rire, le vertige, sans que soit précisé, à ma connaissance, leur parenté avec une affectivité originelle. Chaque émotion est-elle assujettie à l'unicité du projet affectif? Ce que 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<sup>440</sup>, 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<sup>441</sup> ? 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 ?

---

<sup>440</sup> Voir : url : [/web/revues/home/prescript/article/phlou\\_0035-3841\\_1969\\_num\\_67\\_93\\_5477](http://web/revues/home/prescript/article/phlou_0035-3841_1969_num_67_93_5477)

<sup>441</sup> Les termes d'En-soi et de Pour-soi ont été créés par Sartre dans l'Être et le Néant bien que Hegel soit à l'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 acception 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.



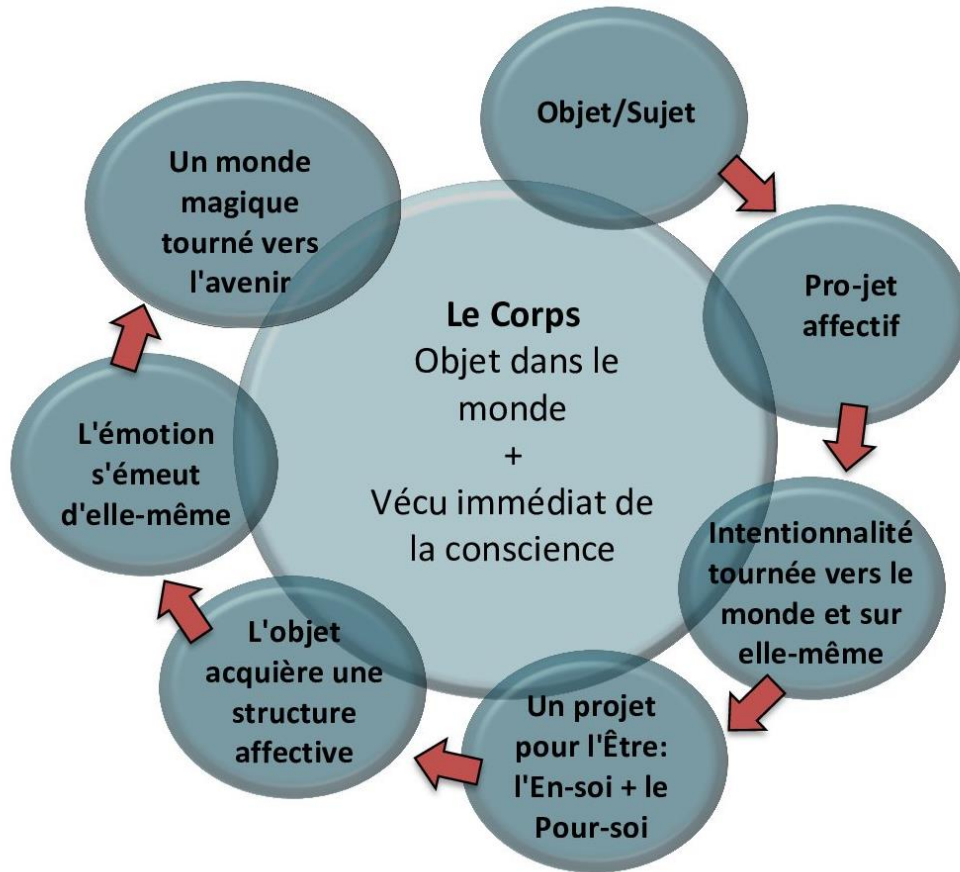
**Le corps et les rapports dialogiques entre la double possibilité de l'émotion et les deux entités à l'origine de l'Être**

(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 spirale (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. Expérieniellement, je constate la

portée transformatrice de l'expérience du Sensible, dont l'arrimage à la conscience matérielle 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 pratiques 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 émergent 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<sup>442</sup> 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

---

<sup>442</sup> 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 9 : 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,

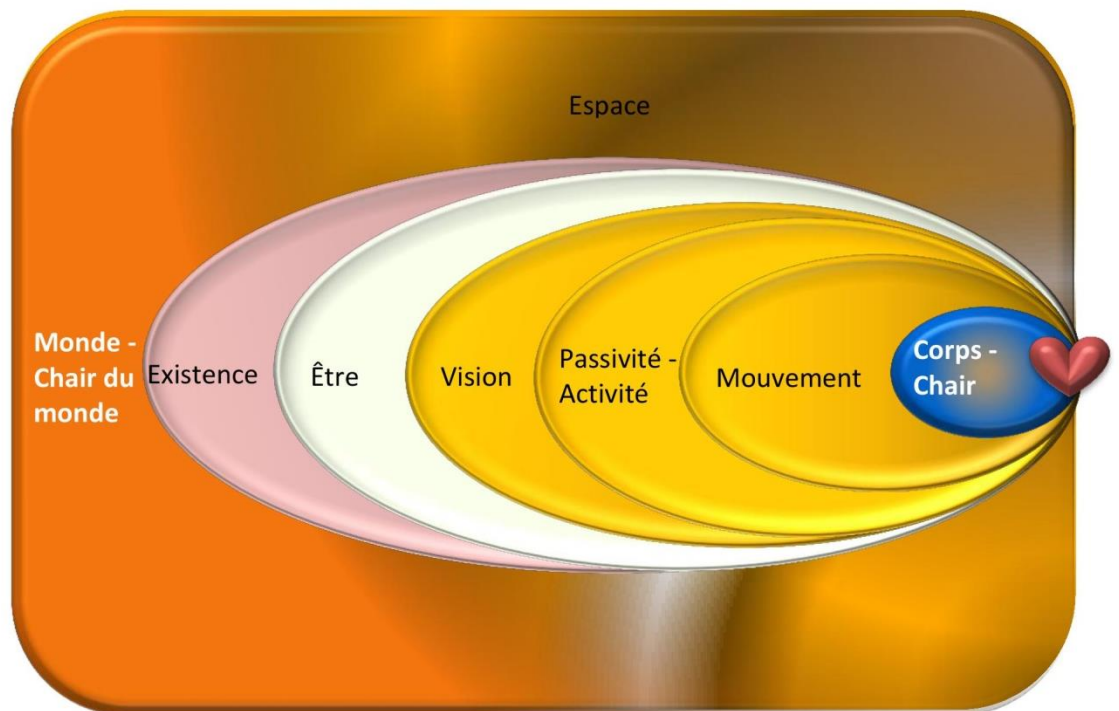
dans la sphère commune à notre cœur et au « cœur des choses », avec la manière dont on est *affecté tout en cheminant vers (...)*, avec la manière dont on est à la fois passif et actif, simultanément mais sans jamais être réellement l'un sans l'autre, car « être » est avant tout être « dans » cette

## L'émouvoir comme support de la sensibilité

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<sup>443</sup>. 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)

<sup>443</sup> La cénesthésie définit 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.<sup>444</sup>

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.<sup>445</sup>

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

---

<sup>444</sup> *Ibid.*, p. 330.

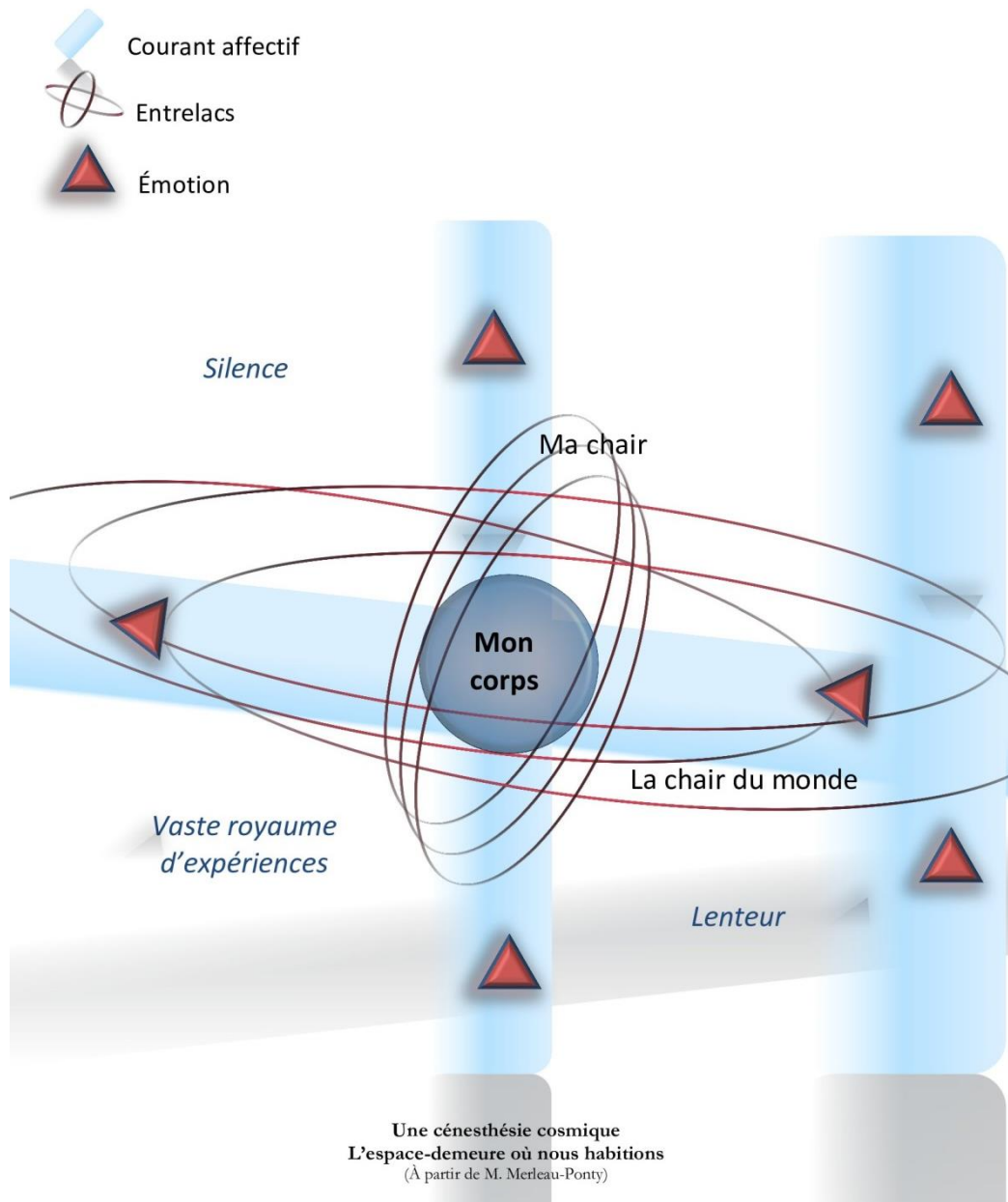
<sup>445</sup> *Ibid.*

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.

## L'émouvoir comme support de la sensibilité



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.<sup>446</sup>

<sup>446</sup> Bois, D. (2006). CD, *Le moi renouvelé*. Paris, Point d'Appui.

## L'émouvoir comme support de la sensibilité

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<sup>447</sup> :

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)

---

<sup>447</sup> J'ai à l'esprit le positionnement de J.P. Sartre à contre-courant des grandes avenues...

## L'émouvoir comme support de la sensibilité

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 soumetts 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.<sup>448</sup>

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<sup>449</sup> », 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

---

<sup>448</sup> Merleau-Ponty, M. (1964). *L'œil et l'esprit*, Paris : Gallimard, p. 19

<sup>449</sup> 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](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 « sécuritaire ») 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 cœur, 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 10 : L'ÊTRE-LA EN TANT QU'AFFECTIVITE VECUE, LA *STIMMUNG* CHEZ HEIDEGGER

### 1. L'ÊTRE-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*)<sup>450</sup> » :

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 thématiqué dans sa définition de la *Stimmung*, en tant que détermination co-originale 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 a 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.*, p. 16)

Pour Heidegger, le sens est assujéti 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 possibilités pratiques*, l'affectivité désigne une des formes génériques de l'être en vie.

---

<sup>450</sup> Au paragraphe 29 de « Être et Temps », intitulé « L'être-là en tant qu'affection (*Befindlichkeit*) »

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<sup>451</sup> 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.<sup>452</sup>

En s'alliant à G. Bachelard, B. Honoré redonne des lettres de noblesse à l'affectivité :

Si nous avons la sagesse d'écouter en nous-même l'harmonie du possible, nous reconnâtrions 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.<sup>453</sup>

*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 extériorité/intériorité, et les manifestations sensibles de phénomènes de rupture, de

---

<sup>451</sup> 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.

<sup>452</sup> Honoré, B. (2006). *L'épreuve de la présence*, Paris : L'Harmattan, p. 64

<sup>453</sup> Bachelard cité par Honoré, (2006) *L'épreuve de la présence*. Paris : L'Harmattan, p.24

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 heideggerienne, 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 « ouvrees » 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<sup>454</sup> » (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.<sup>455</sup>

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.<sup>456</sup>

Faire l'expérience de quelque chose, c'est éprouver cette chose en fonction de certaines préoccupations qui peuvent être 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

---

<sup>454</sup> Voir : Jean BRUN, « ANGOISSE », *Encyclopædia Universalis* [en ligne], consulté le 6 mars 2015. URL : <http://www.universalis.fr/encyclopedie/angoisse/>

<sup>455</sup> *Ibid.*, p. 66

<sup>456</sup> 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 'disposent' 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 tous 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'AFECTIVITE 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<sup>457</sup>. L'auteure utilise le vocable « affection »,

---

<sup>457</sup> 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 « découvvrante » ; 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<sup>458</sup>. 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 temporelle (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 ».

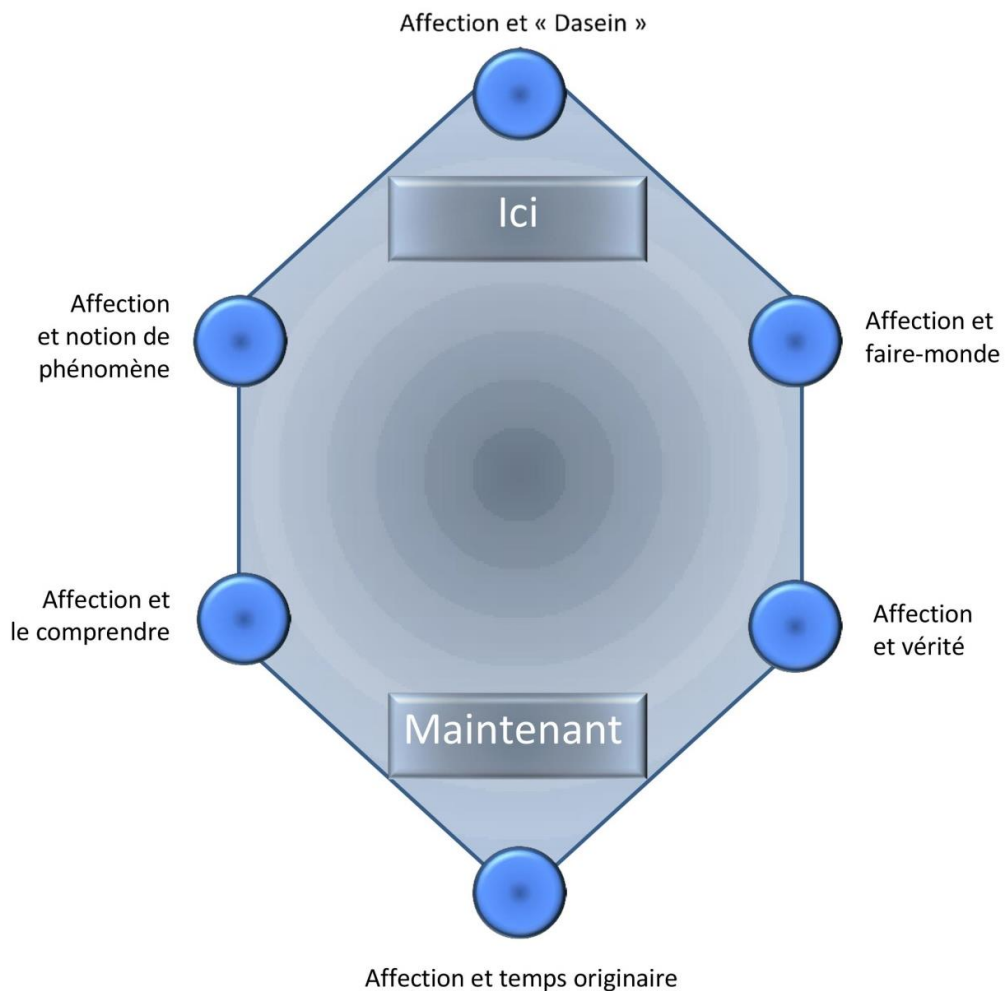
<sup>458</sup> Bergeron, J. (2010). Vie et mort chez Heidegger, Henry et Levinas. Mémoire comme exigence partielle à la maîtrise en philosophie, Université du Québec à Trois Rivières.

## L'émouvoir comme support de la sensibilité

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 4<sup>ème</sup> 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 PENSÉE 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 « mouvoir », 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 »<sup>459</sup> 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 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'<sup>460</sup> 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

---

<sup>459</sup> « Mourir » non vivant ici, car il y a bien des morts porteuses de vie comme on l'a vu avec Patocka.

<sup>460</sup> 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.

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 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-motionnelle' 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 perceptives 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<sup>461</sup>. 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?

---

<sup>461</sup> En tous les cas, le corps tel que la pédagogie perceptive l'expérimente, et que les théories du Sensible le modélisent.

## L'émouvoir comme support de la sensibilité

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 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<sup>462</sup>, 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

---

<sup>462</sup> 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 toutes les formes de méditations pratiquées de par le monde, bien que j'en possède une certaine connaissance théorique et méthodologique.



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 matièree 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-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 faites 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<sup>463</sup> 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 la 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

---

<sup>463</sup> Voir Petit, J.L. (2008). *La spatialité originnaire du corps propre* in Revue de Synthèse, tome 124, 2003, p. 139-171 - phénoménologie et neurosciences. <http://jean-luc.petit.over-blog.com/article-22982547.html>

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 cœnesthésie. A la faveur de l'arrimage de l'affectivité qui pour le coup 'fusionne' avec ces deux concepts-clé Heideggériens, l'hypothèse d'une cœnesthésie affective se révèle en quelque sorte tautologique, mais dans une tautologie opérante dans le projet de cette thèse.

### 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 *cœnesthésie 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 phénoménologiques 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 apparaître certains motifs qui m'ont radicalement ébloui par leur caractère inédit et audacieux. D'autres ont forcé 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 *pathéi mathos*, un apprentissage de ce qui m'affecte et de ce qu'il m'arrive en temps réel (Larrosa, 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 résonances 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 <sup>464</sup> 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<sup>465</sup> n'a proposé un dispositif historique au sujet du traitement spécifique de l'affectivité en phénoménologie. Dans les

---

<sup>464</sup> 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.

<sup>465</sup> A ma connaissance, et en langue française en tous les cas.

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 phénoménologiques<sup>466</sup> 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'explicitier 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'<sup>467</sup>, celui des résonances graphiques (tableaux, schémas ou figures plus abstraites encore) parsemées<sup>468</sup> tout au long du chemin emprunté, car chacune d'elle est née d'un point d'appui – d'un arrêt

---

<sup>466</sup> 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. Breuvert (2007) au titre évocateur pour un phénoménologue, « Que cachent nos émotions ? ».

<sup>467</sup> Je veux dire par là, un fil qui marque une trajectoire, ses faits marquants, ce qui constitue un processus.

<sup>468</sup> 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.

circonstancié<sup>469</sup> - 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 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 expérimentiellement, 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<sup>470</sup> 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 veillant 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

---

<sup>469</sup> 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'époche.

<sup>470</sup> Le sens de ces deux termes est à préciser, l'étymologie explicite leur différence comme leur indissociable partenariat. «υπάρχω» - (ypárcho) en grec signifie exister, et «ζωήμια» - (zoimè) 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 responsabilités : pouvoir-être, avoir-à-former, et devoir-prendre-soin.



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 ajoutée l'expérience. Affectivité et expérience ont donc des liens 'indescellables'<sup>471</sup>. La reliance 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 pour 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 répercussions philosophiques, méthodologiques et épistémologiques éclatent bien des paradigmes scellées aux Lumières. « Comment se fait-il que je sente autrement que je

---

<sup>471</sup> J'invente ce qualificatif car il surgit comme l'expression la plus éloquente du sens que je souhaite donner.

ne sais ? » Voilà une question qui noie dans l'humidité des réalités affectives tous les discours secs et désincarnés 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 colorant 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 autres. 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 autre (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 défini 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<sup>472</sup> ?

### 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 état 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 conclus 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 rivié à toutes les formes d'expérience<sup>473</sup>, et donc celle de la dimension émotionnelle.

---

<sup>472</sup> 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.

<sup>473</sup> Ce fait est abondamment illustré dans les recherches du Cerap.

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 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**

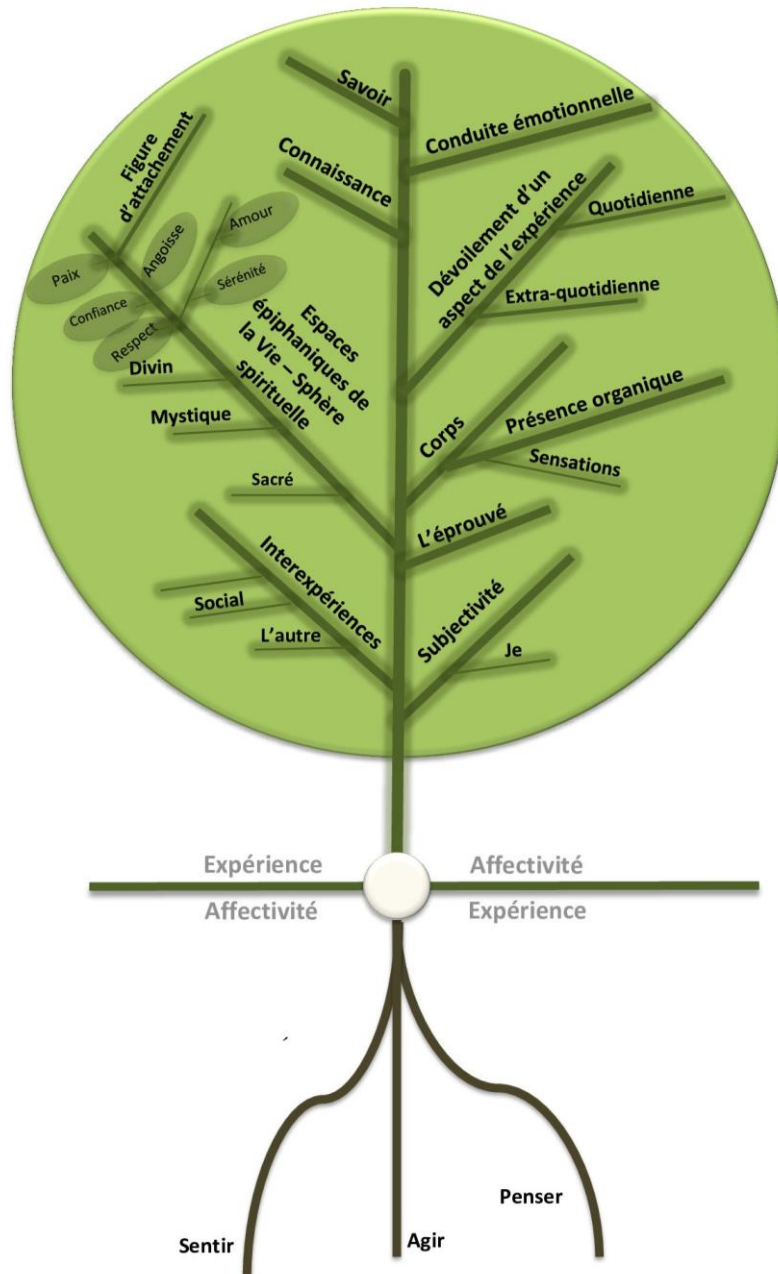
Chez Dewey, dont on connaît l'apport dans le monde de l'éducation, la dimension émotionnelle est à la fois la composante qualifiant et sélectionnant la présence d'une expérience. La vitalité structurelle de toute expérience est assujettie à sa composante émotionnelle. Le terme de vitalité revient fréquemment 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

## L'émouvoir comme support de la sensibilité

m'a apporté des faits de connaissances utiles pour mon objet de recherche, je les ai énumérés. 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 apparaître 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 pratique 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'<sup>474</sup> 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

---

<sup>474</sup> 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.

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 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 cardinal (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 que 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. Expériencialement, 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 bijoux ; 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 deprezienne 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-portion ; 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<sup>475</sup> (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 dérives 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

---

<sup>475</sup> 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.

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 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 un 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<sup>476</sup>, 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 contemporanément 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

---

<sup>476</sup> 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)

de tous les objets du monde dans la souveraineté d'un auto-affectional<sup>477</sup>, 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<sup>478</sup> 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 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 rénovent 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

---

<sup>477</sup> Par analogie structurale passant le qualificatif au substantif, comme le passage de « matériel » à « matériel » ou « existentiel » à « existentiel », etc., « affectional » désigne un principe et non un état.

<sup>478</sup> A entendre avec Meyor comme n'étant pas seulement une représentation, mais volonté, imagination, perception et affectivité.

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 aiguïser 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 (Zoi), 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 spirituelles. 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 attachmentnistes 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 assujéti 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<sup>479</sup> 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

---

<sup>479</sup> 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 découpler de la Vie.

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<sup>480</sup>, 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)

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 même à l'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

---

<sup>480</sup> 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>

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 d'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 qu'il les unifie, celui de l'être toujours présent dans la 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 projection. 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 précédant celle de l'extérieure ; il y a une quasi-équivalence entre le monde et les tonalités affectives qui l'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 empan 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 faites 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'entraînent 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 un monde spécifique, doté de ses 'incantations propres', c'est-à-dire de '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 défie la rationalité. En soi, rien que ce fait, met 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. 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...LES ARBRES DE L'AFFECTIVITE**

---

*Penser c'est comme l'acte de marcher dans une forêt  
où les chemins ne sont pas sûrs « 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 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

## L'émouvoir comme support de la sensibilité

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<sup>481</sup> 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 pourrions 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 !<sup>482</sup>

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 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 ardues. 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

---

<sup>481</sup> En résonnance avec Heidegger M. (1986). *Chemins qui ne mènent nulle part*. Gallimard

<sup>482</sup> Voir : <http://digression.forum-actif.net/t457-heidegger-et-le-chemin>



## L'émouvoir comme support de la sensibilité

nouveaux pour moi, mes étudiants et toute forme de clientèle pouvant être intéressée par le domaine des émotions.

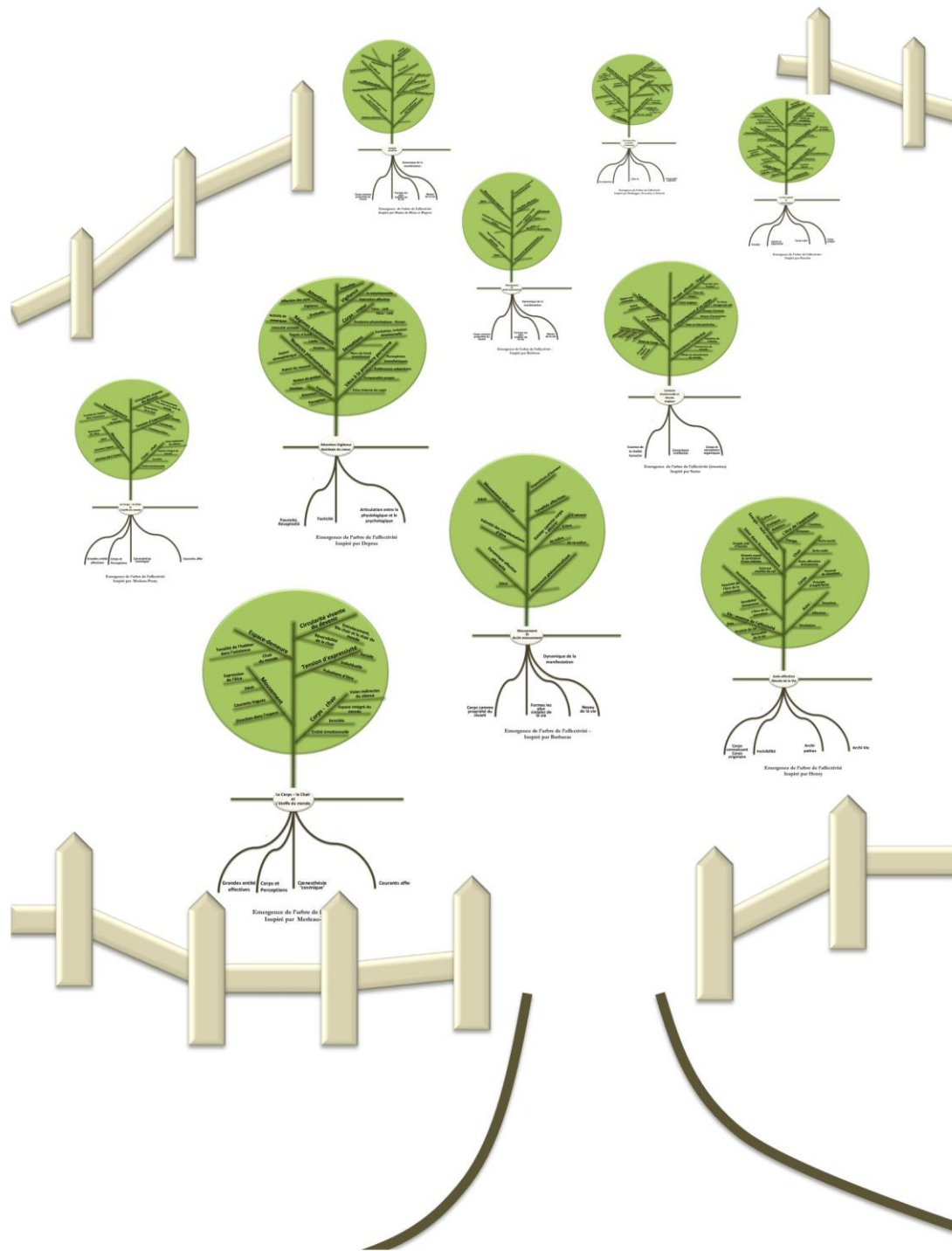
Je garde à l'esprit ma question de recherche, elle va pouvoir se déposer pleinement dans la partie suivante, étayée par le travail qui vient d'être réalisé.

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 :

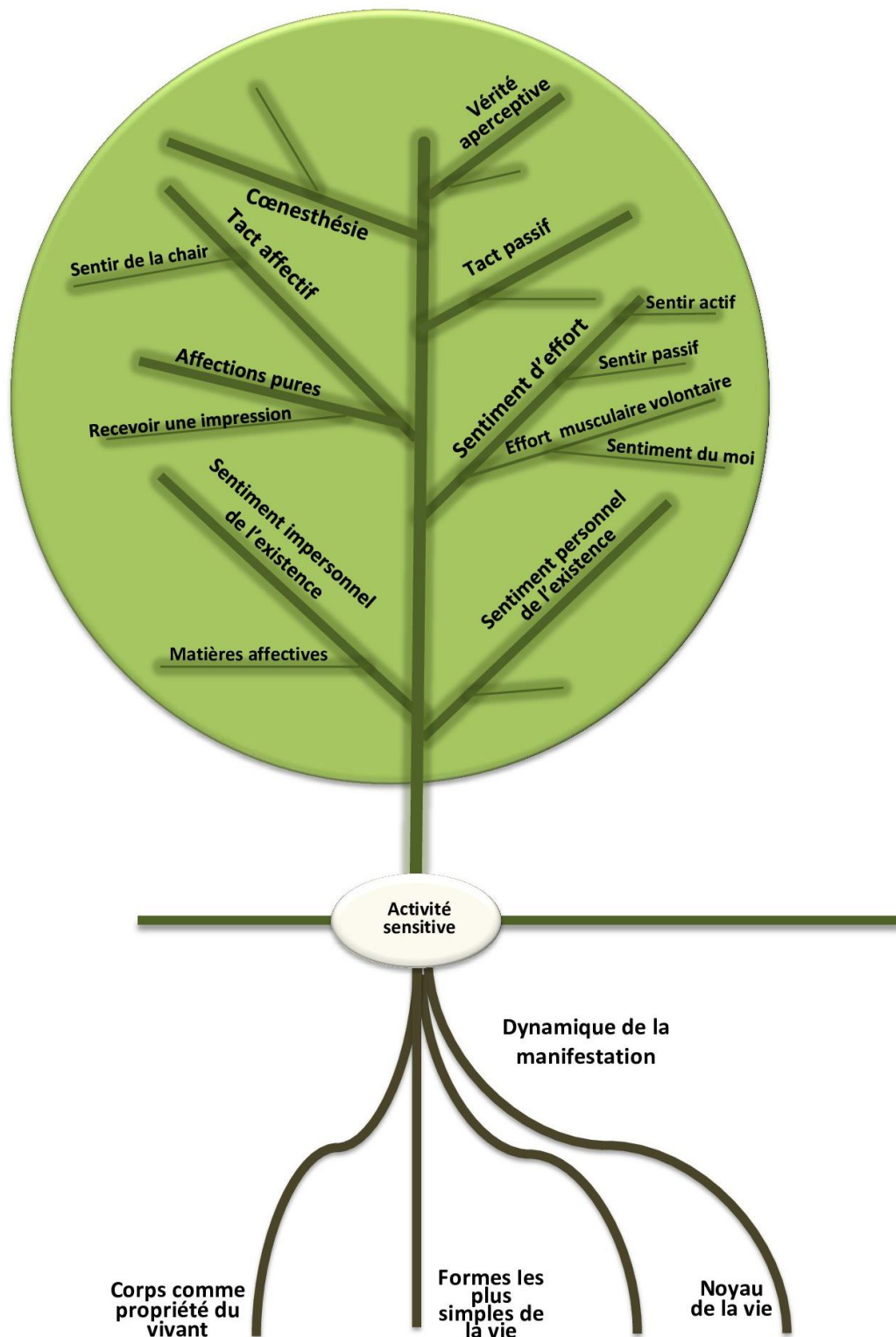
- |                   |              |
|-------------------|--------------|
| 1. Maine de Biran | 6. Patocka   |
| 2. Heidegger      | 7. Henry     |
| 3. Sartre         | 8. Barbaras  |
| 4. Merleau-Ponty  | 9. Depraz    |
| 5. Scheler        | 10. Billeter |

## L'émouvoir comme support de la sensibilité



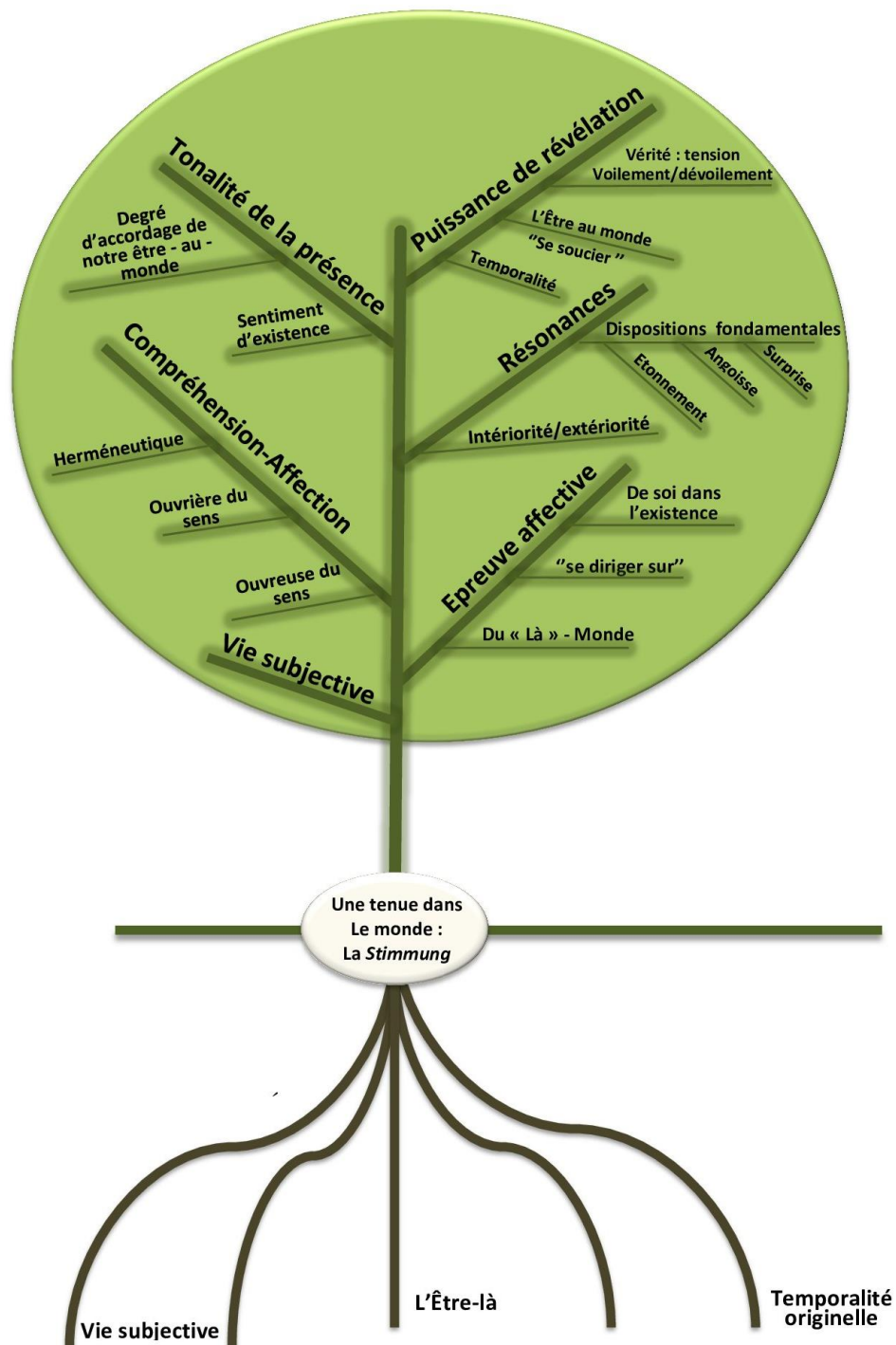
Une Forêt de sens : les émergences de l'arbre de l'affectivité

L'émouvoir comme support de la sensibilité



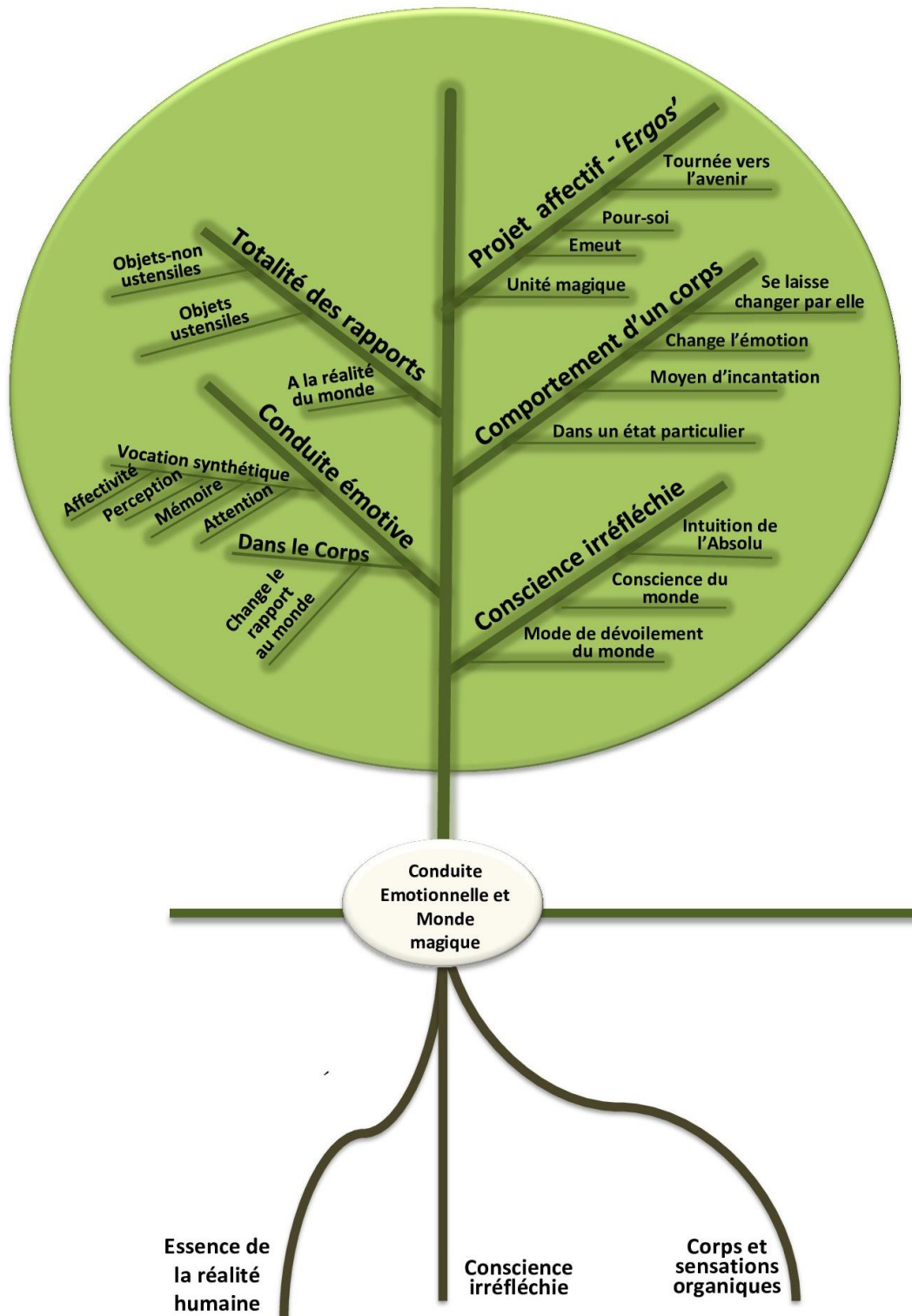
Emergence de l'arbre de l'affectivité  
Inspiré par Maine de Biran et Bégout

# L'émouvoir comme support de la sensibilité



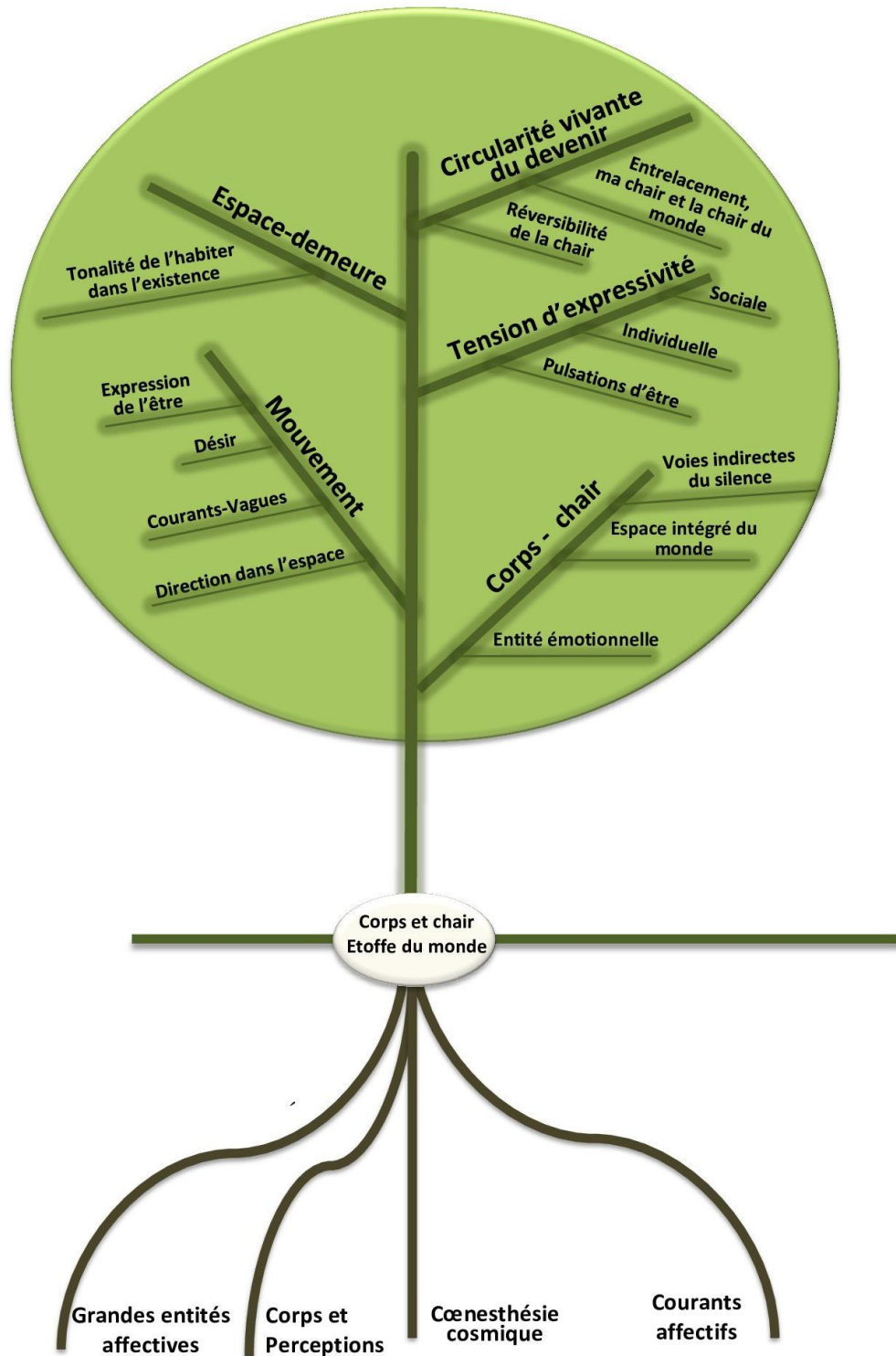
La construction de l'arbre de l'affectivité à partir d'Heidegger, d'Escoubas et d'Honoré

# L'émouvoir comme support de la sensibilité



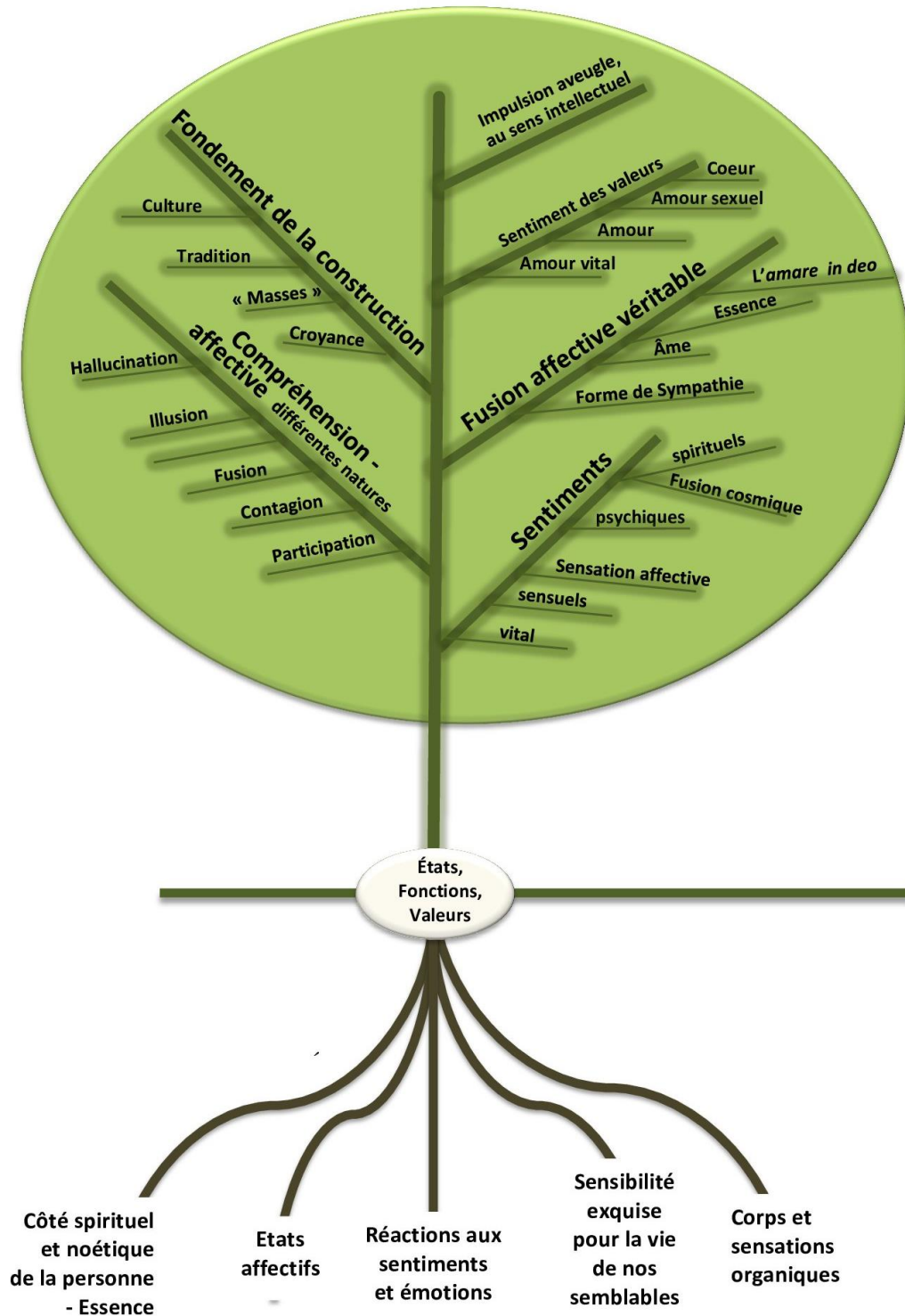
Emergence de l'arbre de l'affectivité (émotion)  
Inspiré par Sartre

L'émouvoir comme support de la sensibilité



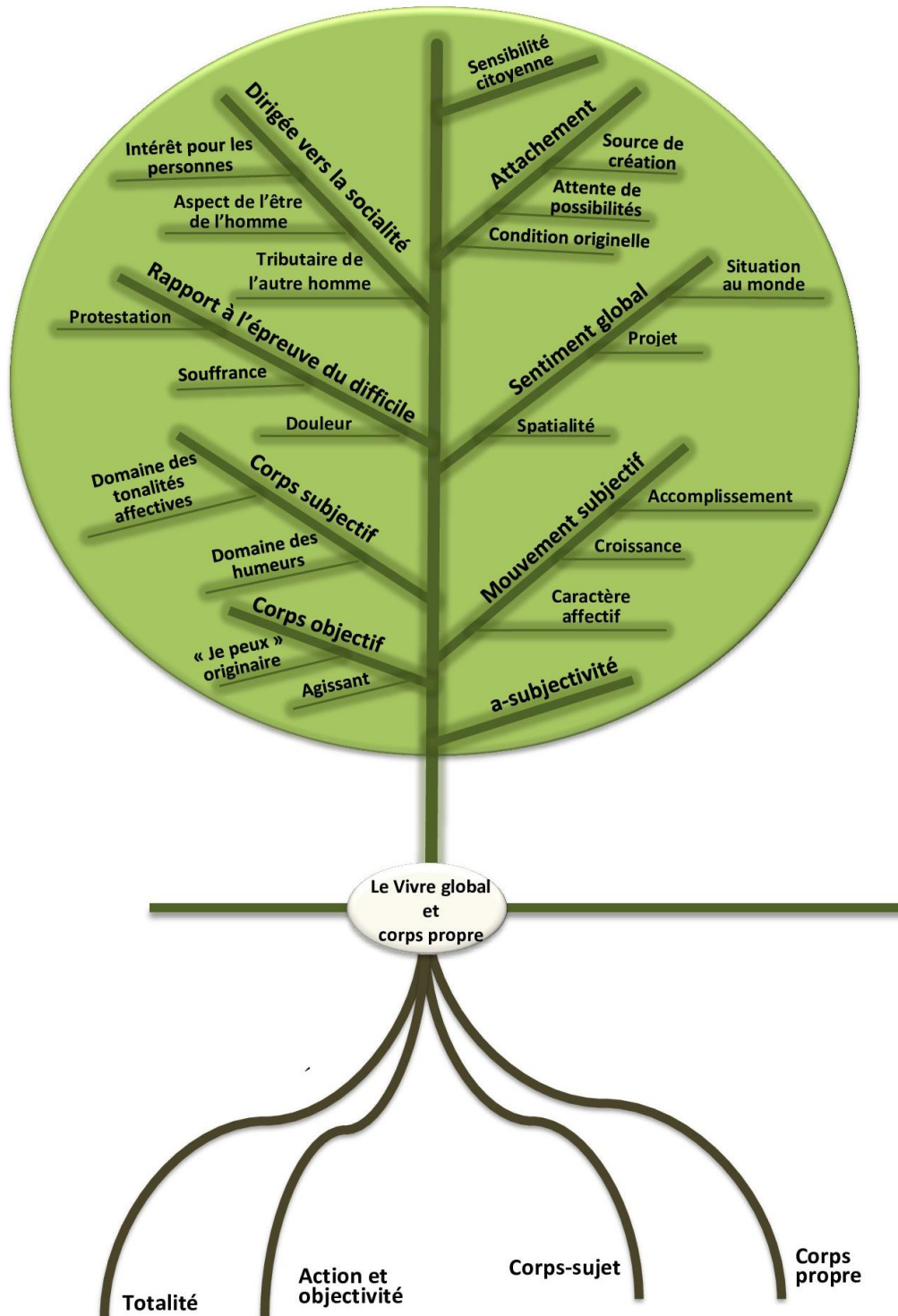
La construction de l'arbre de l'affectivité à partir de Merleau-Ponty et Mazis

# L'émouvoir comme support de la sensibilité



Emergence de l'arbre de l'affectivité -  
Inspiré partir de Scheler

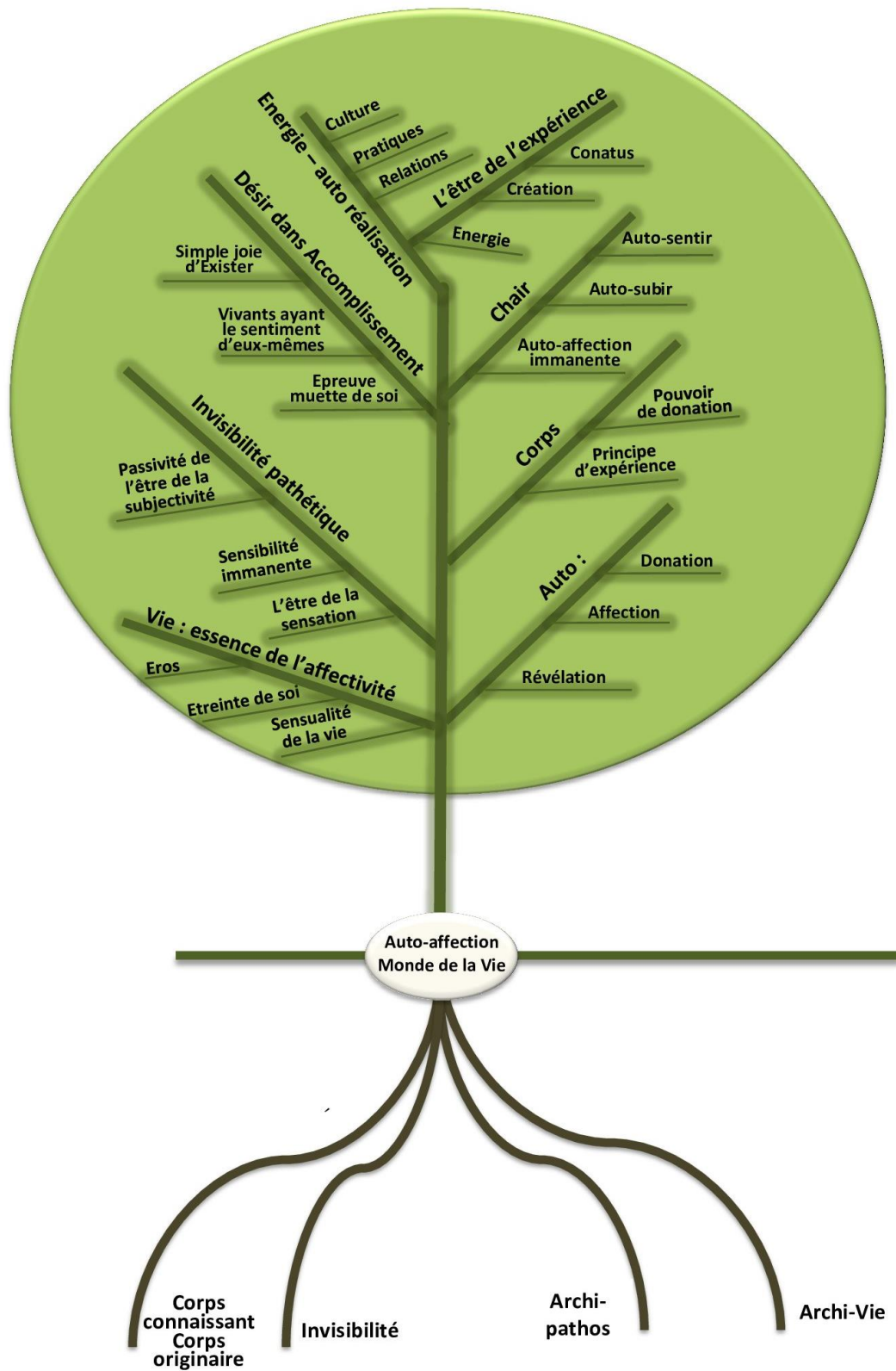
L'émouvoir comme support de la sensibilité



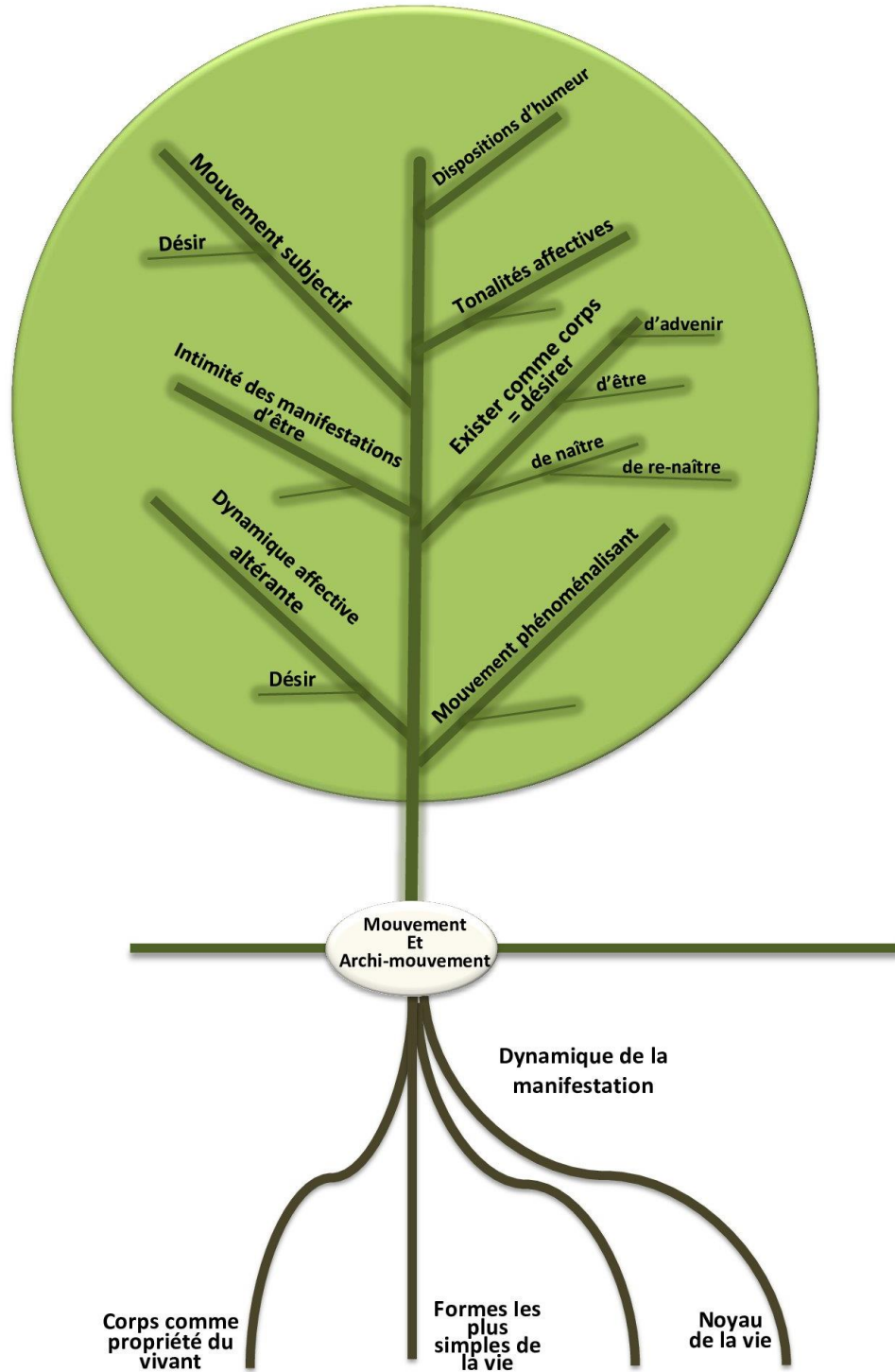
Emergence de l'arbre de l'affectivité -  
Inspiré par Patocka



# L'émouvoir comme support de la sensibilité

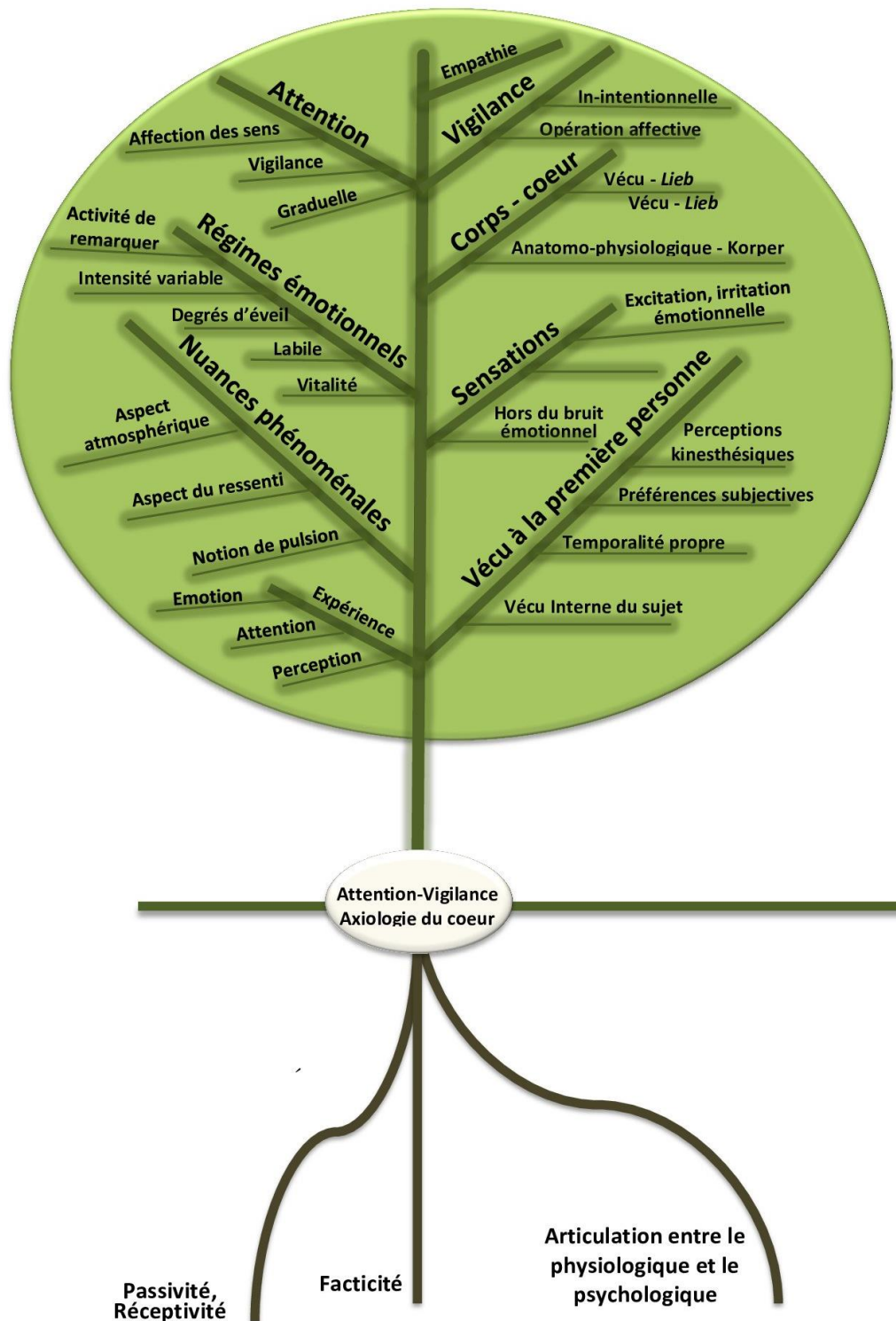


Emergence de l'arbre de l'affectivité  
Inspiré par Henry



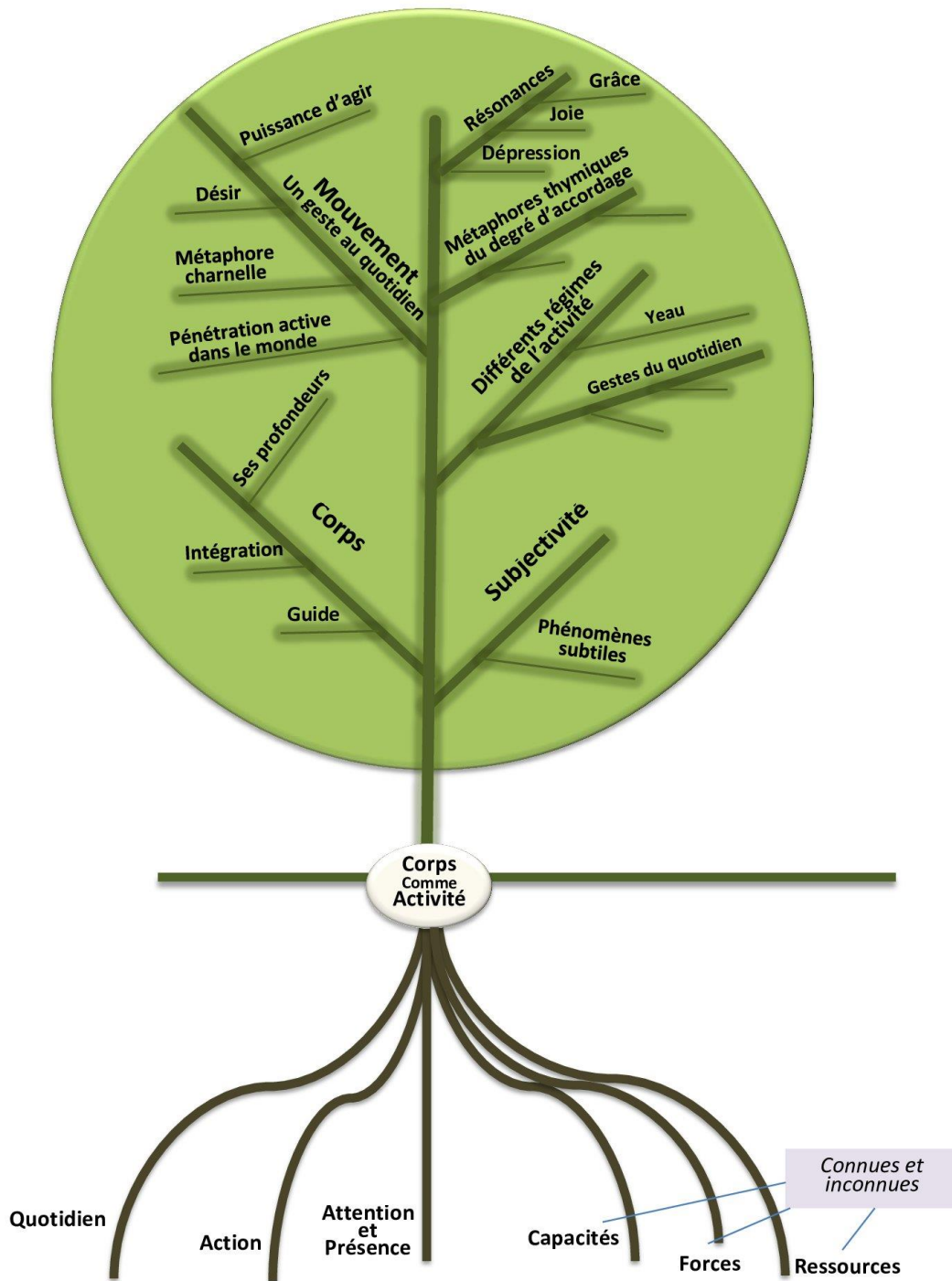
Emergence de l'arbre de l'affectivité -  
Inspiré par Barbaras

# L'émouvoir comme support de la sensibilité



Emergence de l'arbre de l'affectivité  
Inspiré par Depraz

# L'émouvoir comme support de la sensibilité



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**

## L'émouvoir comme support de la sensibilité

*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 MANIÈRE D'ABORDER CE CORPUS THÉORIQUE**

---

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<sup>483</sup> dans lequel j'ai présenté une expérience subjective corpéorisée 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 matériel 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

---

<sup>483</sup> 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<sup>484</sup>. 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 constitue 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.

---

<sup>484</sup> 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>.



L'émouvoir comme support de la sensibilité

# 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,  
dédoublings et redoublings  
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 nouveaux 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<sup>485</sup>. 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 :

---

<sup>485</sup> 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'émouvoir comme support de la sensibilité

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 corporéisé » (J1, l. 262-263). Au contact de ce sentiment, certains évoquent des expériences inédites pour eux : « Je me surprénais 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<sup>486</sup>. Les personnes en cours de formation professionnelle relatent des critères d'ordre méta-émotionnels liés 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)

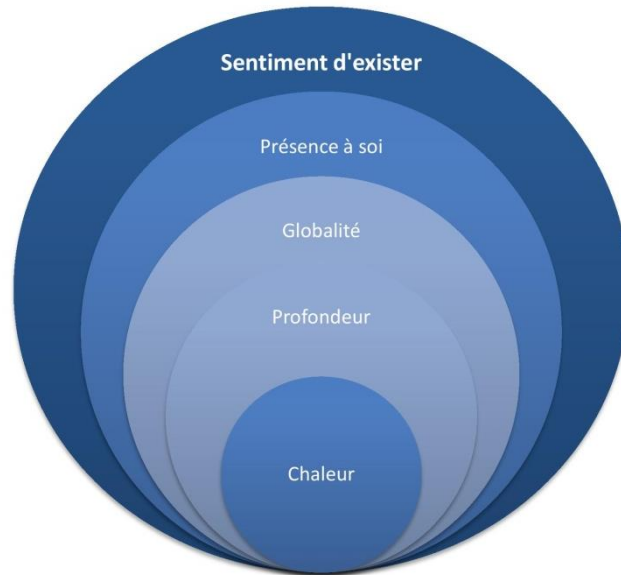
Plus loin dans cette recherche, l'auteure parle d'une émotion positive se situant dans un arrière-plan émotionnel où se décline un « sentiment d'existence », un contact avec le vivant. (*Ibid.*, p.377). À travers ces propos et ces témoignages, on devine des liens, des ponts et des ambiguïtés sémantiques déjà abordées dans le premier chapitre relatif au vocabulaire des émotions. La présence du corps, d'un émoi, d'une sensibilité

---

<sup>486</sup> 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)<sup>487</sup>



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

### 3. L'EMPATHIE<sup>488</sup> 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

---

<sup>487</sup> 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>

<sup>488</sup> 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 (...)*<sup>489</sup> (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)<sup>490</sup>. Dans ces processus inter reliés s'opèrent un glissement délicat à expliciter,

---

<sup>489</sup> 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-](http://www.recherche-qualitative.qc.ca/documents/files/revue/hors_serie/hors_serie_v3/Humpich_et_Bois-FINAL2.pdf)

[qualitative.qc.ca/documents/files/revue/hors\\_serie/hors\\_serie\\_v3/Humpich\\_et\\_Bois-FINAL2.pdf](http://www.recherche-qualitative.qc.ca/documents/files/revue/hors_serie/hors_serie_v3/Humpich_et_Bois-FINAL2.pdf)

<sup>490</sup> 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 : Éditions 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 quitter 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, charas*, 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<sup>491</sup> 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 *morphé* 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 où 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)

---

<sup>491</sup> 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 »<sup>492</sup> (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-crédation » 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' ?

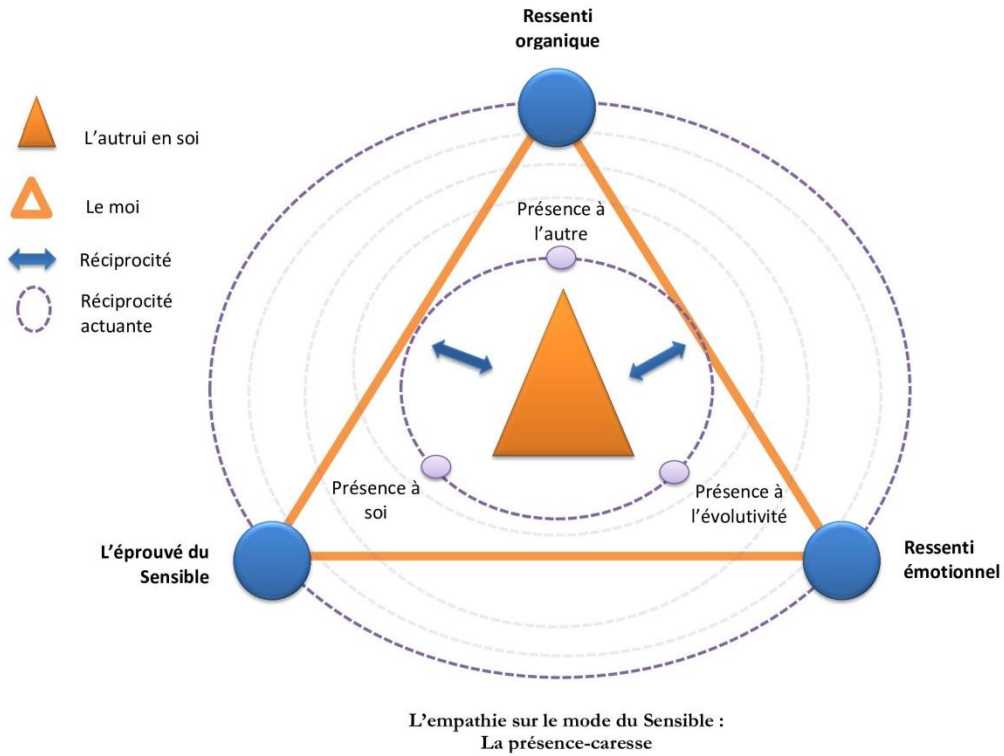
Expérientiellement, socialement et spirituellement, la 'résurrection' du sujet affecté que signifie l'émergence et le redressement d'un humain en lui-même, en reliance avec un autre humain, une personne différente et qui m'est semblable dans son essence. Alors que l'individu est un concept neutre, la 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)

---

<sup>492</sup> 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\\_Equipe\\_hypotheses.org](http://concertation.hypotheses.org/650/comment-page-1?lang=es_ES_et_Equipe_hypotheses.org)



signale l'accès à une participation affective insigne au regard des témoignages recueillis dans les recherches effectuées au CERAP.



#### 4. NAISSANCE DE L'EMOTION DU SENSIBLE : LA CONSCIENCE EMUE DU RESENTIR?

*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<sup>493</sup>, 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<sup>494</sup> 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,

<sup>493</sup> 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).

<sup>494</sup> 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<sup>495</sup> 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 »,

---

<sup>495</sup> 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, 1 : 872) (Humpich J. , 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<sup>496</sup>. 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, 1 : 758-759). (Humpich J. , 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, 1 : 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 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, 2009, pp. 208, 209)

---

<sup>496</sup> 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.

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 crée 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. , 2007, p. 129)

Le terme d'auto affection en référence à la pensée henrienne<sup>497</sup> 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 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 »<sup>498</sup> renvoient au fait que les tonalités du Sensible, bien qu'elles

---

<sup>497</sup> On l'a vu, la pensée de Michel Henry qui s'avère être un point d'arrimage théorique essentiel pour ma recherche actuelle.

<sup>498</sup> 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

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<sup>499</sup> (Quéré, 2009). Le simple terme d'émotion ne semble pas suffire pour restituer l'expérience dont il est question. Une forme de vivance<sup>500</sup> 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 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.

---

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.

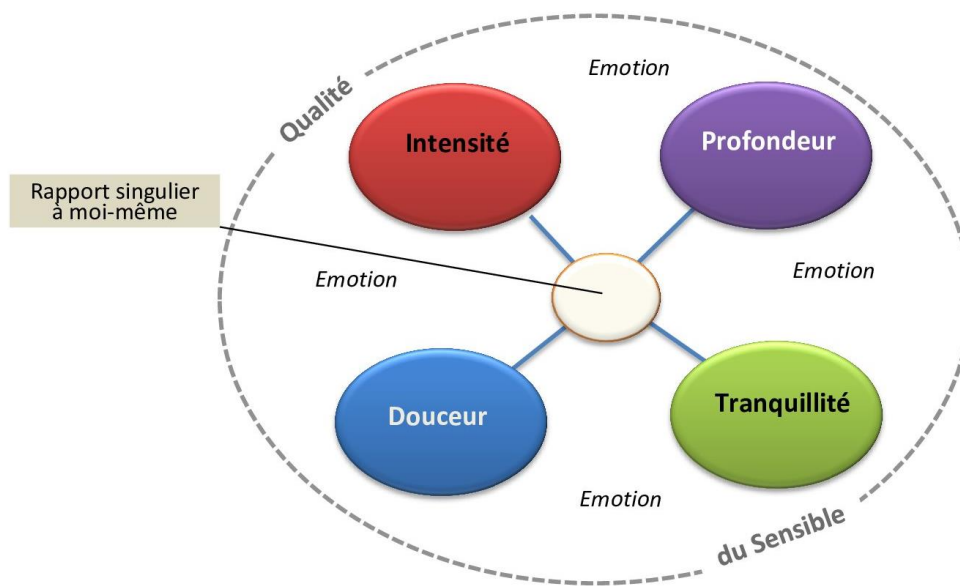
<sup>499</sup> Expérientiellement parlant, je rencontre des sensations corporelles associées à une forme d'émoi qui n'est ni une charge émotionnelle, ni un sentiment d'existence purement corporel comme on l'a évoqué plus haut mais je vis une tonalité d'ordre émotionnelle, tenue sous la forme d'une émouvante perception de moi. Cette expérience est partagée par des patients ou étudiants.

<sup>500</sup> Le concept de vivance est aussi développé par J. Salomé dans son ouvrage, *Le courage d'être soi* (2001).

### 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, 1 : 180-181) ; je baigne dans la qualité du Sensible qui porte en elle une émotion que je peux nommer. (A1, 1 : 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, 1 901-902). (Humpich J. , 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 se 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 contemporanément 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, 1 : 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 éloquentes 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, 1 : 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, 1 : 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, 1 : 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.*)



## L'émouvoir comme support de la sensibilité

Pour le sujet, le statut du lien corps/pensée subit un bouleversement dans le sens où comme le prononce la personne interrogée,

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, 1 : 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, 1 : 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, 1 : 733) (*Ibid.*, p.114)

## L'émouvoir comme support de la sensibilité

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, 1 : 540-541). (*Ibid.*, p. 120)

Un pouvoir-être plus authentique et plus autonome se fait sentir :

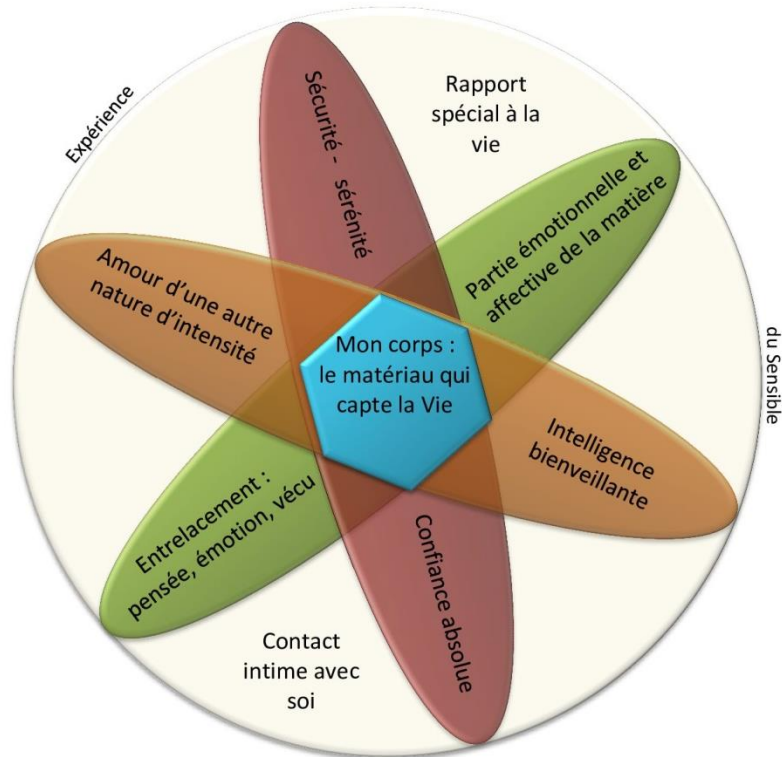
Ce n'est pas mon être qui est différent, mais là, j'ai pas besoin d'être protégée, ni de demander de l'aide à quelqu'un, à personne, ni de demander d'exister. L'être, comme je le vis, il a trouvé sa place. (C1, 1 : 640-641) (*Ibid.*, p. 139)

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, 1 : 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'émouvoir comme support de la sensibilité



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 matériel*. L'expérience est émouvante comme le synthétise ce témoignage :

## L'émouvoir comme support de la sensibilité

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.

Subjectivité  
corporeisée

**CONSCIENCE AFFECTIVE du  
sujet Sensible**

- Bas régime de l'activité affective :  
haute vivance émotionnelle
- Présent corporeisé émouvant
- Sentiment émouvant de présence à  
soi et à la vie ; Présence-caresse
- Capacité et plaisir d'être soi, avec  
soi
- Moment de grâce et de plénitude
- Humainement touchée
- Rejointe par elle-même
- Emue par l'autrui en elle et chez  
l'autre
- Sans distance avec l'expérience
  - Corps
  - Mouvement
  - Pensée
  - Signification
  - Emotion

**Foi perceptivo-affective**

**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<sup>501</sup> : 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*

---

<sup>501</sup> 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 Austray, 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

## L'émouvoir comme support de la sensibilité

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 cloîtré. 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 à l'affectivité humaine

## Évolution de la conscience dans les rapports à l'affectivité humaine

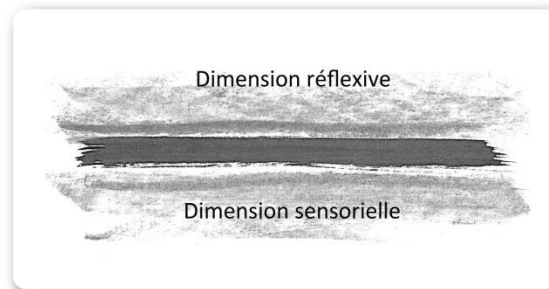


Schéma de base : dimension réflexive et dimension sensorielle



Schéma 1 : Phase alexithymique

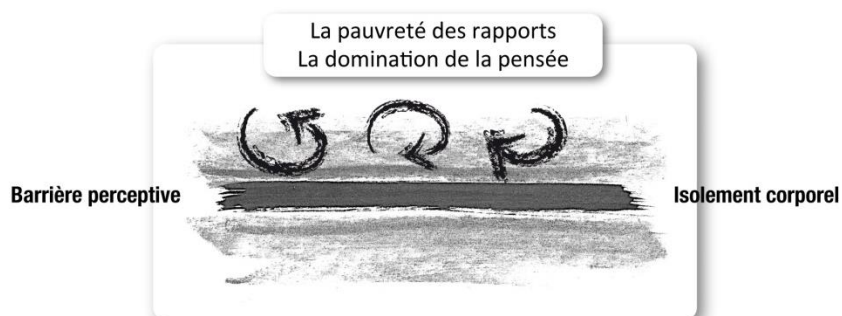
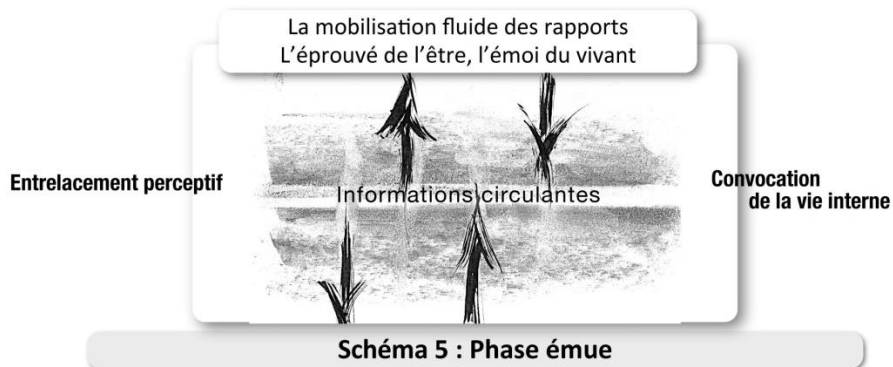
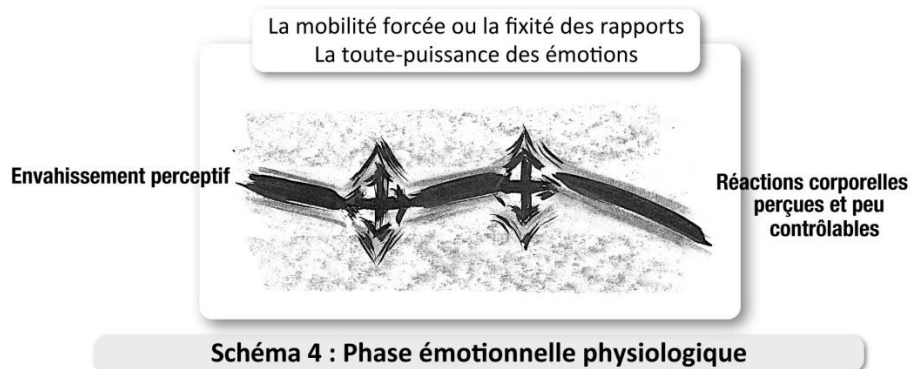
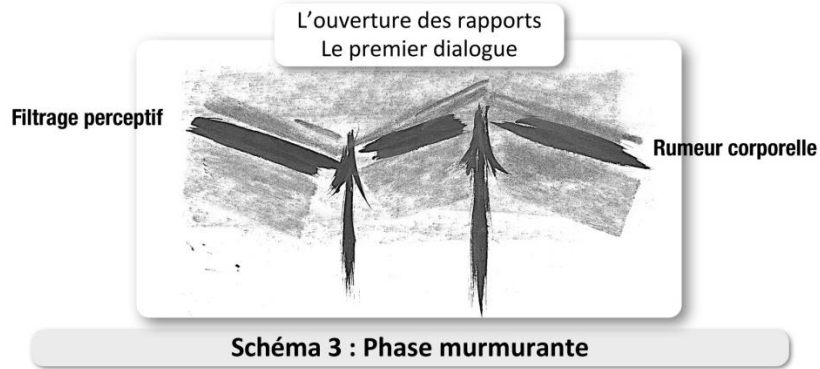


Schéma 2 : Phase intellectuelle réflexive «sèche»

## L'émouvoir comme support de la sensibilité



## 6. RETOUR SUR LA PROBLÉMATIQUE A LA LUMIÈRE 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<sup>502</sup> (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<sup>503</sup> (Léao, 2003, p. 181).

Avec le recul, ma recherche initiale comme les autres travaux recensés, s'ils ont le mérite 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 & Austray, 2013, p. 87)

---

<sup>502</sup> Voir : Danis Bois, les leçon du Sensible, Leçon, n° 1.

<sup>503</sup> 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<sup>504</sup> 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<sup>505</sup>, 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 :

---

<sup>504</sup> 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 : Expérieniellement 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.

<sup>505</sup> 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<sup>506</sup>, 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)

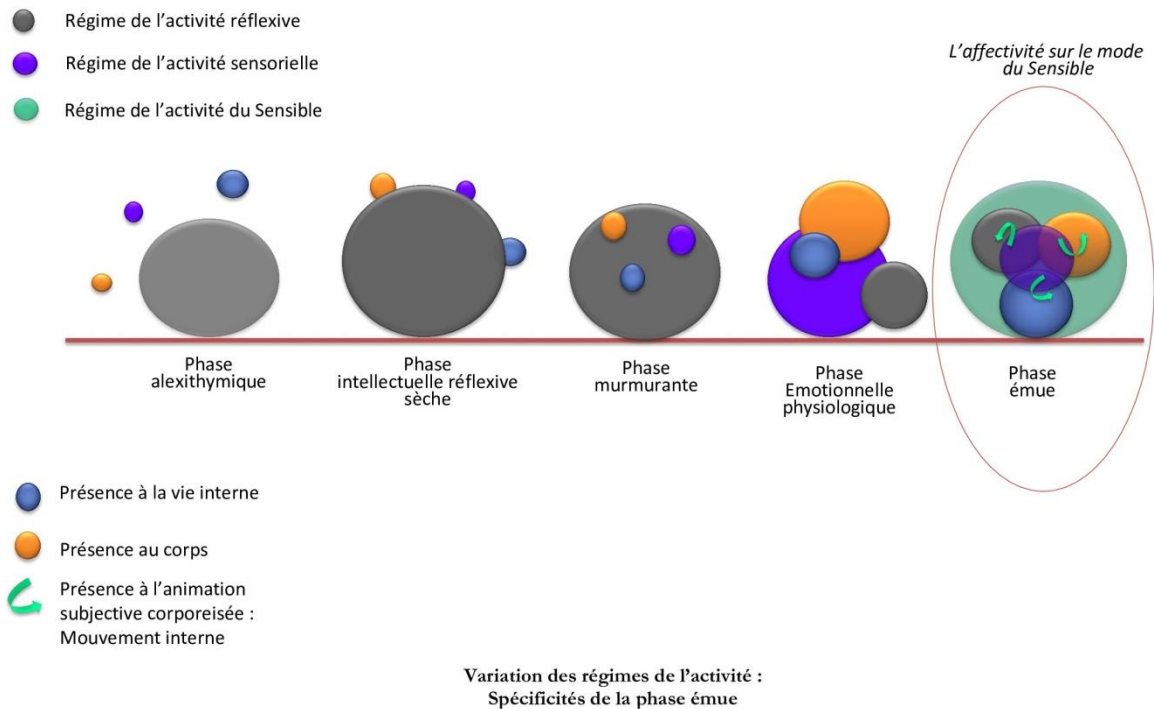
Comment se situer face à la diversité des modes et des significations du vivre avec soi et du vivre avec les autres? Que faire quand l'un de ces régimes et les significations qu'il véhicule s'arrime à une *subjectivité peu explicitée* comme il me semble que c'est le cas ici ? Celle-ci s'ajoute-t-elle 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

---

<sup>506</sup> On retrouve régulièrement dans les écrits et les recherches le terme « corporéisé » qui signifie la même chose que le terme « corporée » présenté dans cette citation.

## L'émouvoir comme support de la sensibilité

puissent faire de nous et des autres des personnes changeantes au gré de ce qui nous affecte.



### 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.<sup>507</sup>

### 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, 2003), le sujet Sensible est alors aussi un homme Sensible<sup>508</sup>, 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, 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*

---

<sup>507</sup> 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.

<sup>508</sup> 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.

L'émouvoir comme support de la sensibilité

## CHAPITRE 2 : DANS LA PEAU DE L'HOMME ÉMU : L'EXPERIENCE D'EXPERTS EN PSYCHOPÉDAGOGIE PERCEPTIVE

### 1. OBJECTIFS ET MANIÈRE 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 réfléchi 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.

## **2. 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 mes 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<sup>509</sup>, toute subjectivité se

---

<sup>509</sup> Cité par Kerbrat-Orecchioni, 2000, p. 43.

caractérisé 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<sup>510</sup> a repéré, à savoir, que le contact au corporel et à l'intime - fondant une expérience intérieure - peut être déclencheur d'une expérience spirituelle. 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'adosent 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 attachementnistes Bowlby et les chercheurs qui l'ont 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 ? Écoutons 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 me sens entièrement

---

<sup>510</sup> 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 pétilllement 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.  
À 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'interaction, 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 imbriqué 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 matérialisée. 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 pétilllement 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 complètement 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 pétitement 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 recourent 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 matériel, 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 matériel, 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'interaction 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 crée 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 directe 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 laisse affecter par le mouvement, la conscience qu'il porte comme une auto-donation et auto-révélation de la vie. Émerge l'auto affection propre au Sensible et source épiphannique 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 unifiées, 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 émergente 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'étreté 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, jouées, 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'inintentionnalité', 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 matièree. Expérieniellement, 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'être 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. SYNTHÈSE DE CETTE DERNIÈRE PARTIE : L'ÉMERGENCE D'UNE ÉQUATION 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 empirico-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<sup>511</sup> 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

---

<sup>511</sup> 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 crée 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 corporéisée, 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 *donnant 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.<sup>512</sup>

---

<sup>512</sup> Voir : [https://fr.wikipedia.org/wiki/K%C5%8Dan\\_\(bouddhisme\)](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 presentais 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 expérimentielle 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 consultés. 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 ou 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 moments dans mon processus doctoral comment ma recherche se plaçait en synchronicité avec des événements signifiants de mon existence, comment la nature de cette expérience 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 vivais bouleversait ma cosmogonie sur l'émotion et l'affectivité. Chemin faisant, j'entrevois 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 réalisons 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)

## L'émouvoir comme support de la sensibilité

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. Écoutons 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 !

## L'émouvoir comme support de la sensibilité

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. (je souligne)

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. Expérieniellement, 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<sup>513</sup> ; ou encore, accueillir une temporalité *adagio*<sup>514</sup>, 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 constate en fin de parcours que le choix de ma posture est le fruit d’une herméneutique, chemin faisant d’émotions joyeuses et douloureuses, 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 signifient 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

---

<sup>513</sup> 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.

<sup>514</sup> 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<sup>515</sup> - 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<sup>516</sup> 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 expression d'Eve Berger<sup>517</sup> : « 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'explicité 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<sup>518</sup> d'une équation sur laquelle je

---

<sup>515</sup> Pour entendre ce magnifique morceau, voir : <https://www.youtube.com/watch?v=QtFPdBU17XQ>

<sup>516</sup> <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) ».

<sup>517</sup> Littérature grise.

<sup>518</sup> 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 expérimentalement 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<sup>519</sup>. (Anderson, 2011, p. 244)  
(Traduction personnelle)

---

de la douleur-choc qu'elle marquait le corps et la personne d'une empreinte 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 émergent qu'il conduit, une trace indélébile de cette expérience modifie radicalement le contexte perceptif et représentationnel de 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 de ma vie a basculé, mon existence a pris une autre allure, mon destin une autre voie. Or, expérimentalement, l'équation « l'homme ému est à l'émouvoir ce que l'homme Sensible est à la sensibilité » présente ces caractéristiques.

<sup>519</sup> « In a manner unique among research methods, both qualitative and quantitative, intuitive inquirers tend to 'break set' with established theory and scholarship. Often synchronistic 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 envision anew and seek solutions for dilemmas in which we as humans find ourselves 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 aide à 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 »<sup>520</sup>. L'expérience permet de prendre les mots à la lettre. A la faveur d'une étymologie plutôt élogieuse<sup>521</sup>, 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

---

<sup>520</sup> Voir : <http://www.cnrtl.fr/etymologie/discr%C3%A9tion>

<sup>521</sup> 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 significantes 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"<sup>522</sup>. 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 corporel, 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

---

<sup>522</sup> 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 dissocier, 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 le 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 au contact 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 *revisitée* 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<sup>523</sup>, 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<sup>524</sup> (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

---

<sup>523</sup> 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.

<sup>524</sup> <http://www.fotosintesia.com/Pierre-Rabhi.html>. Conférences donnée en 2009 et 2010.

l'éloge, celles et ceux avec qui en quelques minutes à peine se livrait une intimité 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 émergent ; 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

rare 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 éclairer 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 remettent 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 ; une 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. Expérieniellement, 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 matérié 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 parlent 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 *aisthesis*, d'un *Pathos*, d'une *auto-affection étrangère à toute causalité objective tout en interpellant 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 énoncés 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<sup>525</sup> (thérapeutique)<sup>526</sup>.

## 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<sup>527</sup> *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 classique et la dimension telle qu'elle se donne à vivre en pédagogie perceptive.

---

<sup>525</sup> 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.

<sup>526</sup> 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.

<sup>527</sup> Je ne parle pas ici de classification en émotion primaire, secondaire ou sociales.



Intuitivement et en écho avec le terme d'allure<sup>528</sup> (Canguilhem, 2006), la notion de « régime » - régime d'affectivité, régime de l'affectivité – permet l'intégration de différences affectives et des conduites émotionnelles les caractérisant.

### **2.2.2 L'exploration du champ phénoménologique**

Cette intuition (concernant le terme de « régime ») 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,

---

<sup>528</sup> Bien que ce philosophe et médecin pensait le terme allure pour problématiser le rapport entre le normal et le pathologique.

cet état de fluidité, de glissement sans obstacle ni résistance au sein de toute action m'évoque par analogie la phase cinq de 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 pertinentes. La première, le « *régime d'activité* » de la dimension de l'émotion et de l'affectivité sur le mode du Sensible met l'accent 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 !<sup>529</sup>

### 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. , 2007, p. 102)

---

<sup>529</sup> 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>

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)

## 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 ?

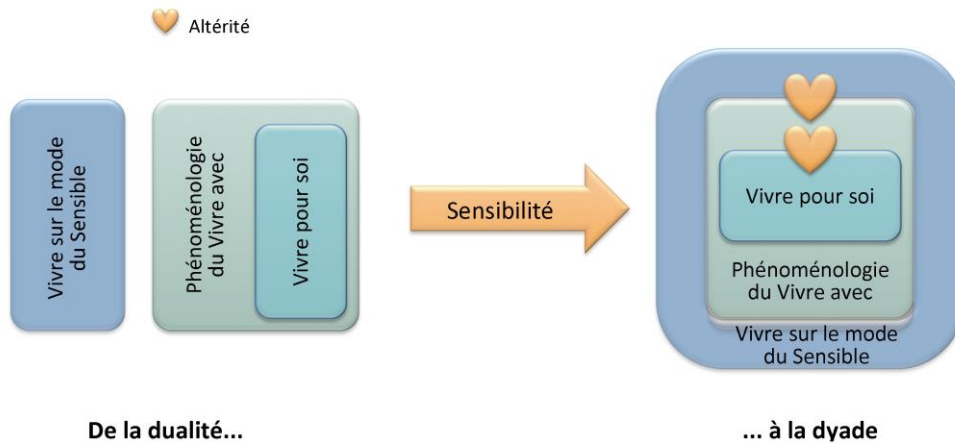
### 2.4.2 L'homme ému sur le mode du Sensible : une expérience de l'entrelacement entre la fonction et l'état du régime affectif

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

souvent 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'émotion 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 relance 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'émouvoir comme support de la sensibilité



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

Habillée de cette qualité, la personne offre 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<sup>530</sup> ». 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<sup>531</sup> 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 perspective existentielle, socio-professionnelle et citoyenne.

<sup>530</sup> 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.

<sup>531</sup> 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.

## 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<sup>532</sup> renvoient de façon récurrente un sentiment de sécurité, de confiance, de respect, ainsi qu'un élan d'exploration et d'audace, et 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.

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 matèrée, 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.

---

<sup>532</sup> 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.

### **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 à certaines avancées ou transitions dans la vie. Cette posture permet à l'incertitude caractérisant l'existence 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 allant plus loin, 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 reconnaît 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 cœur 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<sup>533</sup>. 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 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'écartés expérimentiels 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 résonance 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

---

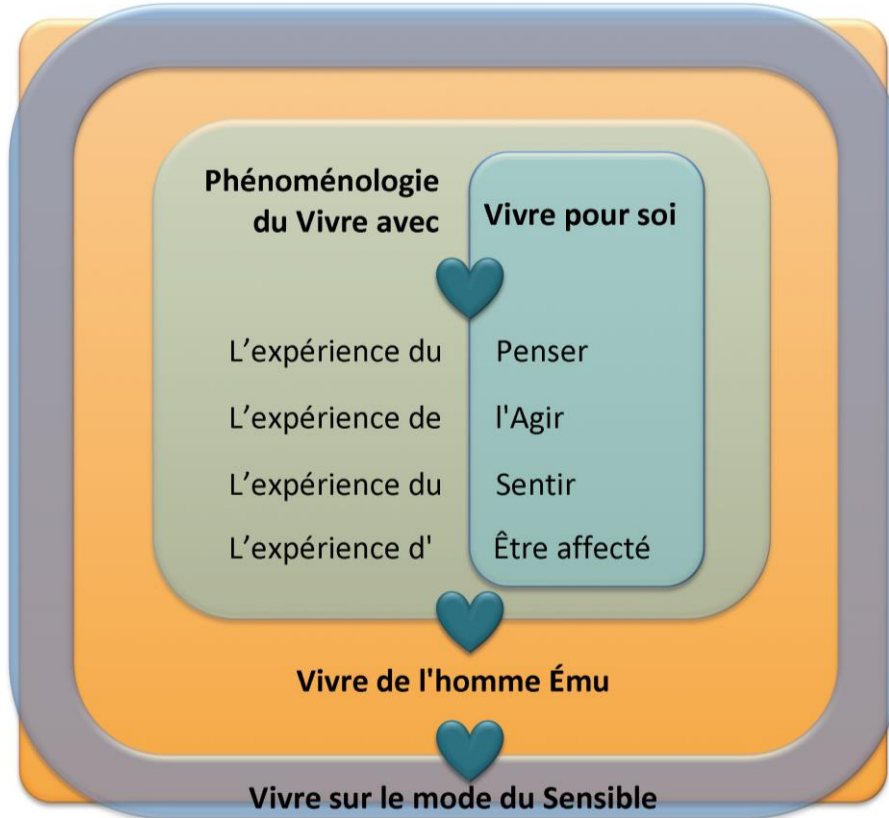
<sup>533</sup> Une lapalissade – une affirmation ridicule d'un fait évident.

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.

## L'émouvoir comme support de la sensibilité

♥ L'émouvoir sur le mode du Sensible comme principe d'altérité



**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 antérieures 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 matériel – *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'ÉTAT 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'explicitier :

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 cœur 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 défi. 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 :

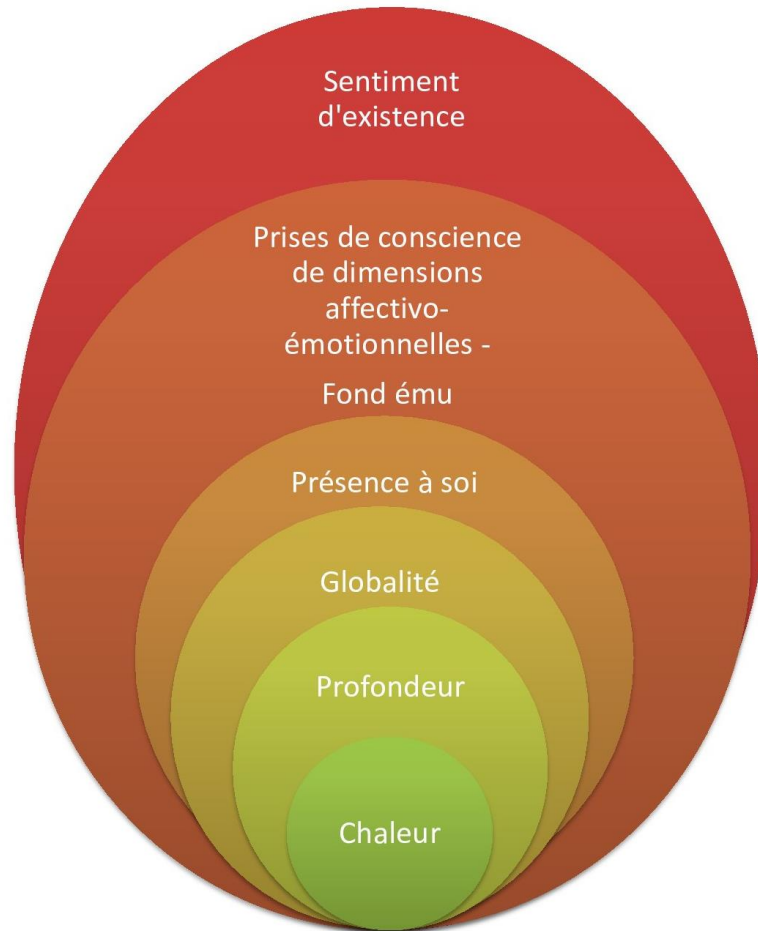
Le Sensible n'est pas l'Être, il porte en lui une dimension existentielle forte car il permet à l'homme de faire l'expérience de l'entrelacement entre la totalité et la singularité, entre l'indifférencié et le différencié, entre l'animé et l'inanimé [...], l'entrelacement de toutes les différences fondamentales 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 peut 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**

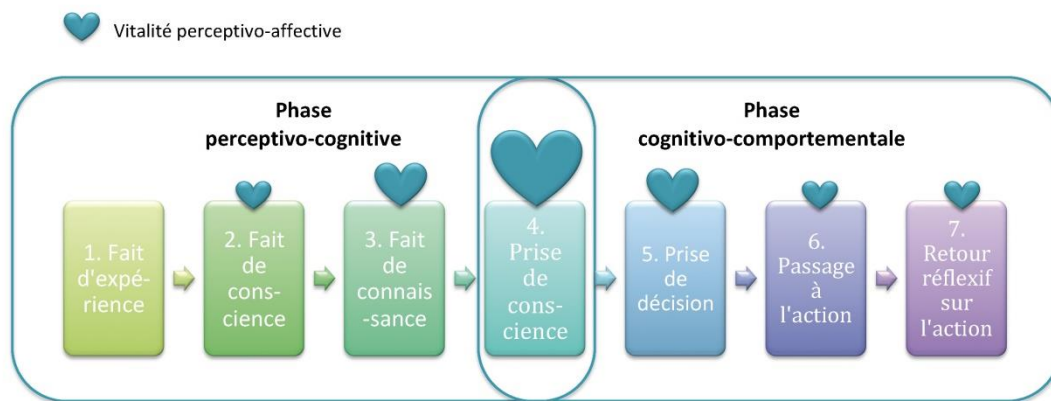
(à partir du modèle de Bois (2007))

## **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 a

## L'émouvoir comme support de la sensibilité

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 composante de « Lieb » est toujours un chef d'orchestre à l'œuvre dans nos vies.



Participation de la dimension émotionnelle 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

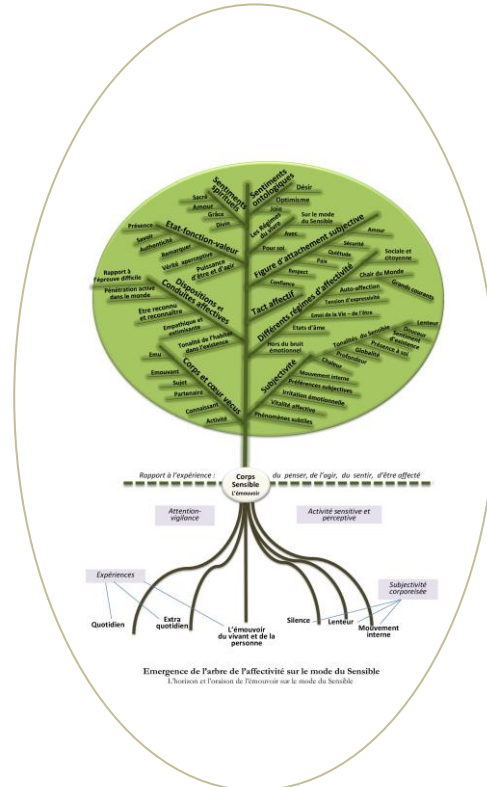
A l'issue de l'ensemble de mon parcours exploratoire et du mouvement de compréhension de mon objet de recherche qu'il a permis se donne une dernière résonance graphique, le lecteur peut apprécier *l'arbre de l'affectivité sur le mode du Sensible* ci-dessous. Par une métaphore visuelle l'arbre donne à 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

## L'émouvoir comme support de la sensibilité

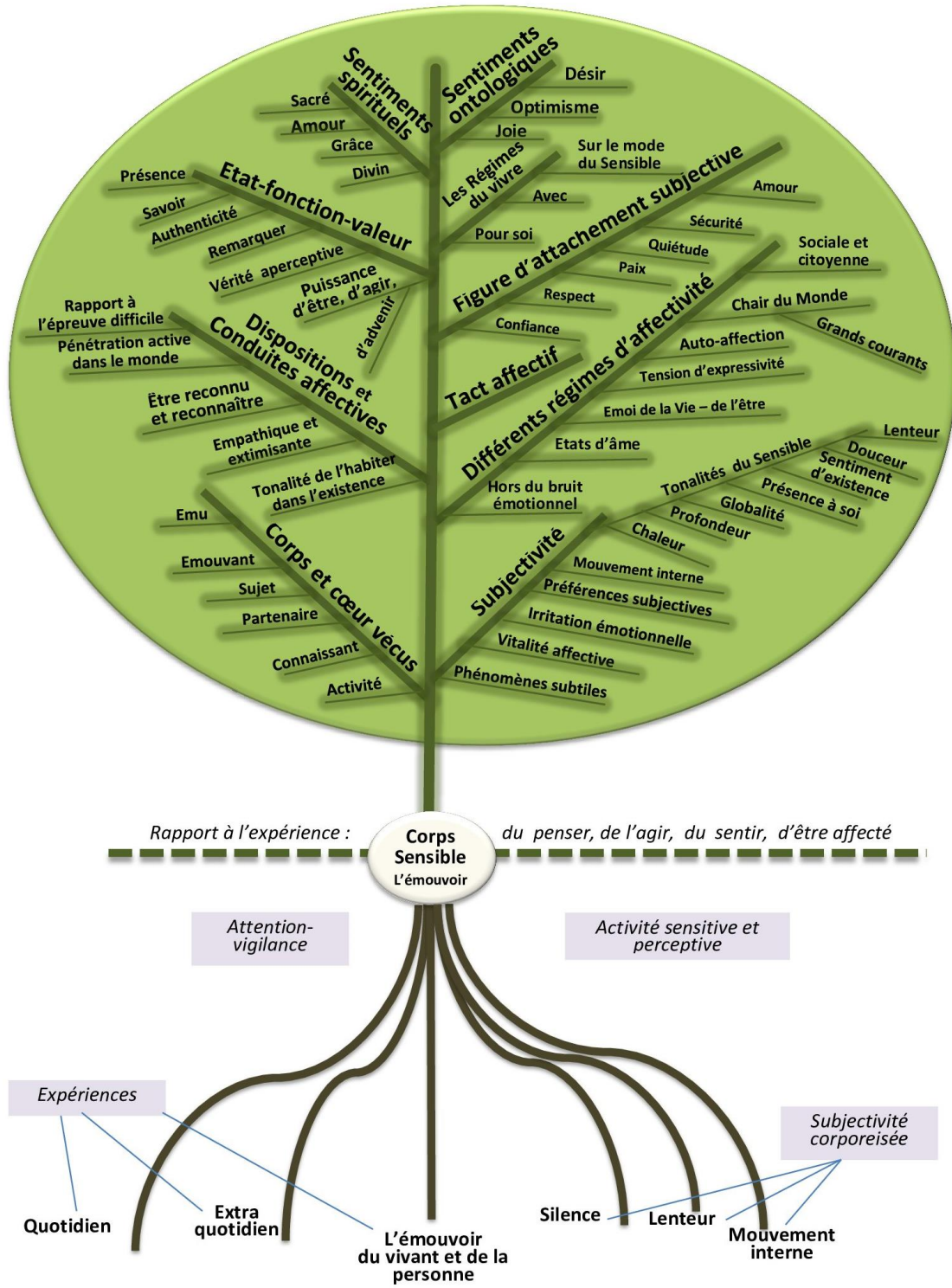
données théoriques et l'ensemble des vécus phénoménologiques présents dans ma recherche se redonnent à ma conscience en fin de mon parcours.

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 ; il rend compte d'une valeur ajoutée au Vivre avec et à un Vivre-ensemble depuis une humanité humanisante (Honoré).*



# L'émouvoir comme support de la sensibilité



## 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 expérimentiels, 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 consolider 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'accent 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 tenu 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 déroulée 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'explicitier 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 expérimentalement 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 dus 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 retranscrits 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**

---

Certaines perspectives ont été données au fur et à mesure, et 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.

Je souhaite développer une pédagogie de l'émouvoir à partir de l'intégration de l'homme ému sur le mode du Sensible dans ma pratique professionnelle et dans ma vie sociale.

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 dirais 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

## L'émouvoir comme support de la sensibilité

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](http://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: Flammarion.
- 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) ( Desclée 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 internationale, Université Paris 8 . Pratiques de formation/analyses. N° 50 " Corps et formation", pp.51-64.
- Berger, E. (2006). *La somato-psychopédagogie 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). *Écriture impliquée, écriture su Sensible, écriture analytique - De l'im-plication à l'ex-plication* IN *Recherches qualitatives - Hors série N° 11*. pp 70-92. UQTR.
- Berger, E., & Austray, 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., & Austray, D. (2013, Novembre). *Faire de la recherche avec et depuis son corps Sensible : dix ans de recherches en psychopédagogie pédagogique perceptive*. *Réciprocités n°8*, pp. 19-20.
- Berger, E., Austray, 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., Austray, 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 attention" in *Attention, vigilance, émotions*. Paris : L'Harmattan.
- 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. Cefaï (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*. Thèse 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 philosophique*. 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). *Attention 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. Hamein (1988).
- Csikszentmihalyi, 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.
- Dalai-Lama. (2008). *La voie des émotions- Entretien avec 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 traitement du Mythe chez Ronsard. Un exemple, Narcisse in Bulletin d'assoiciation sur l'humanisme, la réforme et la renaissance*. 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 Expérencing*. John Benjamins
- Depraz, N. (2004). *Empathie et compassion - Analyse phénoménologique et enseignement bouddhistes*. In *L'Empathie*. Berthoz, A. & Jorland, G.. Paris: O. Jacob, pp. 183-199.
- Depraz, N. (2006). *Comprendre la phénoménologie : Pour une pratique concrète*. Paris: Armand Colin.
- Depraz, N. (2011). *Les enjeux philosophiques*. In *A l'épreuve de l'expérience*, Depraz N. : Varela F. & Vermersch P. Bucarest: 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*. Bucarest: 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'Harmattan.
- Dousson, L. (2006). *Merleau-Ponty - L'oeil et l'esprit*. Paris: Folio 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 empêcheurs 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. Terrain [en ligne] - 22 mars 1994, mis en ligne le 22 avril 2005. consulté le 28 août 2014.*
- Florekson, 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'Harmattan, 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 emotion*. 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 Dalai-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.
- Guédénéy, N., & Guédénéy, A. (2009). *L'attachement : approche théorique - Du bébé à la personne âgée*. 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.
- Heidegger, M. (1986). *Chemins qui ne mènent nulle part*. Gallimard.
- 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 Siècle*. Paris: Didier.
- Humpich, J. (2007). Psychopédagogie perceptive et expérience de l'implication - Exploration de l'émotion et de la résonance au contact du sensible. *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 XX<sup>e</sup> 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-psycho-pédagogie. *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, AFFECTION et POUVOIR 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'Harmattan, pp. 89-108.
- Leao, M. (2002). *Le prémouvement anticipatoire, la présence scénique et l'action organique du performeur : méthodes d'entraînement 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 expérience de couple - Mémoire de mestrado en psychopédagogie 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 qualitative*. 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). *Psychologie 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. (1954-2008). *L'accomplissement de soi : De la motivation à la pénitence*. 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 perceptiva*. 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 somatopsychopédagogie 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 perceptiva - 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 academic Publishers, 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 devanciers, ses successeurs 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.
- Petimgin, 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 emotion recognition and reactivity to mood induction. *European 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 émotions*. Paris: PUF.
- Rogers, C. (1970). *La relation d'aide et la psychothérapie*. Paris: ESF.
- Rosenwein, B. (2001). *Emotions en politique. Perspectives de médiéviste*. 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 Arnaud, 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 multicomponent process : A model and some cross-cultural data. *Review of Personality 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
- Wiat. (2013). *L'attachement, un instinct oublié*. Paris: Odile Jacob.
- Zaccà-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.

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

**ANNEXES**

Universidade Fernando Pessoa

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

**ANNEXES**

Universidade Fernando Pessoa

Porto 2015

© 2015

Jean Humpich

ALL RIGHTS RESERVED

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

## **ANNEXES**

Thèse de doctorat soumise à l'Université Fernando Pessoa en vue de l'obtention du degré de Docteur en Sciences Sociales, option Psychologie, sous la direction du Professeur Marie-Christine Josso et la co-direction du Professeur Eve Berger

# **ANNEXES**

## L'émouvoir comme support de la sensibilité

## 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.

## L'émouvoir comme support de la sensibilité

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

## L'émouvoir comme support de la sensibilité

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



## L'émouvoir comme support de la sensibilité

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 ?

## L'émouvoir comme support de la sensibilité

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 bruinaît.

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 ?

## L'émouvoir comme support de la sensibilité

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 posteriori, 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.

## L'émouvoir comme support de la sensibilité

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

## L'émouvoir comme support de la sensibilité

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 ?

## L'émouvoir comme support de la sensibilité

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 où 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 ?

## L'émouvoir comme support de la sensibilité

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

## L'émouvoir comme support de la sensibilité

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.



## L'émouvoir comme support de la sensibilité

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.

## L'émouvoir comme support de la sensibilité

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 où 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.

## L'émouvoir comme support de la sensibilité

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

## L'émouvoir comme support de la sensibilité

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 a 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. »

## L'émouvoir comme support de la sensibilité

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 attentionnelle 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

## L'émouvoir comme support de la sensibilité

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 ?

## L'émouvoir comme support de la sensibilité

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

## L'émouvoir comme support de la sensibilité

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 due à la relation et à l'expérience avec le mouvement.

P maintenant que moi, je crée 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 ?

## L'émouvoir comme support de la sensibilité

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.

## L'émouvoir comme support de la sensibilité

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

## L'émouvoir comme support de la sensibilité

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.

Par 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.

## L'émouvoir comme support de la sensibilité

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 ne 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.

## L'émouvoir comme support de la sensibilité

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

## L'émouvoir comme support de la sensibilité

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 où 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

## L'émouvoir comme support de la sensibilité

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-chercheuse 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

## L'émouvoir comme support de la sensibilité

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 est juste, mais je ressentais une grande compassion. J'étais toujours très posée. Je me souviens d'un moment précis où 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

## L'émouvoir comme support de la sensibilité

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 ?

## L'émouvoir comme support de la sensibilité

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.

## L'émouvoir comme support de la sensibilité

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...



## L'émouvoir comme support de la sensibilité

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 out'. 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 ?

## L'émouvoir comme support de la sensibilité

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 explotes 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 couvrir 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

## L'émouvoir comme support de la sensibilité

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 ?

## L'émouvoir comme support de la sensibilité

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'expande 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

## L'émouvoir comme support de la sensibilité

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 ?

## L'émouvoir comme support de la sensibilité

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

## L'émouvoir comme support de la sensibilité

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 matériel 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.



## L'émouvoir comme support de la sensibilité

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 pétilllement à l'intérieur du corps. Un pétilllement, 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...

## L'émouvoir comme support de la sensibilité

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

## L'émouvoir comme support de la sensibilité

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 à 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.

## L'émouvoir comme support de la sensibilité

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-chercheuse 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 par 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

## L'émouvoir comme support de la sensibilité

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 ?

## L'émouvoir comme support de la sensibilité

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,

## L'émouvoir comme support de la sensibilité

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 ?

## L'émouvoir comme support de la sensibilité

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 crée 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'élargir 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

## L'émouvoir comme support de la sensibilité

deuxième, il y avait le contact avec moi-même dans la méditation. 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 organisé 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 corne 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

## L'émouvoir comme support de la sensibilité

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 me 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'à partir du moment où je me suis rencontrée, j'ai vécu de la joie de vivre. Le pétilllement 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

## L'émouvoir comme support de la sensibilité

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.

## L'émouvoir comme support de la sensibilité

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 crée 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.



## L'émouvoir comme support de la sensibilité

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 voir 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.

## L'émouvoir comme support de la sensibilité

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 appelleraient 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 agrémente 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 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 chercher. 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.

## L'émouvoir comme support de la sensibilité

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, c'est 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

## L'émouvoir comme support de la sensibilité

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 savoir 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



## L'émouvoir comme support de la sensibilité

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 pétilllement. 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'interaction 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 dit : 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 destiné 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 crée 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 crée 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.

## L'émouvoir comme support de la sensibilité

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 paraître 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 me la 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

## L'émouvoir comme support de la sensibilité

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 pensées 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'était 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

## L'émouvoir comme support de la sensibilité

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 simultanée 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 jardin, 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

## L'émouvoir comme support de la sensibilité

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 fatigant.

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 broser 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 jouent 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, mais 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.

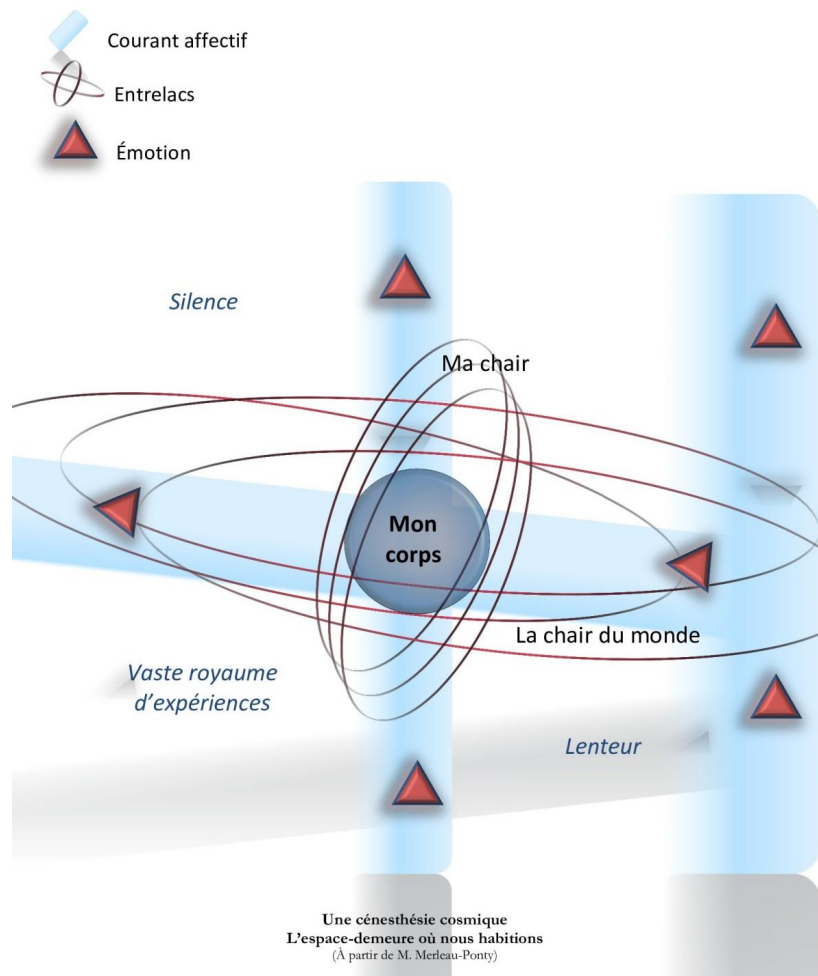
J. Alors tu ressors comment de cet entretien ? Qu'est-ce que tu pourrais partager ?

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*

L'émouvoir comme support de la sensibilité