

# UNE “COSMOTIQUE” IMMERSIVE POUR UNE ÉCOLOGIE CORPORELLE EN PREMIÈRE PERSONNE

**BERNARD ANDRIEU**

PHILOSOPHE

PROFESSEUR À LA FACULTÉ DU SPORT, EA 4360 APEMAC/ EPSAMETZ, USR 3261

MSH LORRAINE AXE 5, UNIVERSITÉ DE LORRAINE - ASSOCIÉ À ADES/EFS (UMR CNRS 7268)

[bandrieu59@orange.fr]

**“Le triomphe de la végétation est total.”**

Michel Houellebecq, *La Carte et le Territoire*, 2010

**RÉSUMÉ. SE FONDRE DANS LA NATURE EST UNE EXPÉRIENCE RECHERCHÉE MOINS PAR ROMANTISME OU PAR AMOUR DE LA NATURE QUE PAR LE DÉSIR DE VIVRE UNE EXPÉRIENCE IMMERSIVE. PLUS QU'UNE SIMPLE ÉVASION VERS LA NATURE ET UNE AVENTURE CORPORELLE, LA RE-CRÉATIVITÉ IMMERSIVE DANS LA NATURE EST UN MOYEN POUR LE SUJET DE FAIRE ÉMERGER EN LUI DE NOUVELLES COORDONNÉES SENSORIELLES. LA NATURE N'EST PAS SEULEMENT UN LOISIR MAIS UNE ÉCOLE EXPÉRIENTIELLE DES CORPS INCORPORÉS DANS LA NATURE.**

**F**aute d'être “écologisé” par la nature, le corps est submergé par l'élément dont il n'a pas élaboré, par incorporation, une connaissance par le corps. Il ne sait pas adapter son corps à la modification que lui présente ou qu'impose son environnement, au point de s'y blesser ou pire d'y mourir. La souplesse et la plasticité du corps sont déplacées aujourd'hui dans la spécialisation urbaine, en réduisant les capacités dans la délégation aux technologies pour agir et communiquer. La thèse de l'arraisonnement de la nature par la technique déshumanisante trouverait ici à la fois sa confirmation dans le façonnage urbain du corps inadapté à la nature et un échec dans cet arraisonement impossible face aux tremblements de terre, aux intempéries et autres tsunamis.

Bien des personnes peuvent réaliser pourtant une acculturation écologique par l'immersion régulière dans les milieux naturels en nageant dans des rivières plutôt que dans des piscines ou en mar-

chant dans les forêts plutôt que dans des chemins pédestres. Face aux “*proliférantes natures*” (Sirost et Claeys, 2010), on distingue les natures jardinées, les natures culturalisées et les natures recensées. L'impossible sortie d'une nature “environnementalisée” par l'homme et le refus de la nature sauvage viendraient contenir le désir d'immersion. La recherche de l'émotion pure qui serait produite par les éléments naturels reste en deçà de la “véritable” essence de la Nature à laquelle nous croyons comme à un idéal perdu tel que dans le mythe de l'Eden.

Une nouvelle écologie corporelle, manière d'habiter le monde corporel et le “corps cosmos” cher à Michel Collot qui souligne “*une nouvelle alliance entre le corps et le cosmos*” (Collot, 2008, p. 19), doit être comprise à partir des dérivations mythiques de la nature édénique (le rural, l'environnement, le sauvage et le paysage) et des utopies de retour à la nature. La méthode naturelle d'Hébert (Philippe-Meden, 2012) reste encore dans un naturisme plutôt que dans une écologie corporelle : le naturisme utilise le milieu extérieur pour que le corps y réagisse en s'adaptant dans le cours de l'expérience ; l'écologie corporelle incorpore les éléments du milieu pour modifier le vivant et le vécu corporel. L'écologie corporelle n'est pas une purification interne

du corps comme le végétarisme de Paul Carton a pu le définir dans l'alimentation (Ouedraogo, 1998, p. 59-76). Se fortifier et s'améliorer en développant l'image de soi par la culture physique comme chez Desbonnet (Andrieu et Sirost, 2014) est à l'opposé du partage de vie, de l'immersion des membres des communautés anarchistes dans une modification intérieure comme à Monte Verita (Noschis, 2011).

L'écologie immersive repose sur des expériences d'immersion incorporative, au sens de Gordon Calleja, pour qui l'incorporation dans l'immersion est comprise à la fois comme une assimilation de l'esprit dans l'immersion corporelle et comme un “*embodiment*” (Calleja, 2011, p. 169). L'absorption dans la nature, au sens de nouvelle habitation du corps, n'est plus seulement une métaphore mais une synthèse dynamique entre le mouvement kinesthésique, l'espace habitable, les relations avec les éléments et les interactions avec les autres. Si l'immersion peut être ainsi vécue comme une absorption (au sens d'osmose et d'extase), elle peut aussi se concevoir comme une “*transportation*” (Calleja, 2011, p. 27) au sens d'écologisation et de vertige. Mais si l'absorption contient le corps dans le milieu en l'incorporant à travers les sensations, dans la “*transportation*”, le corps y est débordé dans ses limites au risque d'être englobé par la puissance du milieu.

## LES CONDITIONS DE CETTE IMMERSION DANS LA NATURE

Les écologues actuels de la récréation de soi dans la nature ont déjà pu interroger les conditions de cette immersion dans la nature. Olivier Sirost, soucieux de lier l'imaginaire naturiste avec les pratiques réelles, a pu décrire combien l'évasion vers la nature nécessitait la mise en aventure du corps. Notamment dans la vie au grand air qui décline, selon lui, les “*fonctions récréatives et fonctions paysagères, étayées par l'horizon mythique du jardin d'Eden*” (Sirost, 2009, p. 43).

Mais aller vers ou vouloir revenir à l'état de nature n'est pas la même expérience que de s'enfoncer dans la nature ou d'enfoncer la nature dans son corps. Gilles Raveneau dans son analyse de l'apnée, a pu décrire comment le risque se conjugue avec une exploration de soi dans l'eau, d'un soi qui voudrait entièrement devenir aquatique (Raveneau, 2006). Olivier Bessy dans une ethnographie des raids aventure (Bessy, 2012), retrouve ce que Marianne Barthelemy (2008) avait mis à jour avec le marathon des sables, la constitution d'un savoir expérientiel en s'immergeant dans des milieux qui extréminent les limites connues de son corps. Bastien Soulé et Jean Cornéloup ont étudié l'engagement corporel par l'étude des “*motivations de ceux qui s'exposent au-delà du raisonnable, à la fois pour eux-mêmes (surentraîne-*

ment, prises de risque excessives), pour la collectivité (coût des opérations de secours, questions de santé publique) et par rapport à l'éthique sportive (dopage)" (Soulé et Corneloup, 2007). Gaspard Lion décrit, à travers une enquête de terrain entre 2010 et 2012 intitulée "Des hommes, des bois. Déboires et débrouilles. Ethnographie des habitants du bois de Vincennes", comment vivre dans les bois n'est pas seulement une immersion romantique à la Thoreau dans *Walden* (Lion, 2013). Même dans la nature du bois de Vincennes, chacun cherche un abri qui ne soit pas "de loisir" (Raveneau et Sirost, 2011) dans un ensauvagement récréatif mais une autonomie libertaire et précaire (Rolland, 2013).

Le recours aux techniques de vie, sinon de survie, en pleine nature, selon Kim Pasche et Bernard Bertrand (2013), favorise "une immersion primitive et une autonomie sauvage" à travers des stages immersifs, comme en juillet 2013 dans les montagnes suisses : "Une semaine à vivre au plus sauvage des montagnes suisses en mode 'primitif'. Nous n'aurons avec nous que l'essentiel pour vivre et la plupart de notre nourriture sera collectée le long du chemin : grâce aux plantes sauvages nous nous nourrirons ! Il nous faudra (ré)apprendre à écouter la nature et savoir s'adapter à notre environnement ; que ce soit les conditions météorologiques ou les lieux de cueillettes, nous devons

nous déplacer régulièrement. Il n'y aura donc pas de programme. Un itinéraire proposé et une multitude de gestes premiers à voir : allumage du feu par friction ou par percussion, collecte de fibres et confection de corde, abris, nœuds..."<sup>(1)</sup>

Ces immersions volontaires ou involontaires en pleine nature par la mise en corps des gestes premiers transforment le vécu. Pour Jean Corneloup, se fondre dans la nature relève d'une naturalité par "tout ce qui peut accroître l'immersion dans la profondeur de la nature" (Corneloup, 2010, p. 82). Le paradoxe est bien là : comment consentir à s'approfondir dans une nature sans fond ? Le corps se construit dans sa sensorialité par un étayage culturel en essayant de délimiter son fond dans ce qui serait le corps propre.

### **LE CORPS EN PREMIÈRE PERSONNE**

L'osmose dans la nature fait émerger dans le corps des sensations inédites jusque-là. C'est la nature qui entre dans le corps et non plus le corps qui est dans la nature. L'incorporation n'est pas ici progressive comme une technique du corps peut l'être par la vertu de l'exercice dans la formation d'un habitus. Marcel Mauss décrit en 1934 le lent apprentissage qui transforme ses perceptions sensorimotrices de la brasse au crawl (Mauss, 1936). Avec l'immersion en

première personne, le corps vivant prend le pas sur sa conscience environnementale en tant que corps vécu en s'imprégnant immédiatement des éléments dans le milieu. Cette impression s'effectue en dessous du seuil de conscience (450 millisecondes) et incorpore la personne de manière involontaire.

Cette "cosmotique", dans l'immersion du corps vivant de l'individu dans les milieux naturels, produit des impressions en lui : leur intensité ne trouve pas toujours de correspondant suffisant dans l'écriture ou la parole. Le corps se trouve dès lors traversé par des sensations internes et intimes dont il ignore l'origine et ne contrôle ni la direction ni les effets en lui et dans le monde. La différence entre l'interprétation du chercheur qui, à travers son corps (Andrieu, 2011), croit parvenir à une compréhension du vécu de l'autre personne immergée, et le récit de la personne elle-même est à maintenir :

- le corps observé dans la nature (en troisième personne) ;
- le récit du corps émergeant de la nature (en première personne) ;
- le corps vivant dans la nature (dans la première personne).

Le récit du corps émergeant de la nature reste un dédoublement entre ce que le corps vivant aura traversé dans son immersion dans la première personne et ce que le sujet, qui l'a vécu, peut en dire *dans une distance méthodologique*, donc en première personne. L'expert,

malgré les précautions méthodologiques prises, observe en troisième personne ce corps dans la nature dans la mesure où il n'y participe pas entièrement. La difficulté à décrire l'immersion du corps vivant dans la nature tient à ce que *le pratiquant* vit dans la première personne ce que nous ne saisissons qu'après coup dans la perception en première personne *que celui-ci nous fait* par l'analyse phénoménologique ou le récit participatif.

La naturalité du corps humain n'est pas un *basic-instinct* qui se déclencherait par réaction aux milieux ou face aux éléments. Cela supposerait que nous aurions conservé intact des programmes d'adaptation qui même dans l'apnée de Guillaume Nery, recordman et champion du monde d'apnée profonde, lui ont demandé un long entraînement pour développer un volume d'air pulmonaire plus grand que la moyenne humaine. *L'immersion régulière dans des milieux nous transforme de manière insensible là où la mise entre parenthèses provisoire se limite à nous plonger, le temps d'un court séjour, dans ce qui serait un autre monde.*

La "récréativité" immersive est une re-créativité qui recrée le soi par son écologisation. Nicolas Penin le montre bien à partir du vécu en première personne, renouvelant en nous les *qualia* (Penin, 2012). Nos dispositions sensorielles s'activent dès l'empathie et la résonance interne des réseaux neuronaux due

à l'immersion dans le milieu jusqu'à une conscience plus vive de l'extase et de la fusion dans la nature comme exprimée chez Rousseau ou Thoreau (Rousseau, 1776, 1782 ; Thoreau, 1840). L'écho de la nature dans le corps éveille en nous des possibilités d'action. La ré-créativité peut être une re-création du soi si l'habitus est suffisamment entamé au cours de l'écologisation par l'immersion dans la nature.

Cette immersion dans la nature est à la fois extérieure, par l'inclusion de notre corps dans le milieu ou dans l'élément, et *intérieure*, par l'émersion en nous de sensations inédites. Ce double mouvement n'est pas sous le contrôle de l'"immerseur" (le pratiquant). Celui-ci se place dans des situations inédites qui produisent un renouvellement sensoriel, plutôt qu'un étonnement qui s'oppose à la volonté de contrôle. Le vécu en première personne perçoit l'immersion à partir des sensations qui émergent dans le corps vivant, au cours des expériences. La méthode de recueil qualitatif des données à travers des entretiens peut être utilement complétée par le récit à la première personne des agents eux-mêmes comme en témoigne les journaux de terrain, les photographies et autres films en caméra subjective qui vont se développer avec la caméra Gopro.



En allant de l'extase au vertige, en passant par l'écologisation et par l'osmose, l'approfondissement de

l'individu dans son corps favorisera une immersion incorporative dont les effets involontaires recomposent la cartographie subjective.

Ainsi, "s'immonder" est différent du fait de transformer son corps pour habiter la nature et ses éléments par l'agilité, la force et l'adaptation. L'immersion de la nature dans le corps implique une non-dominance de la nature par une écologisation de ses techniques, habitus et matières. Une plasticité en émerge où il s'agit moins de parvenir à une maîtrise complète des éléments qu'à une connaissance relationnelle entre eux et notre corps.

Au contraire de cette "immondation", "s'amonder" (c'est-à-dire se priver de la relation d'immersion dans la nature) consiste à se couper de la naturalité de la nature en développant un style colonial et conquérant. De même, en s'amondant, le loisir des parcs spécialisés voudrait, par l'artifice, atteindre la même intensité, mais sans prendre le risque de la profondeur de l'expérience corporelle. ■

#### NOTE

(1) [<http://www.gensdesbois.org>].

**RÉFÉRENCES BIBLIOGRAPHIQUES**

**Bernard ANDRIEU**, *L'Écologie corporelle*, 4 tomes, Atlantica, 2009-2011.

**Bernard ANDRIEU** et **Olivier SIROST**, *Desbonnet par lui-même*, L'Harmattan, 2014 (à paraître).

**Marianne BARTHELEMY**, "Le risque dans les raids-aventure : réalité ou fantasma ?", dans Gilles FERRÉOL et Gilles VIEILLE-MARCHISET (dir.), *Loisirs, sports et sociétés. Regards croisés*, Presses universitaires de Franche-Comté, 2008.

**Olivier BESSY**, *The North Face. Ultra-Trail du mont Blanc. Un mythe, un territoire, des hommes*, le Petit Montagnard, 2012.

**Gordon CALLEJA**, *In-Game. From Immersion to Incorporation*, MIT Press, 2011.

**Michel COLLOT**, *Le Corps cosmos*, La Lettre volée, 2008.

**Jean CORNELOUP**, "Innover par la forme transmoderne", dans Jean CORNELOUP et Pascal MAO (dir.), *Créativité et innovation dans les loisirs sportifs de nature*, Éditions du Fournel, 2010.

**Gaspard LION**, "Des hommes, des bois. Déboires et Débrouilles. Ethnographie des habitants du bois de Vincennes", *Dossier d'études Cnaf*, n° 159, 2013.

**Marcel MAUSS**, "Les techniques du corps", *Journal de psychologie*, XXXII, ne, 3-4, 1936 [communication présentée à la Société de psychologie le 17 mai 1934, rééditée dans Bernard ANDRIEU (dir.), *Philosophie du corps. Expériences, interaction et écologie corporelle*, Vrin., 2010].

**Kaj NOSCHIS**, *Monte Verità. Ascona et le génie du lieu*, Presses polytechniques et universitaires romandes, "Le savoir suisse", 2011.

**Arouna OUÉDRAOGO**, "Assainir la société, les enjeux du végétarisme", *Terrain*, n° 31, 1998.

**Kim PASCHE** et **Bernard BERTRAND**, *Arts de vie sauvage et gestes premiers*, Terran, 2013.

**Nicolas PENIN**, *Les Sports à risque : sociologie du risque, de l'engagement et du genre*, Artois Presses Université, 2012.

**Pierre PHILIPPE-MEDEN**, *Georges Hébert et le théâtre, une esthétique de la Nature au fil de l'éducation physique, la revue sportive, scientifique, pédagogique, d'enseignement et de critique (1902-1940)*, thèse de doctorat de l'Université Paris 8, 2012.

**Gilles RAVENEAU**, "La plongée sous-marine, entre neutralisation du risque et affirmation de la sécurité", *Ethnologie française*, vol. 36, n° 4, 2006.

**Gilles RAVENEAU**, "Prises de risque sportives : Représentations et constructions sociales", *Ethnologie française*, vol. 36, n° 4, 2006.

**Gilles RAVENEAU** et **Olivier SIROST** (dir.), *Anthropologie des abris de loisirs*, Presse Universitaires de Paris Ouest, 2011.

**Noé ROLLAND**, "La pratique de la cabane : entre robinsonnade, recours aux forêts et ensauvagement récréatif ?", *Atelier Scientifique, Colloque La Naturalité en mouvement : environnement et usages récréatifs en nature*, Le Pradel, 2013.

**Jean-Jacques ROUSSEAU**, *Lettres à Malesherbes*, Le livre de poche, 2010. (Il s'agit plus particulièrement de la troisième lettre, datant du 26 janvier 1776).

**Jean-Jacques ROUSSEAU**, *Les Réveries du promeneur solitaire*, Le livre de poche, "Classiques", 1978 (1<sup>re</sup> publication en 1782).

**Olivier SIROST**, "La vie au grand air ou l'invention occidentale des milieux récréatifs", dans Olivier SIROST (dir.), *La vie au grand air. Aventure du corps et évasions vers la nature*, Presses universitaires de Nancy, 2009.

**Olivier SIROST** et **Cécile CLAEYS**, "Profilérantes natures", *Études rurales*, n° 185, 2010.

**Bastien SOULÉ** et **Jean CORNELOUP**, *Sociologie de l'engagement corporel. Risques sportifs et pratiques "extrêmes" dans la société contemporaine*, Armand Colin, "Cursus", 2007.

**Henry THOREAU**, *Journal*, tome I (22 oct. 1837-31 décembre 1840), Éditions Finitude.