

Revue interdisciplinaire

2017
°15

Écologies Corporelles

Numéro spécial GORI CNRS 836

CNRS EDITIONS

DIRE

Entretien avec Richard Shusterman.....	13
<i>Bernard ANDRIEU</i>	

LIRE (1)

ÉCOLOGIES CORPORELLES

Dossier dirigé par Fabio d'Andrea & Olivier Sirost

Des écologies et des corps	23
<i>Fabio D'ANDREA, Olivier SIROST</i>	

1^{re} Partie : PIONNIERS & FONDATEURS

Du prisme de l'ondoiement.....	33
<i>Isabelle NAMECHE</i>	

Le corps chez les éducateurs marxo-naturistes pendant l'Entre-deux-guerres. Une écologie corporelle et une politique de l'ordinaire ?	45
<i>Xavier RIONDET, Henri LOUIS GO</i>	

Georges Hébert : un pionnier de l'écologie corporelle ?	57
<i>Pierre PHILIPPE-MÉDEN</i>	

L'institut Pelman de gymnastique mentale : une officine de consultations psychologiques durant l'Entre-deux-guerres	67
<i>Loïg LE SONN</i>	

ADES | UMR
7268

**Techniques et
Enjeux du
Corps**



© CNRS ÉDITIONS, Paris, 2017
ISBN : 978-2-271-11498-3
ISSN : 1954-1228

Entretien avec Richard Shusterman

Par Bernard ANDRIEU
Paris, 19-20 janvier 2017

À propos de Richard Shusterman & Yann Toma, *Les aventures de l'homme en or. Passages entre l'art et la vie. Conte philosophique*, Éd. Bilingue, Photographie de Yann Toma, Paris, Hermann, 2016.

Du point de vue de la connaissance de soi, le philosophe pragmatiste américain Richard Shusterman, avec le concept de soma-esthésie, nous montre comment, de nos jours, la conscience du corps (2007) devient une connaissance de soi par soi au travers de l'écoute de ses sensations. Il s'agit donc de construire une conscience somatique qui va servir à fournir au sujet des informations sur son corps et a fortiori sur son état corporel voire sur sa propre santé. Savoir écouter son corps est une compétence difficile à atteindre et qui n'est pas toujours allée de soi dans la civilisation occidentale plus impliquée dans les mécanismes du fonctionnement corporel que dans les états. Partant de ce constat, Richard Shusterman s'est penché sur les méthodes orientales plus axées sur l'écoute de soi (particulièrement la médecine chinoise) et qui mêlent la santé et le bien-être. Il s'intéresse dans ce texte à la manière dont

l'orientalisation du corps occidental s'effectue aujourd'hui. Comment notre civilisation s'intéresse de plus en plus à l'écoute de soi ?

Richard Shusterman dans son ouvrage *Conscience du corps* nous avait présenté ce qu'il appelle la «soma-esthétique», à savoir l'étude critique et de la culture méliorative de notre expérience et de notre usage du corps vivant en tant que site d'appréciation sensorielle et de façonnement de soi créateur. Du grec «*aïsthesis*» qui veut dire sensation corporelle et de «*soma*» qui signifie corps, ce concept cherche à mettre en valeur le sens, la compréhension, l'efficacité et la beauté de nos mouvements, de l'environnement auxquels ils contribuent et à partir duquel ils tirent leurs énergies et leurs significances. Trois branches de la soma-esthétique sont identifiables; d'une part la soma-esthétique analytique: il s'agit d'une explication de la nature de nos perceptions et pratiques corporelles et de leur fonction dans notre connaissance et notre construction du monde; d'autre part, la soma-esthétique pragmatique: elle explore les méthodes spécifiques d'amélioration somatique et s'engage dans leur critique

comparative; enfin, la soma-esthétique pratique: il s'agit d'un travail corporel visant à l'amélioration somatique de soi.

Richard Shusterman décrit comment l'action incarnée peut venir modifier notre identité corporelle en développant des modes de réflexivité. L'identité corporelle est le résultat d'une connaissance de nous-mêmes car, sans cette réflexivité, notre corps resterait un étranger fatal qui pourrait nous imposer ses modifications physiques et agir sur notre humeur. L'éveil de cette conscience corporelle suppose, comme l'exploite le développement personnel, une attention vive aux états vécus, aux sensations internes et aux mouvements de posture. Cette conscience somatique ne vise pas seulement l'amélioration du bien-être mais une connaissance de soi par soi-même: s'il existe bien, comme l'explique Merleau-Ponty dans ce volume même, une perception somatique non explicite, l'habitude, la conscience somatique, contre le même Merleau-Ponty, est le moyen pour R. Shusterman, de fournir au sujet des informations quotidiennes sur sa santé à travers une analyse de ses postures, de ses mouvements ou de sa respiration.

Cette «soma-esthésie» est pour Richard Shusterman moins un plaisir esthétique qu'une esthétique de l'existence, au sens foucaldien, du corps vivant. Le dispositif expérientiel mis en place par Richard Shusterman doit permettre d'analyser la sensation et sa réappropriation esthésiologique afin que le sujet vive, de l'intérieur, la re-calibration sensorielle de sa chair: la contrainte d'exercice (modifi-

cation de la posture, intensification du vécu corporel, conscience sensorielle) repose sur un dispositif de déshabitation, puis de reconstruction d'une unité somato-psychique. La contrainte de l'exercice d'une expérience corporelle nouvelle précipite le sujet dans une identité jusque-là inédite qui augmente ainsi la connaissance qu'il prend de lui-même par soi-même.

Le pragmatisme de William James aura ouvert la voie d'une attention moins égotique que celle de Maine de Biran, ou plus spirituelle comme celle de Félix Ravaïsson, par l'analyse de la sensation. Car William James aura introduit un nouvel argument: «l'influence inhibitoire de la réflexion» sur l'action du corps et sur les sensations associées interféreraient en fait avec cette action. Cette introspection somatique exige une confiance dans la spontanéité informationnelle du corps afin qu'aucune volonté mentale d'analyse ne vienne interférer avec ce contact immédiat. Ce qui pourrait apparaître comme une illusion en survalorisant l'expérience immédiate du vécu corporel se révèle être, dans une perspective holistique, comme un mode d'entrée pour une élaboration progressive de son identité corporelle.

Le nouveau livre de Richard Shusterman démontre comment l'orientation du corps occidental s'effectue aujourd'hui par une référence à la médecine chinoise dans un contexte écologique et par une recherche de réappropriation des techniques douces en complément du soin médicalisé. La croyance dans

l'intégration des parties dans un système englobant le corps dans le monde peut certes conduire à une attitude illusoire, sinon sectaire: même l'intégrisme écologique ne parvient pas à effacer la portée philosophique de ces soins corporels qui atteignent aussi l'âme et l'esprit: ainsi le soin d'une partie de son corps aura des répercussions sur l'ensemble de l'économie énergétique de l'unité somato-psychique de la personne. Dans la tradition taoïste, analysée dans cet ouvrage par Richard Shusterman, une importante attention somatique concerne le soin à prendre du corps, mais également la défense d'une spontanéité non-réflexive de l'action et d'un détachement de la conscience de soi volontaire. Il semble impossible que les deux traditions médicales occidentales et orientales puissent se rejoindre tant les postulats cliniques, les conceptions de l'intériorité et l'efficacité thérapeutique sont différents. Les réceptions occidentalisées des techniques orientales, par l'importation de ces modèles orientaux dans les sciences, les thérapies, les loisirs, les objets manufacturés et les publicités, s'effectuent par une intériorisation psychique de la douleur là où la correspondance du corps, de l'âme et du monde se comprend en Orient dans une compréhension holistique.

Richard Shusterman, notamment dans son commentaire de James[5], précise une série de points permettant de développer cette conscience du corps. Le premier point concerne la perception de la continuité des sentiments corporels qui évite la discontinuité maladive de l'expérience: le sentiment corporel vient

qualifier l'état de notre humeur, l'équilibre entre les organes. Deuxième point: toute modification mentale est accompagnée ou suivie d'un changement corporel[6]. Troisième: déshabiter le corps tant dans l'attitude mentale que dans la posture corporelle. Le quatrième point présente l'attention (comme disposition corporelle) à l'effort, centration (focusing) musculaire. Cinquième point: une perception émotionnelle. Sixième point: la respiration focalisée. Sixième: l'introspection somaesthétique. Et enfin septième point: la préperception.

L'absence de Soi n'est pas obligatoirement l'absence du Soi. Si le soi doit disparaître et s'effacer lors de l'harmonisation énergétique, le dispositif expérientiel doit modifier les coordonnées esthésiologiques habituelles du sujet pour lui procurer un plaisir nouveau. Le plaisir ancien, comme l'analyse Proust, relève dans la chair du sujet la rémanence sensorielle à travers l'image mnésique. La perte de l'objet sensible fournit une extension sentimentale à la chair qui étend son vif jusqu'à l'amertume mélancolique. Rien de tel dans l'expérience corporelle qui, dans le consentement comme dans la contrainte, vient bousculer l'ordre et la correspondance des émotions en précipitant le corps dans l'inédit, l'événement, l'inattendu. Faute d'anticiper corporellement, l'imagination ne parvient pas à combler son retard sur la sensation émergente. Sentir son corps est ainsi un bon exemple d'interdisciplinarité entre la physique, les neurosciences, le vécu phénoménologique, l'impact psychologique et les

thérapies corporelles. Mais *sentir le corps* est différent de *sentir son corps*. Pour sentir son corps, un seuil de perception de la lumière est constitué par la physiologie de notre organisme.

Bernard Andrieu: *Quelle influence de Lao-Tseu sur ce nouveau travail ?*

Richard Shusterman: D'abord il faut préciser que ce livre n'est pas comme mes autres livres de philosophie. *Les Aventures de l'homme en or*, c'est un conte philosophique illustré par des images tirées de mes expériences dans la performance artistique en collaboration avec l'artiste-photographe Yann Toma. Dans cet art de la performance j'incarne ou fait vivre le personnage de l'homme en or. Ce personnage je le conçois comme un philosophe sans la parole, un philosophe de silence. Il ne parle pas, mais ça ne voudrait pas dire qu'il lui manque une pensée riche, avec des perceptions pénétrantes, des intuitions aigües, des sentiments profonds et un imaginaire abondant. Mes expériences d'entraînement zen m'ont montré que l'enseignement, les aperçus, voire la sagesse pourraient être exprimés ou communiqués sans mots, mais plutôt par le comportement et par le geste. L'esprit du zen japonais a ses racines pas seulement dans le bouddhisme chinois mais aussi dans le taoïsme qui est beaucoup plus ancien dans la culture chinoise et qui a influencé le bouddhisme chinois. Lao-Tseu, un personnage légendaire qui, selon les experts d'aujourd'hui n'aurait aucune existence historique en tant que personne réelle, a fondé le Taoïsme. Son

livre, le *Tao de Jing*, exprime une pensée qui valorise la sagesse silencieuse, le non-dit et qui reconnaît les limites du langage, les dangers et les mensonges des mots, et les bêtises du bavardage. Comme je le cite dans le livre, «Celui qui sait, ne parle pas, celui qui parle ne sait pas». Le livre de *l'homme en or* a plusieurs citations de Lao-Tseu (mais pas d'autres philosophes) et ces citations sont même présentées dans leurs caractères chinois traditionnels. Plusieurs idées centrales du Taoïsme de Lao-Tseu s'expriment d'une manière très forte dans le récit du livre, dans les aventures de l'homme en or. Parmi ces idées sont la valorisation du principe féminin, de la douceur, de la réceptivité, du bas, de l'eau, de l'ambiguïté, et surtout du corps comme base de notre existence et donc la clé essentielle à la vie, qu'il faut donc soigner, perfectionner, et protéger par un travail sur le corps. Donc le rôle de Lao-Tseu dans ce livre est prééminent; il est le philosophe le plus proche de l'homme en or (même dans son manque de réalité ordinaire), mais l'homme en or est plus pur et consistant. Lao-Tseu prône le non-dit mais il s'exprime dans les mots. En fait, il doit s'exprimer par la parole pour communiquer ses idées philosophiques. C'est l'ambiguïté ou le paradoxe d'une philosophie sans la parole. Mais l'homme en or reste sans paroles. Il s'exprime ou se communique par ses gestes, ses postures, ses actions, et pour cette raison le livre de l'homme en or a dû être illustré par des images. Mais bien sûr, l'homme en or s'exprime aussi à travers moi, le philosophe avec

les paroles, qu'il possède en prenant mon corps pour s'exprimer. Il y a dans cette collaboration une leçon pour la philosophie et pour la somaesthétique. Il nous faut des mots et les gestes, la parole et l'action pour mieux réussir dans le projet de la philosophie comme art de vivre et dans le projet de la somaesthétique comme discipline pour améliorer notre connaissance, compétence, et expérience somatiques.

B. A.: *Oui mais alors quel lien entre la somaesthétique et la communication gestuelle ?* (p. 19)

R. S.: Comme je l'ai expliqué dans mes livres précédents, surtout dans *Sous l'interprétation* (L'éclat, 1994) et dans *Conscience du corps* (L'éclat, 2007) il y a un niveau de sens et de compréhension qui est non linguistique, qui s'exprime ou se manifeste en dessous de l'interprétation et de l'expression linguistique, même si dans l'arrière-plan de ses expressions sans langage il existe toujours une culture environnante ou ce que Wittgenstein a nommé une forme de vie qui est largement formée par des usages linguistiques, par ce qu'il appelle des jeux de langage. L'homme en or est un personnage qui teste les limites de la communication gestuelle et les frontières du langage en restant totalement muet par rapport à l'expression linguistique. La somaesthétique comme discipline qui étudie l'expérience du corps vivant et les moyens d'améliorer cette expérience s'intéresse aussi à étudier les compétences de la communication gestuelle. Donc les performances de l'homme en

or, à part leur signification artistique, ont une signification et une visée somaesthétiques liées à l'épistémologie: mieux connaître les moyens de la communication gestuelle pour mieux savoir ses possibilités et ses limites. En philosophie on parle souvent des «expériences de pensée» (*thought experiments*) ou on pense à une situation imaginaire pour examiner nos intuitions sur des questions philosophiques qui relèvent des problèmes réels. Avec l'homme en or, j'introduis dans la philosophie une stratégie que je pourrais nommer comme «expérience de jouer»; pas simplement penser à travers une situation imaginaire mais jouer avec son soma des situations nouvelles, étrangères, à travers un être imaginaire mais incorporé pour tester les limites du langage et de la communication gestuelle, mais aussi pour tester les réactions du public qui rencontre l'homme en or et, bien sûr, tester les limites et les inhibitions du moi (le philosophe) qui incarne cet être muet et étrange.

B. A.: *Comment vivre cette réincarnation de la danseuse Wu Xiaoxing ? Est-ce esthétique ou esthésiologique ?*

R. S.: En fait, Wu Xiaoxing est une création pure et simple de mon imaginaire philosophique et (si j'ose le dire) le désir somaesthétique de l'homme en or. Selon mes connaissances, il n'existe aucune déesse ou personnage légendaire de ce nom, que j'ai pu construire de ma connaissance très approximative de la langue chinoise. Le mot «wu» en chinois voudrait dire «danser»; «xiao» signifie «petit» et le sens de «xing» est «étoile».

Wu Xiaoxing est donc une petite étoile dansante. Je décris ce personnage imaginaire dans le livre comme une déesse mythique, mais c'est un mythe du monde de l'homme en or. Cependant, il y a une base réelle à ce personnage dans la vie du philosophe Richard Shusterman, i.e. ma vie réelle. Il y avait une petite danseuse, avec qui j'étais très intime, il y a très longtemps (je parle des années 1987-1989) et puis j'avais perdu ses traces. C'est elle qui m'a introduit à la pensée somatique à travers ses leçons dans des diverses pratiques somatiques. Elle m'a changé la vie ainsi que la pensée. Elle m'a appris la sagesse du corps et la valeur de la communication gestuelle sans parole. Je ne serais jamais arrivé à la somaesthétique sans son inspiration. Je ne peux pas l'incarner dans la façon où j'incarne l'homme en or mais elle hante, d'une manière ou l'autre, ma pensée et visite parfois aussi mes rêves. Sa principale incarnation dans le récit est une sculpture qui est magnifiquement animée dans le livre par énergie de la lumière dansante, appliquée par le mouvement artistique de son collaborateur dans les performances de l'homme en or, l'artiste Yann Toma.

A.: Peut-on alors parler d'une expérience de corps et de quel corps: un autre corps de soi, un corps virtuel?

S.: C'est une question compliquée et multiple, mais bien posée et très pertinente parce que l'histoire de l'homme en or ainsi que son existence et ses rapports avec moi sont compliqués et multiples. Qui, ce travail de performance est tout abord une expérience somatique très

forte. Il ne s'agit pas simplement de l'expérience corporelle de me mettre dans une combinaison dorée bien ajustée dans laquelle j'ai besoin de quelqu'un pour fermer la fermeture éclair et encore pour la ré-ouvrir quand je voudrais sortir d'elle - une expérience bizarre pour un homme, qui lui apprend quelque chose des expériences somatiques des femmes qui portent de tels vêtements. Cette expérience est donc d'un côté une exploration des questions du genre. Mais l'expérience de l'homme en or est aussi une expérience corporelle très forte dans le sens que ses actions sont en grande partie très dynamiques: il saute, il grimpe, il court (tantôt vers des choses qui l'attirent tantôt en fuite des choses qui l'effraient), et parfois il tombe d'une manière assez violente quand il perd son équilibre dans ses mouvements rapides et excités dans les rues nocturnes et les terrains obscurs où il a tendance à errer. D'une certaine manière, les gestes de l'homme en or, même s'il possède mon corps, exprime aussi un autre corps du mien. Il a des schémas moteurs à lui, ses propres gestes qui sont stimulés par son allure, par sa synergie avec Yann (qui est son compagnon constant) par des réactions des personnes qu'il rencontre (qui sont très différentes de celles des gens qui rencontrent le philosophe Richard Shusterman). Je dirais même que l'homme en or éprouve une autre forme d'excitation interne, d'expérience intérieure. Mais les traces de ses expériences corporelles sont vécues par moi, le philosophe; je raconte dans le livre par exemple, les douleurs énormes que

j'ai éprouvées le lendemain matin après une sortie nocturne extravagante où il est tombé violemment sur les pavés et s'est cogné contre des piliers en fuite des gens agressifs. Avec l'homme en or, il ne s'agit pas d'un corps virtuel dans le sens d'un corps numérique sans chair, sans os, sans sentiments somatiques.

B. A.: Quelle signification dans le contexte actuel de l'immigration et la question de l'hospitalité quand tu accueilles ainsi l'autre en toi? Est-ce une migration de l'autre en toi?

R. S.: La question du migrant, de l'étranger, est fort centrale dans ce livre, même si ce n'était pas une intention explicite politique liée à la crise actuelle des migrants en Europe. Le thème du migrant, de l'étranger nomade est simplement au cœur de l'identité de l'homme en or. Il est un être mystérieux et étrange, sans papiers d'identité (et même sans poche pour mettre des papiers). Il a une allure singulière qui perturbe les gens conventionnels et qui incite souvent des expressions agressives contre lui. Il n'a pas de parole pour s'expliquer aux gens locaux. Ce problème linguistique est un autre problème que les immigrants rencontrent. L'homme en or cherche la reconnaissance sociale et la sympathie solidaire (voire l'amour) mais il n'a pas les bons moyens pour les gagner, pour être accepté. L'homme en or est né en juin 2010 donc bien avant le problème actuel de réfugiés, qui commençait en 2011; je crois qu'il dérive plutôt de mes propres expériences de difficulté (beaucoup moins sévères)

d'être étranger, sans les papiers nécessaires pour avoir un emploi légal, et de mes efforts pour m'assimiler dans des pays où je ne connaissais pas la langue nationale. Si je n'étais pas muet et sans parole dans de telles situations, je n'avais pas les bonnes paroles nécessaires pour trouver bien ma place et être à l'aise. Vous avez peut-être raison d'interpréter mon accueil de l'homme en or comme un geste d'hospitalité dans le sens que j'accepte sa présence en moi, sa possession de la place de mon corps. Mais je dirais que je fais ce geste d'hospitalité par empathie profonde. C'est comme si j'accepte, d'une certaine manière, l'étranger en moi; comme si je reconnaissais et je récompense, en l'acceptant, mes propres expériences en tant qu'étranger.

B. A.: Qu'est qui émerge, émerge ainsi de cette présence en toi est-ce un autre que toi-même, une part inédite, un nouveau corps, une augmentation de toi?

R. S.: L'homme en or montre la complexité d'un soi. En émergent de moi, il est différent du philosophe que je suis mais il est aussi lié à ce philosophe par le partage d'un corps, des expériences et des souvenirs associés. Plus important, l'homme en or est une augmentation du philosophe, un élargissement psychique et épistémologique. Le philosophe apprend plein de choses en partageant son *soma* avec l'homme en or et donc en faisant le témoin de ses aventures. Il apprend des nouveaux gestes, de nouvelles postures et des nouvelles expériences. L'homme en or pourrait être

considéré comme un moyen d'exploration du soi et d'extension du soi qui vise au perfectionnement du soi. Dans ma conception pragmatiste d'identité personnelle, le soi n'est pas une substance fixe et immuable, il est plutôt un projet en cours. De ce point de vue, l'homme en or est une émergence d'un philosophe qui aide à l'émergence d'un meilleur philosophe à travers de ce qu'il apprend de ses rapports et ses expériences avec ce personnage mystérieux, imaginaire mais incorporé. Je pense que l'homme en or m'a rendu philosophe plus complet, en me donnant une meilleure connaissance de la création artistique et des complexités de l'identité personnelle.

Bibliographie de Richard Shusterman

The Object of Literary Criticism, Amsterdam: Rodopi, 1984.

S. Eliot and Philosophy of Criticism, London and New York: Duckworth and Columbia University Press, 1988.

(éd.), *Analytic Aesthetics*, Oxford: Blackwell, 1989.

Avec D. Hiley et J. Bohman (éd.), *The Interpretive Turn: Philosophy, Science, Culture*, Ithaca: Cornell University Press, 1991.

Pragmatist Aesthetics: Living beauty, Rethinking Art, Oxford: Blackwell, 1992.

L'Art à l'état vif. La pensée pragmatiste et l'esthétique populaire, trad. de l'anglais

(États-Unis) par Christine Noille, Paris, Éditions de Minuit, «Le sens commun», 1992.

Practicing Philosophy: Pragmatism and the Philosophical Life, New York: Routledge, 1997.

Avec Michael Krausz (éd.), *Interpretation, Relativism, and the Metaphysics of Culture*, New York: Humanity Books, 1999.

(éd.), *Bourdieu: A Critical Reader*, Oxford: Blackwell, 1999.

La fin de l'expérience esthétique, Pau: Presse Universitaire de Pau, 1999.

Performing Live, Ithaca: Cornell University Press, 2000.

Pragmatist Aesthetics: Living Beauty, Rethinking Art, 2^e éd., avec une nouvelle introduction et un nouveau chapitre, New York: Rowman and Littlefield, 2000.

Surface and Depth: Dialectics of Criticism and Culture, Ithaca: Cornell University Press, 2002.

(éd.), *The Range of Pragmatism and the Limits of Philosophy*, Oxford: Blackwell, 2004.

Body Consciousness: A Philosophy of Mindfulness and Somaesthetics, New York: Cambridge University Press, 2008.

Conscience du corps. Pour une soma-esthétique, trad. de l'anglais (États-Unis) par Nicolas Vieillescazes, Paris, Éclat, 2007.

Richard Schusterman, Le corps en acte et en conscience (Traduit de l'anglais par Elise Louvion), «Philosophie du corps: Expériences, interactions et écologie corporelle» – textes réunis par B. Andrieu, Librairie Philosophie J. Vrin (Paris: 2010, p. 56-58).

Lire (1)

Écologies Corporelles

Dossier dirigé par Fabio d'Andrea & Olivier Sirost