



**HAL**  
open science

## Regard phénoménologique sur l'expérience corporelle

Marc Cizeron, Benoît Huet

► **To cite this version:**

Marc Cizeron, Benoît Huet. Regard phénoménologique sur l'expérience corporelle. N. Gal-Petitfaux et B. Huet. *L'expérience corporelle*, revue EP.S, pp.11-24, 2011. hal-01076125

**HAL Id: hal-01076125**

**<https://hal.science/hal-01076125>**

Submitted on 21 Oct 2014

**HAL** is a multi-disciplinary open access archive for the deposit and dissemination of scientific research documents, whether they are published or not. The documents may come from teaching and research institutions in France or abroad, or from public or private research centers.

L'archive ouverte pluridisciplinaire **HAL**, est destinée au dépôt et à la diffusion de documents scientifiques de niveau recherche, publiés ou non, émanant des établissements d'enseignement et de recherche français ou étrangers, des laboratoires publics ou privés.

Cizeron, M. & Huet, B (2011). Regard phénoménologique sur l'expérience corporelle. In N. Gal-Petitfaux et B. Huet (Eds.), *L'expérience corporelle*, Collection Pour l'action, pp. 11-24. Paris : revue EP.S.

## Résumé

*Nulle autre que l'approche phénoménologique ne s'est autant intéressée dans le champ de la philosophie à la question de l'expérience vécue. Ce chapitre propose d'étudier les apports de la phénoménologie à la compréhension de ce qu'est l'expérience corporelle, c'est-à-dire à la compréhension de notre manière d'être relié au monde par notre corps, de l'habiter et d'y agir.*

Mots clefs : phénoménologie ; expérience corporelle

Réfléchir au thème de l'expérience corporelle amène à faire interagir deux termes dont le premier est un substantif et le second un adjectif. Cette structure grammaticale n'est pas anodine dans la mesure où elle suggère que l'expérience se conjugue avec différents adjectifs possibles, chacun se rapportant à une façon de préciser la nature de l'expérience en question ; par exemple l'expérience professionnelle, l'expérience religieuse, l'expérience scolaire, etc. Concernant l'expérience corporelle, elle peut aussi être qualifiée par des termes qui ont un rapport au corps sans le désigner directement, en mentionnant une dimension corporelle particulière, ou un domaine d'activité dans lequel le corps est prioritairement investi : l'expérience motrice, l'expérience perceptive (ou même sensorielle, de type visuelle, gustative ou olfactive), l'expérience sexuelle, l'expérience sportive...

L'adjectif fournit au terme « expérience » une attribution qualitative. L'expérience possède toujours une certaine qualité. C'est ainsi qu'en philosophie de l'esprit on appelle *expérience* un état mental qui implique une relation de l'esprit avec un donné, dont les contenus sont qualitatifs<sup>1</sup>. On appelle *qualia*\* ces aspects qualitatifs de l'expérience, par exemple telle *sensation* particulière que l'on a en courant, telle *couleur* ou *forme* que l'on perçoit d'un objet.

Encadré : La notion de *qualia* dans la philosophie de l'expérience

Lorsque nous vivons une expérience, celle-ci s'accompagne d'aspects qualitatifs qui lui confèrent une (tonalité) impression particulière. En philosophie, on nomme *qualia* ces aspects qualitatifs associés à l'expérience vécue. Les *qualia* sont l'expression du caractère phénoménal de l'expérience, c'est-à-dire de la manière particulière dont elle est vécue subjectivement par la personne. Dans le cas de l'expérience perceptive, l'objet perçu apparaît comme possédant cette qualité. Par exemple, telle odeur ressentie paraît être la propriété de tel gaz. Or, l'odeur, plus précisément telle odeur particulière ressentie, est une propriété de notre expérience, c'est-à-dire de la rencontre, de la relation entre les propriétés de l'environnement (de tel gaz) et celle de notre organisme (tel organe récepteur, telle structure de notre système nerveux, etc.). Sans organisme sensible à tel gaz, la propriété « odorante » de ce gaz n'existe pas. Néanmoins dans le cas d'une expérience corporelle, la sensation

<sup>1</sup> Engel (P.), « Expérience », *Encyclopaedia Universalis*, Corpus 9, Paris, 1995, p. 168-172.

que procure un geste par exemple, ou bien la sensation de douleur, le *qualia* est en quelque sorte endogène ou intrinsèque. Il serait une relation entre l'organisme et lui-même. C'est ce qu'indique J. Dokic<sup>2</sup> en défendant l'idée que c'est la réflexivité qui distingue (au moins partiellement) la conscience corporelle de la conscience externe.

Les contenus de l'expérience sont également subjectifs : toute expérience est expérience d'un sujet qui l'éprouve<sup>3</sup>. Ce caractère subjectif de l'expérience lui confère un caractère privé : les contenus d'expérience appartiennent en propre à celui qui les éprouve et leur connaissance n'est accessible que de son propre *point de vue*<sup>4</sup>, ou point de vue en *première personne*. La subjectivité de l'expérience est également indissociable de son caractère infallible : nous pouvons par exemple être victimes d'illusions qui nous amènent à nous tromper sur le contenu de nos expériences, mais nous ne pouvons pas nous tromper sur le fait que nous les avons.

Toutes ces caractéristiques de l'expérience semblent culminer avec l'expérience corporelle. Nous éprouvons notre corps de façon privée et selon des contenus qui sont inaccessibles à autrui, si ce n'est indirectement, par empathie. Mais l'empathie n'est pas toujours possible, car elle suppose une proximité partageable des expériences vécues. Par exemple, ce qu'éprouve un sujet handicapé ne peut être que difficilement partageable, précisément en tant qu'éprouvé corporel, par un sujet non handicapé.

Lorsque par la réflexion nous nous penchons sur le contenu de notre expérience corporelle, il nous apparaît paradoxalement de façon à la fois évidente et opaque. L'évidence de notre expérience corporelle en fait une donnée indubitable : on ne peut douter de ce que l'on ressent dans son propre corps. Ce qui est éprouvé avec le corps apparaît comme la réalité même, à tel point que nous ne vivons pas notre corps comme un « instrument » intermédiaire entre nous et le monde, nous sommes *corporellement* en contact direct avec le monde. C'est ce que signifie l'expression d'*expérience incarnée*\*. Mais paradoxalement, le contenu même de notre expérience corporelle nous est opaque, au sens où nous avons le plus souvent des difficultés à expliciter ce contenu : *vivre* une expérience est très différent de *connaître* cette expérience. Il faut par exemple un apprentissage pour identifier et reconnaître certaines qualités gustatives ou auditives, alors qu'avant et après apprentissages, ce sont pourtant les mêmes « données » qui sont fournies au palais et à l'oreille. De la même façon, certaines sensations corporelles propres à diverses activités physiques ou artistiques ne peuvent être ressenties qu'à la suite de longs apprentissages. (voir dans ce même ouvrage, le chap X de JC Ménard)

---

<sup>2</sup> DOKIC (J.). Qui a peur des *qualia* corporels ? *Philosophiques*, 27/1. 2000, p. 77-98.

<sup>3</sup> BARBEROUSSE (A.), *L'expérience*, Paris, Flammarion, 1999.

<sup>4</sup> NAGEL (T.). Quel effet cela fait-il d'être une chauve-souris ? In, D. Hoffstadter et D. Dennett (ed.), *Vues de l'esprit*, pp. 397-399, trad. P. Engel, Interéditions, 1987.

### **Toute expérience humaine est une expérience incarnée**

Dans un ouvrage intitulé « l'inscription corporelle de l'esprit »<sup>5</sup>, F. Varela, E. Thompson et E. Rosch montrent que nos capacités de compréhension sont enracinées dans notre structure biologique corporelle, dans une histoire vécue en relation avec une culture. L'idée d'incarnation de l'esprit est en rupture avec celle qui localise l'intelligence dans un cerveau et fait du corps un ensemble de périphériques d'entrées (sensorielles) et de sorties (motrices). Les auteurs développent la perspective de l'enaction\*, dans laquelle le corps et l'esprit ne sont pas séparables car c'est l'unité du vivant qui est *couplée* avec l'environnement. La cognition humaine consiste dès lors en l'émergence d'un monde fait de significations constituées dans l'expérience subjective. En agissant, en étant corporellement engagés dans le monde, les systèmes vivants spécifient eux-mêmes les caractéristiques « objectives » de ce monde, rendent présents certains aspects auxquels ils sont sensibles.

Ces premières réflexions sur l'expérience corporelle interrogent la signification de l'expression « expérience corporelle » elle-même : de quoi peut-il s'agir précisément ? fait-on à proprement parler l'expérience de notre corps, c'est-à-dire au même titre que de n'importe quel autre objet ? peut-on concevoir des expériences qui n'aient pas, en dernière instance, un fondement corporel ?

### **Le point de vue phénoménologique sur l'expérience**

Pour faire l'examen philosophique de ces questions, la contribution de la phénoménologie\* paraît essentielle. En effet, le point de vue phénoménologique s'enracine dans une philosophie du sujet, et plus précisément dans une philosophie de la conscience\*. Le terme phénoménologie signifie l'étude des *phénomènes*, c'est-à-dire de ce qui apparaît à la conscience<sup>6</sup>. L'apparaître, c'est ce qui est donné de façon immédiate, c'est-à-dire lorsqu'on a mis en suspens ce que l'on a construit comme savoir à propos de ce donné, notamment comme savoir scientifique. Par exemple, nous avons constitué (parce qu'en grande partie, on nous a transmis) des savoirs sur notre corps. Nous avons établi des connaissances qui thématisent notre corps en entités anatomiques, physiologiques, psychologiques, comme système biomécanique, etc. Toutes ces connaissances constituent les idées que nous nous faisons de notre corps, la façon dont nous en parlons, dont nous rendons compte de nos expériences. Ces connaissances incluent des savoirs de sens commun et des croyances extrêmement diverses qui façonnent la représentation que nous nous faisons de notre corps. Par exemple, l'idée *dualiste*\* selon laquelle notre « esprit » est localisé dans notre tête et « commande » notre corps.

<sup>5</sup> VARELA (F.), THOMPSON (E.), ROSCH (E.), *L'inscription corporelle de l'esprit. Sciences cognitives et expérience humaine*, Paris, Seuil, 1993.

<sup>6</sup> LYOTARD (J.F.), *La phénoménologie*, Paris, PUF, collection « Que sais-je ? », 2004.

## Dualisme et monisme en théorie de l'esprit

La question des relations entre le corps et l'esprit a occupé et occupe encore de façon centrale la philosophie de l'esprit. La solution dite *dualiste* proposée par Descartes (1596-1650) consiste à considérer comme distincts, d'une part, le corps comme entité strictement matérielle, et d'autre part, l'âme comme entité immatérielle. Selon cette conception dualiste, l'âme « agirait » sur le corps considéré comme « machine ». À cette conception dualiste s'oppose une conception dite *moniste* qui connaît plusieurs variantes aujourd'hui. La conception moniste actuellement dominante est dite *matérialiste*. Elle stipule que toute activité humaine, quel que soit son aspect (motricité, pensée, langage...), repose en dernière analyse sur des processus matériels de type physico-chimiques.

Telle que l'instaure Husserl à l'aube du XX<sup>e</sup> siècle, la phénoménologie prolonge le projet cartésien : fonder une bonne fois pour toutes et de façon radicale la connaissance<sup>7</sup>. Elle promeut à cette fin une méthode qui consiste précisément à revenir au donné primordial, antérieur à tout savoir constitué, à toute déclinaison thématique (corps biologique, corps physiologique, corps énergétique, etc.), scientifique ou non. Le donné primordial, originaire\*, est celui de l'expérience vécue. L'essentiel de la phénoménologie ne consiste donc pas en une théorisation particulière, mais en un effort<sup>8</sup> pour penser l'expérience vécue en deçà des constructions théoriques qu'on lui assigne, pour « revenir aux choses mêmes », c'est-à-dire à la façon dont tout ce qui existe pour nous se donne dans une intuition\* primordiale.

Ainsi, dans ce qu'elle a d'originaire, l'expérience corporelle ne se donne pas sous les catégories de l'anatomie, de la physiologie ou de la biomécanique, non plus selon la distinction corps/esprit. Par exemple, lorsque nous effectuons un simple geste comme celui de fléchir le bras, nous ne le vivons pas comme la succession d'une *commande* de l'esprit séparée d'une *effectuation* de notre corps. En effet, nous pouvons fort bien *penser* séparément la *commande* de fléchir le bras, et sa *réalisation* proprement dite. Mais l'effort de mise en suspens invite précisément à laisser de côté ces idées de « commande » et de « réalisation », qui sont en quelque sorte des constructions théoriques (secondes) de l'acte « fléchir le bras », pour se concentrer sur le moment vécu de cet acte, et s'apercevoir qu'il ne contient pas de distinction de ce genre. À l'exception des cas pathologiques et de celui de l'opposition d'une résistance physique externe excessive, il est impossible de « fléchir son bras » et qu'il ne se fléchisse pas effectivement, il s'agit d'un seul et même phénomène.

---

<sup>7</sup> Ce lien entre le projet d'une phénoménologie transcendentale et le projet cartésien de trouver des fondements absolus pour la philosophie est présenté de manière très explicite par E. Husserl dans l'introduction de son ouvrage *Méditations cartésiennes* (Paris, Vrin, 1947).

<sup>8</sup> Il s'agit d'un effort car le penchant naturel de la pensée n'est pas de se tourner vers le contenu même de l'expérience vécue, mais plutôt vers les idées. Dans le cas de l'action par exemple, notre pensée n'est pas naturellement tournée vers le contenu de ce que nous ressentons en agissant mais vers les significations de nos actions, le but ou le résultat escompté notamment.

Comme le souligne M. Merleau-Ponty<sup>9</sup>, les rapports de la décision et du corps dans le mouvement sont des rapports magiques. L'auteur veut dire par là que ces rapports apparaissent comme magiques tant que l'on considère le corps comme mécanisme séparable d'une conscience qui le commande : d'un côté l'esprit siège d'une représentation du mouvement et de l'autre le corps comme organe exécutif de ce mouvement. Ce problème des rapports corps – esprit se résout si « l'on cesse de distinguer le corps comme mécanisme en soi et la conscience comme être pour soi »<sup>10</sup>. Par le corps, la conscience est au monde, elle est elle-même incarnée. Le mouvement corporel est ainsi accès de la conscience au monde. Autrement dit, le mouvement est l'intention même de la conscience engagée dans le monde. Il est polarisé par des significations qui sont l'actualité à chaque instant de ce que vise la conscience.

Le vocabulaire phénoménologique utilise le terme *immanence*\* pour désigner le flux continu de conscience dans lequel nous vivons à chaque instant et par lequel nous sommes en quelque sorte présents au monde : c'est-à-dire engagés au présent dans le monde, sur le mode d'une totalité indivisible. Ce terme d'immanence est opposé à celui de transcendance\*, qui désigne des entités, des existences, éventuellement des théories explicatives, qui ne sont pas contenues elles-mêmes dans l'expérience vécue. Dans des activités comme la danse ou la gymnastique, les acteurs parlent par exemple d'*énergie* comme d'une entité qui soutient le mouvement, ou le génère. Cette existence – de nature le plus souvent métaphorique – est transcendante dans la mesure où elle n'est pas proprement vécue. Ce qui est vécu serait plutôt certaines intentions ou sensations corporelles correspondant à des états toniques, des forces, des vitesses etc. Le terme d'énergie désigne une entité constituée qui est certes en relation analogique avec l'expérience vécue, mais qui n'est pas contenue en elle.

### **Phénoménologie de la perception**

Dans la mesure où la phénoménologie s'intéresse à la constitution\* de la réalité dans la conscience du sujet, elle fait de la perception un de ses thèmes majeurs. La constitution subjective de l'espace et du temps notamment apparaissent comme très importantes dans la mesure où elles structurent la façon dont nous percevons notre environnement. Les activités sportives sont riches du point de vue du déploiement du mouvement corporel dans l'espace. Mais l'espace dont il est question n'est pas celui (transcendant) de la géométrie euclidienne, l'espace objectif métrique et à trois dimensions. Pour les sportifs agissants, il s'agit d'un espace d'action subjectivement constitué au cœur même de l'action en train de se faire. Les catégories par lesquelles le sujet agissant l'appréhende sont de l'ordre de : haut / bas, devant / derrière, loin / près, etc. Selon cette dernière catégorie par exemple, la distance qui sépare le sujet des objets (un ballon, une cible, un joueur...) est une distance subjectivement vécue. Selon le niveau de pratique et les pouvoirs d'action afférents, une même distance métrique s'inscrit dans un réseau de significations qui instaure ou non l'appartenance de l'objet à l'espace d'action du joueur. Lorsqu'un objet est vécu comme lointain, il peut fort bien ne pas apparaître à la conscience de l'acteur comme objet *existant*. C'est ainsi qu'un partenaire pourtant démarqué à quelques mètres du joueur porteur de balle peut fort bien se situer au-delà de son horizon perceptif.

---

<sup>9</sup> MERLEAU-PONTY (M.), *Phénoménologie de la perception*, Paris, Gallimard, 1945.

<sup>10</sup> *Ibid.*, p.160.

La panoplie des objets qui existent dans la situation est à la fois constituée et constitutive du champ des actions possibles. Autrement dit, la situation a pour le joueur, un sens qui configure la façon dont le monde lui apparaît<sup>11</sup>.

Ainsi lorsqu'un joueur débutant ne *voit pas* un partenaire, il se peut qu'il ne le voie effectivement pas, bien que ce joueur entre dans son champ de vision<sup>12</sup>. L'expression « entre dans son champ de vision » signifie que l'image du partenaire s'imprime sur la rétine du joueur. Le préjugé du monde objectif s'imposant à la perception amènerait à dire que le partenaire est alors proprement vu mais non remarqué, par exemple parce qu'il se situe dans une région périphérique et non centrale du champ visuel. Mais le contenu de l'expérience vécue ne distingue pas entre le « non vu » et le « non remarqué » : le partenaire n'est tout simplement pas présent dans l'expérience. La lecture phénoménologique de cette *visibilité* de la situation par le sujet repose sur l'idée que le monde qui lui apparaît naturellement comme « objectif » ne cesse d'être constitué subjectivement. Chaque objet qui apparaît à la conscience est visé selon le sens d'une situation vécue par laquelle il existe pour le sujet. Ainsi, dans l'exemple de la situation de sport collectif évoquée, le partenaire qui n'est pas vu n'existe pas à ce moment-là pour le joueur, au sens où il n'est pas *intentionnellement* présent dans son espace d'action, c'est-à-dire au sens où le partenaire n'est pas un élément potentiellement présent dans le vécu actuel du sujet, il ne constitue pas un élément pouvant entrer dans la visée de sa conscience. Il ne s'agit donc pas d'une inattention, au sens psychologique du terme, ni même d'une perception lacunaire ou partielle de la situation, il s'agit de la situation telle qu'il peut la constituer à cet instant, c'est-à-dire du *sens* de ce qu'il vit, comme de la *réalité* de ce qui l'entoure.

---

<sup>11</sup> F. Varela parle de *couplage* entre le sujet et la situation. La part active du sujet dans la configuration de sens correspondant pour lui à la situation amène cet auteur à parler de *couplage asymétrique* : asymétrie dans la relation entre le sujet et la situation car la situation n'existe que pour un sujet telle qu'il la fait exister.

<sup>12</sup> On notera ainsi ici une distinction stricte entre les notions de « champ de vision » et celle d'« horizon perceptif ».

### L'intentionnalité phénoménologique

Dans son acception phénoménologique, l'*intentionnalité* désigne une propriété appartenant à l'essence de la conscience. Elle renvoie à l'idée que la conscience est toujours conscience de... quelque chose, c'est-à-dire qu'il ne peut y avoir de conscience sans un *ceci* dont on est conscient, et réciproquement, qu'il ne peut y avoir de *ceci* dont on est conscient, sans conscience : la conscience ne peut pas être imaginée si on lui retire *ce* dont elle est conscience. C'est dans ce sens que E. Husserl parle d'inclusion intentionnelle du monde dans la conscience : la conscience vise le monde et le constitue comme existant. Le monde et la conscience ne sont pas deux « réalités » extérieures indépendantes, ce que l'on appelle « le monde » (tous les objets en général qui existent pour nous) est le produit de la rencontre entre une conscience et son « entourage ». Il convient néanmoins de ne pas rapporter la conscience ainsi constituante de la réalité à l'unité strictement singulière d'une conscience individuelle. E. Husserl montre notamment dans la « cinquième méditation cartésienne » que le monde « objectif » est intersubjectivement constitué, c'est-à-dire que l'objectivité d'un phénomène résulte de la coordination intersubjective des consciences considérant ce phénomène : en intégrant dans mon expérience consciente l'expérience d'autres « *ego* », il devient possible de constituer le phénomène comme objectif<sup>13</sup>. Ainsi, si le monde est pour chaque sujet constitué à partir de ses engagements intentionnels, l'intersubjectivité rend en même temps possible l'existence d'un monde objectif unique.

### Expérience vécue et conscience corporelle

Parmi toutes les objectivités constituées, il en est une qui occupe un rôle primordial : le corps. En effet, c'est par une sorte d'aveuglement que l'on considère que notre corps *existe* comme « réalité physiologique », que notre esprit *existe* comme « réalité psychologique » et que le monde *existe* comme « réalité extérieure ». *Organisme corporel, pensée, objets extérieurs* ne sont pas des données, c'est-à-dire des réalités en soi indépendantes d'un moi qui les constitue. C'est néanmoins sur le socle de ces réalités constituées que le sens commun, et dans bien des cas, la science, font reposer l'explication de la perception : le monde agirait sur le corps qui à son tour permettrait à l'esprit de former des représentations. Réciproquement l'esprit piloterait le corps qui agirait sur le monde. Dans les deux cas, le corps serait un intermédiaire. Sa réalité serait celle d'une machine ayant un statut d'intermédiaire entre l'esprit et le monde.

Lorsque la phénoménologie invite à « revenir aux choses mêmes », c'est pour revenir à l'expérience vécue, au contact naïf et originaire avec le monde, en amont de la connaissance. Il s'agit de décrire l'expérience telle qu'elle est, sans l'encombrer des préjugés de l'existence de l'esprit *psychologique*, du corps *machine*, ni du monde *objectif*. Il nous faut nous séparer de l'*idée* de corps telle que nous l'avons constituée pour reprendre contact avec l'expérience perceptive. Dans l'expérience perceptive,

<sup>13</sup> Husserl (E.), « Cinquième méditation : détermination du domaine transcendantal comme 'intersubjectivité monadologique' », *Méditations cartésiennes*, Paris, Vrin, 1947.

le corps n'apparaît pas comme un objet constitué médiateur de la relation au monde. Dans l'expérience tactile par exemple, nous appréhendons directement l'objet au bout de nos doigts. Ce sont nos doigts qui atteignent l'objet dans une « conscience tactile » : l'objet est senti au bout des doigts et non pas au sein d'un esprit (ou d'un cerveau) qui sentirait des « informations » qui lui parviennent du corps.

Notre corps lui-même, en tant qu'objet, ne peut que très difficilement être comparé aux autres objets du monde. D'une part, loin d'être un simple objet parmi les autres objets du monde, notre corps est ce par quoi les autres objets peuvent exister pour nous : « le corps est notre moyen général d'avoir un monde »<sup>14</sup>. D'autre part, les objectivations de la science ne peuvent pas rejoindre le vécu phénoménal : par exemple, toutes les explications anatomiques, physiologiques, psychologiques qui concernent la vision n'atteignent pas la compréhension du phénomène « voir ». Fournir toutes les explications possibles de la vision humaine à un sujet non-voyant ne lui permettrait pas d'accéder à l'expérience perceptive qui consiste à *voir*. Ce point mérite d'être précisé. Dans son ouvrage intitulé « *La structure du comportement* », M. Merleau-Ponty montre qu'à l'instar de toute autre réalité constituée, le corps et l'esprit (ou le psychisme) sont des significations logiques, c'est-à-dire des idées<sup>15</sup>. Celles-ci doivent être distinguées des phénomènes du corps et de l'esprit, c'est-à-dire de la façon dont ils apparaissent dans l'expérience, en deçà de toute thématization qui les fait exister pour nous comme entité corps « machine » et entité esprit « psychique ». Lorsque nous l'appréhendons dans son expression phénoménale, notre corps ne nous est pas vraiment accessible comme « objet ». M. Merleau-Ponty s'appuie à plusieurs reprises sur l'exemple de la vision de notre propre regard dans le miroir pour montrer que nous ne pouvons jamais le saisir comme notre regard « regardant », tel qu'il est lorsque nous regardons naturellement. Nous le saisissons alors comme notre regard qui se regarde, notre « vrai » regard nous échappant sans cesse. Et même lorsque nous sommes en présence d'une photographie nous montrant notre regard naturel, nous le saisissons alors « comme un autre » regard. Celui que nous vivons « à l'intérieur » (de façon immanente) en regardant effectivement, demeure quant à lui à jamais insaisissable par nous-mêmes.

En tant qu'objet constitué, comme les autres objets du monde, notre corps est une signification. Rapportée à l'expérience corporelle vécue, cette signification ne pourra toutefois que rester lacunaire et ne peut convenir pour rendre compte de l'expérience vécue. Par exemple, toute entreprise voulant faire de la perception un effet du fonctionnement cérébral est, du point de vue phénoménologique, vouée à l'échec, car le cerveau est une signification idéale (transcendante, constituée) alors que le vécu perceptif est un phénomène (immanent, constituant). Or, une signification constituée ne peut être la cause du vécu perceptif immanent. Ce n'est pas notre cerveau qui construit l'expérience d'une perception, mais notre perception est d'emblée expérience perceptive, corporelle. Autrement dit, c'est l'expérience perceptive constituante qui révèle le corps comme existence, et faire de cette existence constituée la cause de la perception reviendrait à engendrer du *percevant* avec du *perçu*, à s'inscrire dans une sorte de cercle tautologique (l'effet et la cause s'engendrent mutuellement). Néanmoins, cette façon naturelle de considérer le corps, l'esprit, le monde, ainsi que leurs rapports, ne cesse de

---

<sup>14</sup> MERLEAU-PONTY (M.), *op.cit.*, p.171

<sup>15</sup> MERLEAU-PONTY (M.), *La structure du comportement*. Paris, Vrin, 1942.

nous apparaît comme réelle. La phénoménologie se donne justement comme tâche philosophique d'élucider ce que la conscience naturelle vit naïvement, la façon dont elle constitue la réalité.

#### Michel Henry et le corps subjectif

La phénoménologie husserlienne amène à considérer d'un côté le donné immanent qui est articulé dans une visée de la conscience, et d'un autre côté le monde ainsi constitué comme réalité. Le point de vue de M. Henry rejette cette dualité et affirme que l'apparaître originaire immanent est déjà une constitution de la réalité<sup>16</sup>. Lorsqu'il traite de la réalité de notre propre corps notamment, Michel Henry la fonde dans l'expérience corporelle même. Pour lui, l'expérience corporelle ne consiste pas à « avoir un corps », mais à « être un corps ». Le donné simple et immédiat de l'expérience corporelle, dans sa phénoménalité propre, ne pose pas le corps comme étant l'objet d'une expérience, mais comme étant l'expérience elle-même. « Je suis un corps » signifie que le corps est identique avec le sujet de toute expérience. On ne fait pas l'expérience de son corps mais on est corporellement engagé dans l'expérience. Lorsque je fais un mouvement quelconque, de façon indissociable, mon corps accomplit ce mouvement, et mon mouvement accomplit mon corps : mon corps se révèle à moi en même temps qu'il est constitutif de mon expérience. En tant qu'il est par essence mouvement, le corps nous met en présence de toutes choses, y compris de lui-même, il est le foyer originaire de toute existence possible.

#### L'expérience corporelle dans l'action

De quoi est-on conscient lorsqu'on agit ? Dans le pur présent de l'agir, être conscient ne consiste pas à penser son action. Si on ne cesse d'être conscient en agissant, « conscient de... » au sens husserlien, ce que vise la conscience dans le cas de l'action est un changement dans le monde à *travers* un changement dans le corps et non la constitution de telle ou telle représentation des événements dans l'esprit du sujet. Si Husserl a souhaité conjuguer toutes les fonctions de la conscience sur le mode de l'intentionnalité, il faut admettre que lui-même comme ses successeurs ont accordé la primeur des études, et surtout des exemples, à la perception et à la constitution des objets de connaissance. Comme le mentionne P. Ricœur (1950, p. 10), « *La difficulté est grande ici de reconnaître la structure intentionnelle de la conscience lorsqu'elle est une action effective, une action effectuée* »<sup>17</sup>. L'action diffère essentiellement de la pensée par son mode d'inscription dans le monde : l'action crée un événement dans le monde. Le présent de l'agir est le *remplissement intentionnel* d'un

---

<sup>16</sup> HENRY (M.), *Philosophie et phénoménologie du corps. Essai sur l'ontologie biranienne*, Paris, PUF, 1965.

<sup>17</sup> RICOEUR (P.), *Philosophie de la volonté. I. Le volontaire et l'involontaire*, Paris, Aubier, 1950/1988, p.10.

projet<sup>18</sup>. Agir serait alors de l'ordre d'un pouvoir, le pouvoir de produire des événements dans le monde, et donc une certaine forme de relation intentionnelle du sujet au monde. Pour la distinguer de l'intentionnalité théorique qui vise des objets de connaissance, on peut parler d'intentionnalité pratique pour désigner le rapport de l'agir au terme de l'action (l'action qui *remplit* le projet).

Comme dans le cas de la perception, la visée intentionnelle de l'action est constitutive de la réalité. Le monde qui apparaît comme monde réel d'actions possibles est un monde polarisé par les projets de transformation. Il est important de remarquer ici que l'intentionnalité motrice est aussi bien un *pouvoir* qu'un *vouloir*. Ainsi dans les situations sportives par exemple, les intentions motrices ont une sorte d'accessibilité « limitée » à la conscience. Autrement dit, les intentions motrices du sujet ont pour horizon ses pouvoirs moteurs. Il ne s'agit donc pas essentiellement de concevoir ou de se représenter correctement une action pour pouvoir la réaliser. En gymnastique par exemple, agir tête en bas et pieds en haut ne réclame pas de représentation ou de conceptualisation adéquate de la situation, ni même essentiellement d'organiser correctement certaines opérations motrices particulières, mais de constituer progressivement un certain pouvoir moteur par l'habitude<sup>19</sup>. Les intentions pratiques qui caractérisent les habiletés gymniques du type Appui Tendus Renversés ou saut de main notamment, reposent sur ce genre de pouvoir moteur acquis par la répétition.

La question de savoir ce que vise la conscience dans le cas de l'agir reste entière. Vise-t-elle le geste ou le mouvement corporel, ou bien le résultat de l'action inscrit dans le projet ?<sup>20</sup> Nous avons dit plus haut que la conscience visait un changement dans le monde à *travers* un changement dans le corps. Ceci signifie que l'action *traverse* le corps<sup>21</sup> ; on ne s'occupe pas de son corps en agissant mais de la transformation opérée sur le monde. L'objet de l'action est ainsi le symétrique de l'objet de la perception : dans les deux cas, la conscience vise le monde à *travers* le corps. Certains apprentissages nécessitent néanmoins une attention au corps et il devient alors lui-même l'objet de la visée intentionnelle. C'est qu'il fait momentanément défaut en tant qu'*organe de l'agir*<sup>22</sup> : défaut de force, de coordination, d'équilibre sur lesquels la conscience doit se pencher. La médiation du corps n'allant plus de soi, le mouvement lui-même est visé et devient l'objet intentionnel. Mais l'action réussie réclame que le corps-organe de l'agir retourne à la transparence et que la conscience reste entière à l'objet même de l'action, à la transformation visée dans le monde.

La question de l'instrument prolongeant le corps peut être pensée dans la même lignée phénoménologique. Le bâton, l'épée, la raquette sont des instruments qui sont véritablement des

---

<sup>18</sup> *Ibid.*

Le terme de remplissement renvoie à la métaphore du vide et du plein. Une intention comme un désir, un projet, une crainte, reste vide tant qu'elle n'est pas remplie par des intuitions sensibles correspondantes. Alors que l'intention vide correspond à une pensée, une signification sans présence, le remplissement par l'intuition sensible engage l'expérience corporelle, fusionne le réel et la pensée.

<sup>19</sup> Dans les termes de leur vocabulaire professionnel, les entraîneurs ou enseignants disent que le gymnaste acquiert ou construit des « repères ».

<sup>20</sup> Dans certains cas, si ce n'est dans la plupart, le but ou résultat escompté de l'action se détermine en partie en cours d'action. Le lien de l'intentionnalité au projet n'est donc pas une question de temporalité mais plutôt de sens.

<sup>21</sup> RICOEUR (P.), *op.cit.*

<sup>22</sup> *Ibid.*

prolongements du corps à partir du moment où ils l'ont intégré en tant qu'organe de l'agir : ils deviennent eux aussi transparents dans leur fonction de médiation à l'objet de l'action, c'est-à-dire à la visée de transformation du monde. Incorporé au corps-organe de l'agir, l'instrument appartient au volume du corps qu'il convient du coup de considérer comme variable et non « objectivement » déterminé par l'enveloppe corporelle stricte<sup>23</sup>. C'est encore l'habitude qui manifeste cette capacité adaptative de l'Homme. Selon M. Merleau-Ponty, « *l'habitude exprime le pouvoir que nous avons de dilater notre être au monde, ou de changer d'existence en nous annexant de nouveaux instruments* »<sup>24</sup>.

La conscience peut ainsi parcourir différents « étages » dans la constitution de l'objet de l'agir : l'instrument (par exemple en tennis, la raquette : sa position, la façon de la tenir, l'estimation de la distance du tamis à la main, etc.), le mouvement (par exemple le déplacement du bras dans un coup droit), le projet de transformation dans le monde. Ce dernier peut lui-même être échelonné en degrés de globalité. Pour l'exemple du tennis, le terme le plus global du projet de l'action peut être de vaincre son adversaire, à un degré moindre, par exemple de le prendre de vitesse, et à un degré encore moindre, de renvoyer la balle à tel endroit, selon telle trajectoire, telle vitesse, etc.

La structure complète de l'action correspond à l'ensemble de ces objets possibles : c'est-à-dire à autant de façons possibles de répondre à la question : que fais-tu ? (je tiens ma raquette comme ceci ; je fais tel mouvement ; je renvoie à contre pied de mon adversaire ; je le prends de vitesse ; etc.). Ricœur relève que lorsque l'attention se déplace de l'objet de transformation vers le mouvement, le sens de l'action se modifie.

Comprendre l'expérience corporelle en « revenant aux choses mêmes », c'est-à-dire au niveau de l'expérience vécue oblige à quitter l'attitude naturelle qui consiste à considérer le monde, notre corps lui-même comme objet du monde, et nos instances psychiques (volontés, désirs, etc.) comme des entités séparées et causalement reliées. Revenir à la sphère du vécu consiste à revenir à l'expérience immédiate, à la couche sensible, profondément incarnée du vécu. Il s'agit de retrouver l'expérience corporelle dans ce qu'elle a d'originaire, avant qu'elle soit devenue *pensée* de cette expérience. Dénouer les fils intentionnels, comme dit M. Merleau-Ponty revient ainsi à remonter en-deçà de l'expérience comme événement dans le monde, pour visiter l'absolu du sens naissant de l'expérience corporelle, c'est-à-dire de l'être au monde.

---

<sup>23</sup> Regardé comme un objet parmi les autres, le corps paraît délimité par la frontière de la peau. Subjectivement vécue, cette frontière est un horizon et la limite du corps une existence constituée.

<sup>24</sup> MERLEAU-PONTY (M.), *La phénoménologie de la perception, op.cit.*, p.168.

## Questions sur le texte

- Quel est le point de vue particulier de la phénoménologie sur l'expérience ?
- Que signifie « la perception est indissociable de la visée intentionnelle du sujet » ?
- Pourquoi, dans la perspective phénoménologique, l'intersubjectivité est-elle la condition de l'existence du monde objectif ?
- En quoi notre corps ne peut-il être pour nous un objet comme un autre ?
- Pourquoi la conscience de notre corps n'est-elle pas toujours requise dans l'action ?

## Lexique

**Conscience** : donnée fondamentale et primitive de notre pensée, à la racine de toute connaissance (la phénoménologie insiste sur la façon dont la conscience nous met en présence du monde et de nous-même).

**Constitution (de la réalité)** : processus par lequel la conscience construit la réalité du monde, l'objectivité du monde étant en fin de compte la conscience subjective qu'on en a.

**Dualisme** : système de pensée construit sur l'opposition entre deux notions ou principes constitutifs d'une réalité.

**Donné primordial (ou originaire)** : désigne ce qui est proprement vécu et l'objet d'une intuition sensible dans le flux de l'expérience, et sur la base de quoi toute signification ultérieure sera constituée.

**Enaction** : renvoie au caractère émergent de la cognition au cours de l'action (le monde est enacted signifie que ses propriétés émergent pour nous en même temps que nous agissons et attribuons un certain sens à nos actions).

**Incarnée (expérience)** : expression signifiant que toute expérience n'est possible que par et à travers le corps.

**Intentionnalité** : désigne le fait que toute conscience est toujours orientée vers un objet, actuellement ou potentiellement présent.

**Immanence** : désigne ce qui existe à l'intérieur même des êtres (le caractère immanent de l'expérience est le pur présent de la conscience au moment où nous la vivons).

**Phénoménal** : qui se rapporte au phénomène, c'est-à-dire à la façon dont toute expérience vécue apparaît à la conscience.

**Objectivité** : désigne l'objet tel qu'il est constitué dans la conscience et non une réalité en soi, indépendante de l'être pensant qui l'appréhende.

**Phénomène** : ce qui apparaît à la conscience quand nous vivons une expérience.

**Phénoménologie** : démarche philosophique cherchant à comprendre l'essence du monde par l'analyse de ses manifestations accessibles à la conscience du sujet.

**Qualia (quale au singulier)** : caractères qualitatifs de l'expérience, effets subjectifs ressentis et appréhendés par intuition sensible directe (couleur, son, etc.).

**Réflexivité** : désigne le mouvement de la conscience qui se tourne vers elle-même, mouvement par lequel la conscience vise un objet déjà constitué dans la conscience.

**Transcendance** : désigne le mouvement de la conscience qui « sort d'elle-même », c'est-à-dire du pur vécu, pour viser et atteindre la réalité du monde.