



**HAL**  
open science

## Vivre et penser son corps à l'adolescence

Eric Delassus

► **To cite this version:**

Eric Delassus. Vivre et penser son corps à l'adolescence. Ados : bien dans leur corps, bien dans leur tête, Mar 2016, Orléans, France. hal-01294154

**HAL Id: hal-01294154**

**<https://hal.science/hal-01294154>**

Submitted on 30 Mar 2016

**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.

## Vivre et penser son corps à l'adolescence

Éric Delassus

*Conférence donnée le 25 mars 2016 au Nouvel Hôpital d'Orléans dans le cadre de la Semaine d'Information sur la Santé Mentale – Rencontre organisée par la Maison des Adolescents d'Orléans.*

Il est toujours délicat d'intervenir en tant que philosophe pour traiter d'un sujet qui est fortement investi par d'autres disciplines et que la philosophie a finalement peu traité. Si l'on excepte peut-être Saint Augustin qui dans ses *Confessions* décrit l'adolescence comme l'âge des tourments que le corps inflige à l'âme en l'attirant vers des plaisirs infernaux :

J'étais adolescent ; je brûlais de me rassasier de plaisir infernaux, j'eus l'audace de m'épanouir en des amours changeantes et ténébreuses ; et « ma beauté se flétrit » et je ne fus plus que pourriture à vos yeux, pendant que je me complaisais en moi-même et voulais plaire aux yeux des hommes<sup>1</sup>.

Si l'on excepte également Rousseau, qui dans son traité d'éducation consacre environ deux cents pages l'adolescence d'*Émile*. L'adolescence étant perçue par Rousseau comme l'âge au cours duquel s'éveille le désir et toutes les tendances passionnelles, il s'interroge sur la manière d'orienter positivement ces mouvements de l'âme. Il s'agit de procéder de manière non-directives, en laissant la nature s'exprimer librement, mais de manière à ce que se développent des sentiments comme la pitié ou la sympathie qui permettront à Émile de devenir un individu apte à entrer progressivement dans la société et à entretenir des rapports harmonieux avec ses semblables :

L'adolescence n'est l'âge ni de la vengeance ni de la haine ; elle est celui de la commisération, de la clémence, de la générosité. Oui, je le soutiens et je ne crains point d'être démenti par l'expérience, un enfant qui n'est pas mal né, et qui a conservé jusqu'à vingt ans son innocence, est à cet âge le plus généreux, le meilleur, le plus aimant et le plus aimable des hommes<sup>2</sup>.

À part ces deux exemples, la question de l'adolescence ne semble, à ma connaissance, n'avoir été que très peu théorisée sur le plan philosophique. La philosophie ayant trop souvent tendance à parler de l'homme comme si, en tant qu'individu, il n'avait pas d'histoire, ou comme s'il ne présentait d'intérêt qu'une fois adulte.

---

<sup>1</sup> Saint Augustin, *Les confessions*, Livre deuxième, Chapitre premier, Traduction préface et notes par Joseph Trabucco, Garnier-Flammarion, 1964, p. 37.

<sup>2</sup> Jean-Jacques Rousseau, *Émile*, Livre IV, Édition publiée sous la direction de Bernard Gagnebin et Marcel Raymond, Bibliothèque de la Pléiade, Gallimard, 1969, p. 503.

En conséquence, la difficulté à laquelle je dois faire face devant vous, aujourd'hui, consiste à traiter ce sujet en tant que philosophe, et plus particulièrement à réfléchir philosophiquement sur la manière dont l'adolescent vit son corps. En effet, si les apports de la psychologie en ce domaine sont indispensables, je n'ai, d'une part, ni la légitimité, ni les compétences suffisantes pour traiter cet aspect de la question et, d'autre part, je me dois, en tant que philosophe, de proposer un autre regard sur le rapport qu'entretient l'adolescent avec son corps. Un regard, certes nourri des connaissances que la psychologie apporte, mais un regard néanmoins différent.

Aussi, la question que je serai tenté de poser est la suivante : Que peut apporter au philosophe que je suis la connaissance de l'adolescence et quel peut être ma contribution de philosophe à une réflexion sur l'adolescence ?

À la question de savoir ce que la connaissance de l'adolescence peut apporter à la philosophie, il me semble que l'on peut répondre que l'adolescence fournit un terrain particulièrement riche pour nourrir une réflexion sur le corps et sur la question des rapports entre le corps et l'esprit. La problématique de l'adolescence apparaît, en effet, et je ne fais ici preuve d'aucune originalité en l'affirmant, comme s'articulant principalement autour de la question du corps.

En effet, si l'adolescence ne se réduit pas à la puberté, c'est principalement avec elle qu'elle commence, et principalement avec tous les changements que celle-ci entraîne. Changements qui sont fondamentalement corporels, mais qui, pour cette raison, sont aussi fondamentalement psychiques ou mentaux. En effet, le corps d'enfant disparaît pour laisser la place à un corps plus sexué, un corps dont la taille augmente soudainement, dont les formes se dessinent, un corps qui produit de nouvelles sécrétions et de nouvelles sensations, un corps qui ne se perçoit plus comme sujet, mais qui a le sentiment d'échapper à lui-même, de ne plus se contrôler, un corps qui n'est plus maître de lui-même et qui ne se contrôle plus. Un corps qui ne se perçoit plus comme il se percevait auparavant, mais qui, également, n'est plus perçu de la même façon par autrui. Ce corps peut, en effet, devenir désirable, il devient un signifiant sexuel et peut ainsi se transformer en objet du désir de l'autre. Tous ces changements sont, en général, vécus comme une souffrance, si l'on entend par souffrance non seulement la douleur, mais aussi et surtout le fait de subir, le fait de vivre passivement un changement dont on est l'objet. Comme l'écrit Annie Birraux :

L'adolescent a des raisons légitimes de souffrir. Il perd son corps d'enfant et les privilèges qui lui étaient associés, il perd sa mère protectrice. Il mesure la fragilité de son moi face

aux menaces du monde extérieur, et l'impossible recours, désormais, aux parents. Il découvre aussi la dangerosité de son monde interne, de ses désirs et des conflits que ceux-ci font naître en même temps que le registre nouveau et angoissant de leur nature. Si l'on décline ces raisons dans son contexte environnemental, ce sont toutes les situations d'insécurité, de frustration, de mésestime de soi qui décupleront l'expression de son malaise<sup>3</sup>.

En un sens, on pourrait dire que l'adolescence est la preuve même de la pertinence de la formule cartésienne qui dit que l'esprit n'est pas dans le corps « tel un pilote en son navire ». L'adolescent n'a, en effet, plus l'impression d'être à la barre et cette impression est bien la preuve que le psychisme, ou l'esprit, n'est pas indifférent à la vie du corps, mais qu'il en est plutôt le reflet. En effet, ce que nous permet de mieux saisir la question du corps chez l'adolescent, c'est que nous n'avons pas un corps, mais que nous sommes ce corps. Chaque homme est un corps, un corps sentant et senti, ou, pour reprendre les analyses de Maurice Merleau-Ponty dans la *Phénoménologie de la perception*, un corps touchant et touché qui éprouve dans sa chair tant son fonctionnement interne que les interactions qu'il entretient avec les autres corps avec lesquels il entre en contact.

C'est d'ailleurs pour cette raison que le dualisme cartésien trouve certainement ses limites face à la problématique de l'adolescence. En effet, pour Descartes le corps et l'esprit participent de deux substances distinctes qui sont capables d'interactions réciproques. Cette thèse dont il développe les conséquences dans son *Traité sur les passions de l'âme* le conduit à penser que l'âme est sujette aux passions lorsqu'elle subit l'action du corps et qu'elle agit lorsqu'elle parvient par la volonté à renverser la tendance et à agir sur le corps afin de le domestiquer en exerçant son emprise sur le corps. Non pas que Descartes méprise les passions, elles peuvent être bonnes, à la condition d'être tempérées par l'action de l'âme. L'esprit doit, en un certain sens, agir comme le cocher qui dirige son attelage, ne pas le retenir excessivement, sinon il n'avance pas, mais ne pas non plus le laisser s'emballer. Les passions sont le moteur de l'action, mais à la seule condition que l'esprit ou l'âme soit au commande.

Cette conception des rapports entre le corps et l'esprit pose un problème d'ordre métaphysique sur lequel je ne m'étendrai pas, mais qu'il faut quand même évoquer, car il n'est pas sans rapport avec notre sujet et la manière dont l'adolescent vit son corps.

En effet, toute la théorie cartésienne des rapports entre l'esprit et le corps, entre le psychique et le physiologique, repose sur la possibilité d'une interaction entre ces deux instances qui relèvent pour lui de deux substances de nature distincte, c'est-à-dire totalement hétérogènes l'une à l'autre. En effet, celle dont l'esprit participe, la substance pensante, est immatérielle,

---

<sup>3</sup> Annie Birraux, *L'adolescent et son corps*, Albin Michel, 2013.

tandis que l'autre, celle qui concerne le corps, la substance étendue, est matérielle. On voit donc mal comment la pensée peut mouvoir la matière et la matière produire la pensée. On comprend mal, comment la volonté que Descartes qualifie de « force d'âme » peut exercer sur le corps une action qui permettrait de l'obliger à se comporter en accord avec ce que la raison lui dicte. Comme le fait remarquer Annie Birraux, ce dualisme est au cœur de notre vision occidentale :

De tout temps, en effet, cette conception dualiste du sujet humain est celle sur laquelle se sont édifiées nos certitudes occidentales, même si quelques tentatives monistes essaient épisodiquement d'en venir à bout<sup>4</sup>.

Et cela n'est pas sans incidences sur la vie de l'adolescent et sur l'attitude des adultes à son égard. En effet, nous avons, en tout cas dans notre culture, spontanément tendance à vivre et à penser en adhérant implicitement à ce schéma et en nous imaginant que nos échecs sont le plus souvent dus à un défaut ou une faiblesse de la volonté, ce qui a d'ailleurs pour effet de cultiver en nous la culpabilité et un terrible sentiment d'impuissance. Or, c'est précisément ce sentiment d'impuissance que ressent l'adolescent quand les adultes, face à des comportements qu'ils ont parfois des difficultés à comprendre, ou face à ce qu'ils qualifient parfois un peu trop rapidement de paresse, lui demande de faire un effort, de changer, de manifester une volonté plus ferme. Or, le plus souvent, l'adolescent ne demande que cela, mais son problème est de n'y point parvenir. Aussi, face à de telles injonctions, l'adolescent est-il souvent mis face à sa propre impuissance et le sentiment que cette dernière lui inspire s'en trouve alors renforcé. Le sentiment qu'il a d'être dominé par un corps qu'il ne maîtrise pas, ajouté aux injonctions souvent paradoxales que lui adresse le monde adulte – tel l'impératif « soit autonome » - ne font qu'aggraver son cas et ne lui procure aucune véritable solution.

Aussi, si l'adolescence fournit un exemple particulièrement pertinent à la philosophie pour penser le rapport entre l'esprit et le corps, nous invite-t-elle à penser ce rapport selon un autre modèle que le modèle cartésien. Autrement dit, selon un modèle moniste qui ne dissocie pas l'esprit et le corps, mais qui aurait plutôt tendance à les réunir et à considérer qu'il ne s'agit pas de deux choses distinctes, mais d'une seule et même chose perçue de deux manières différentes, ou de deux expressions distinctes d'une seule et même réalité. Ce modèle, c'est celui que nous propose Spinoza, autre philosophe du XVII<sup>e</sup> siècle, qui, percevant les impasses auxquelles conduit la solution cartésienne, développe la thèse selon laquelle l'esprit n'est pas distinct du corps, mais est « l'idée du corps » :

---

<sup>4</sup> Annie Birraux, *L'adolescent et son corps*, op. cit.

L'objet de l'idée constituant l'esprit humain est le corps, autrement dit une manière d'être de l'étendue précise et existant en acte et rien d'autre<sup>5</sup>.

Autrement dit, matière et esprit, corps et esprit ne sont plus deux réalités différentes et indépendantes l'une de l'autre, deux substances distinctes, mais deux aspects, deux expressions, mais aussi deux perceptions, d'une seule et même réalité. Ainsi, tout homme est un individu unique et unifié, une singularité qui se perçoit comme corps et comme esprit. Si l'esprit est, en effet, idée du corps, il n'est pas, bien évidemment idée du corps en général, il n'est pas idée d'un corps-objet. L'esprit d'un individu n'est autre que l'idée de son corps, c'est-à-dire l'idée du corps vécu, de ce que l'on appellerait aujourd'hui le corps propre. Le propre de l'homme est d'avoir conscience de cette idée dont on va voir qu'elle lui pose en général problème parce qu'elle n'est pas une idée adéquate, c'est-à-dire parce qu'elle n'est jamais totalement et parfaitement l'expression de la seule nature de ce corps, mais qu'elle est aussi expression de la manière dont ce corps est affecté par tout un ensemble de causes internes ou externes qui agissent sur lui. Comme l'écrit un commentateur de la pensée de Spinoza, Alexandre Matheron :

L'âme est l'idée du corps existant en acte. Mais elle n'a pas l'idée du corps existant en acte (...). L'âme en tant que telle ne connaît donc pas le corps. Pourtant, elle le connaît par un autre biais : grâce aux événements qui lui arrivent. Puisqu'elle a les idées des affections du corps, et puisque ces idées enveloppent la nature du corps, elle perçoit le corps en percevant ces affections : tel est le seul moyen qui lui soit donné de prendre conscience de son objet<sup>6</sup>.

Pour dire les choses plus simplement et en d'autres termes, si l'esprit ou l'âme est l'idée du corps, cette idée ne connaît pas son objet par lui-même, mais par les effets que produisent sur lui les facteurs internes ou externes qui agissent sur lui et le modifient. Ainsi, l'esprit de l'adolescent n'est autre que l'idée de son corps, mais cette idée, cette perception consciente du corps n'est pas claire, elle manque de cohérence parce qu'elle n'est le plus souvent que la perception consciente des affections, autrement dit, des modifications que subit le corps, sans qu'il y ait conscience ou connaissance des causes qui produisent ces effets. En conséquence, l'adolescent, comme chacun d'entre nous d'ailleurs, est totalement son corps tout en étant totalement son esprit, le psychique et le physiologique ne s'opposent plus, ils sont réunis, mais selon une union qui demande pour gagner en perfection à accéder à un degré supérieur de conscience d'elle-même que seule peut produire la réflexion.

---

<sup>5</sup> Spinoza, *Éthique*, Deuxième partie, Proposition XIII.

<sup>6</sup> Alexandre Matheron, *Individu et communauté chez Spinoza*, Les Éditions de Minuit, 1988, p. 68.

L'adolescence apparaît donc comme un exemple particulièrement éclairant pour illustrer cette conception de l'unité de l'esprit et du corps que défend Spinoza. L'esprit de l'adolescent ressent des affects qui ne sont autres que le reflet de l'idée que l'adolescent se fait de son corps ou plutôt des affections que subit son corps, ce dernier n'étant perçu qu'à travers les affections qu'il subit. Cela confirme d'ailleurs une autre thèse de Spinoza, celle selon laquelle, il n'y a pas de séparation entre les idées et les affects, entre l'intellectuel et l'affectif. Nos idées, écrit Spinoza dans l'*Éthique*, ne sont pas « des peintures muettes sur un panneau ». En d'autres termes à la perception que l'adolescent se fait de son corps, la conscience qu'il en a, c'est-à-dire à l'idée de son corps sont corrélés des affects qu'il ressent comme des sentiments d'impuissance, tant qu'il n'est pas parvenu à comprendre que ces affects sont l'expression de la relation nécessaire qu'il entretient avec les autres corps qui l'entourent. Tant qu'il ne s'est pas approprié son corps en le pensant en cohérence avec celui qui était le sien auparavant et dont il reste des traces dans sa mémoire et son imagination, son esprit se trouve comme tiraillé entre ce corps qu'il n'est plus et celui qu'il est en train de devenir. Spinoza lui-même avait déjà perçu et décrit cette tendance par laquelle le corps de l'enfant doit changer en corrélation avec un esprit qui doit être le reflet de ces transformations :

Dans cette vie nous faisons donc avant tout effort pour que le corps de l'enfance, autant que sa nature le supporte et y contribue, change en un autre qui soit apte à beaucoup de choses, et se rapporte à un esprit qui soit conscient de soi, de Dieu et des choses<sup>7</sup>.

Il convient de préciser que lorsque Spinoza parle de Dieu, il s'agit de la Nature, c'est-à-dire pour lui du réel dans sa totalité. Mais, au-delà de cette précision, ce qui est intéressant dans ce texte, c'est qu'il souligne bien qu'à l'issue de l'enfance le corps change quasiment de nature. Or, c'est justement cette métamorphose, qu'illustre d'ailleurs magistralement sur le plan littéraire un auteur comme Kafka, qui est au cœur de toutes les difficultés propres à l'adolescence. Aussi, ce dernier a-t-il le sentiment de vivre à l'intérieur d'un corps qui n'est pas le sien, ou d'un corps qu'il ne possède pas encore pleinement. Comme le soulignent Yves Jacquet et Patrice Huerre dans un livre publié sous la direction de Philippe Jeammet :

Ainsi, à partir d'éléments nouveaux comme les transformations corporelles, un décalage s'établit entre l'image de soi et le corps réel, comme entre la sexualité possible physiquement et impossible à assumer. Cet écart provoque une certaine angoisse, elle-même génératrice de changements<sup>8</sup>.

---

<sup>7</sup> Spinoza, *Éthique*, Cinquième partie, Scolie de la proposition XXXIX.

<sup>8</sup> Yves Jacquet et Patrice Huerre, « Transformations », in *Adolescences – Repères pour les parents et les professionnels*, La découverte, 2004, p. 24.

Cet aspect du problème permet également de saisir en quoi la problématique de l'adolescence est aussi une problématique d'identité, car l'adolescence a trop souvent le sentiment de se percevoir et d'être perçu négativement par son entourage, d'être toujours situé entre ce qu'il n'est plus et ce qu'il n'est pas encore sans parvenir à saisir ce qu'il est vraiment. Comme l'écrit Annie Birraux :

Le jeune pubère sait qu'il n'est plus un enfant puisque son corps s'est modifié et qu'il entend constamment dans les propos de ses parents ou de ses maîtres : « Ne fais pas l'enfant », « Tu n'es plus un enfant ». Cependant, il ne sait pas encore qui il est : il est un « pré-quelqu'un » »

Son esprit est encore l'idée d'un corps qu'il n'a plus et pas encore totalement celle du corps qu'il est. Il lui faut donc apprendre à mieux penser son corps pour mieux le vivre et comme cette démarche ne peut pas être purement intellectuelle, car il faudrait qu'il ait déjà suffisamment assumé son corps psychiquement pour pouvoir en faire l'objet de sa réflexion, c'est-à-dire, pour parler comme Spinoza pour produire une idée de l'idée de son corps, ce n'est qu'en vivant ce corps qu'il va parvenir à mieux le penser, c'est-à-dire à mieux le percevoir psychiquement. On comprend mieux ainsi pourquoi les adolescents sont fréquemment tentés de mettre leur corps à l'épreuve, en imposant parfois à ce corps des traitements qui peuvent paraître inutilement pénibles ou déraisonnables, mais c'est pour eux le moyen de construire une idée plus cohérente de leur corps, c'est-à-dire de se construire psychiquement. Quand ce n'est pas une tentative pour se venger de ce corps qui les fait souffrir en lui infligeant une autre forme de souffrance dont ils sont les auteurs.

C'est donc en élaborant une idée, sinon plus adéquate de son corps, ce qui est impossible, mais plus cohérente, qu'il parviendra à se l'approprier. Tâche, on ne peut plus difficile à accomplir de nos jours en raison des rapports très problématiques que nous entretenons avec le corps. On a beau nous faire croire que le corps, aujourd'hui, s'est libéré et qu'il n'est plus soumis aux contraintes ou aux inhibitions qu'il devait subir auparavant, d'autres exigences s'imposent à lui tout aussi tyranniques et peut-être même encore plus tyranniques parce que plus insidieuses. Rien de pire en effet que les contraintes qui prennent l'apparence de la liberté.

En effet, le corps fut longtemps maltraité ou méprisé, parce qu'il était perçu comme le siège de nos passions jugées les plus viles. Comme l'écrit Annie Birraux :



Nos cultures occidentales ont été ainsi longtemps imprégnées de cette conviction que le corps était l'ennemi de l'âme dans la mesure où celle-ci en substance devait échapper aux contraintes d'une finitude terrestre<sup>9</sup>.

On pourrait donc penser que cette vision du corps n'étant plus d'actualité, ce dernier est désormais totalement libre et affranchi de toute contrainte. En réalité, il n'en est rien, le corps fait aujourd'hui l'objet d'un culte étrange, dans la mesure où l'on semble préférer de nos jours au corps réel, un corps fantasmé, un corps idéalisé et tellement normé qu'il est perçu comme un horizon inaccessible. On peut d'ailleurs se demander si notre société qui adore un tel corps invite vraiment les individus à aimer leur corps. Ce culte du corps n'est-il pas plutôt la manifestation d'une véritable haine du corps, du corps réel, du corps vécu, avec ses imperfections, ses aspérités et ses excroissances, au nom d'un corps prétendu parfait, mais lisse et insipide. D'un corps que l'on prétend adorer, mais que l'on prive de nombreux plaisirs pour nourrir l'espoir qu'il puisse un jour atteindre cette apparence idéale que lui font miroiter les médias en lui présentant des stars photoshopées, qui ne sont que des icônes irréelles. Ce « nouveau culte du corps », qui a été magistralement étudié par le philosophe Yannis Constantinidès dans un livre récent, n'est peut-être finalement que l'expression d'une nouvelle forme de haine du corps. Yannis Constantinidès, dans son livre : *Le nouveau culte du corps*, en arrive finalement à se demander si nous ne souffrons pas tous aujourd'hui de dysmorphophobie, c'est-à-dire d'une insatisfaction obsessionnelle relative au corps qui est le nôtre. Aujourd'hui personne n'est satisfait du corps qu'il a et souhaiterait toujours avoir un autre corps que le sien, plus mince, plus musclé, plus jeune... Voici ce qu'écrit Yannis Constantinidès dès les premières lignes du premier chapitre de son livre :

Le corps est partout et constamment célébré aujourd'hui, mais pas n'importe quel corps bien sûr, plutôt le corps parfait, idéal, sans défauts, sans âge bien défini et sans rides ; le corps que l'on rêve d'avoir et non le corps que l'on a (ou que l'on est) réellement<sup>10</sup>.

Et c'est dans une telle « ambiance » que l'adolescent doit apprendre à accepter son corps qui change et qui se transforme sans qu'il puisse contrôler quoi que ce soit. Il apparaît donc que ce nouveau culte du corps est porteur d'effet extrêmement anxiogène pour l'adolescent et ne lui facilite pas la tâche en augmentant le sentiment d'impuissance que lui procure cette métamorphose qu'il subit. Car on peut dire aussi que ce que nous confirme le rapport de l'adolescent à son corps, c'est que le corps est un incroyable réservoir de puissance d'être et d'agir, mais encore faut-il pour cela que cette puissance ne se trouve pas étouffée par des affects qui empêchent de penser et de vivre joyeusement ce corps. Or, précisément, le culte

---

<sup>9</sup> Annie Birraux, *L'adolescent face à son corps*, op. cit.

<sup>10</sup> Yannis Constantinidès, *Le nouveau culte du corps*, François Bourin Éditeur, 2013, p. 15.

que notre société voue aujourd'hui au corps fantasmé, dont l'image est véhiculée par les médias, limite certainement plus la puissance du corps qu'elle ne la libère.

On pourrait également, en s'exprimant selon un registre comparable, critiquer le jeunisme auquel se trouve confronté l'adolescent dans notre société. Ce culte de la jeunesse qui conduit certains publicitaires à faire apparaître sur des affiches ou des spots ventant les mérites de certains produits cosmétiques une mère et une fille qui sont à ce point semblables que l'on a parfois du mal à les distinguer. Ce que l'on pourrait qualifier ici de confusion générationnelle, qui se traduit et se manifeste ici dans l'apparence des corps, est peut-être aussi l'une des causes des difficultés que rencontrent certains adolescents à se construire. En effet, face aux générations adultes, ils ne trouvent pas une image à laquelle s'identifier, ou une image à laquelle s'opposer, mais ils ont parfois le sentiment de trouver leur propre image. On voit donc mal comment un individu qui doute de lui-même peut se construire en s'identifiant ou en s'opposant à ce qui fait l'objet de ce même doute.

La question qui se pose, par conséquent, est celle de savoir quels rôles les adultes peuvent jouer par rapport à l'adolescent. Comment l'aider, sans tomber dans la violence d'un pouvoir souvent plus proche de l'autoritarisme que de la réelle autorité, mais sans tomber non plus dans une démagogie qui fausse les rapports et dont en général l'adolescent n'est pas dupe ?

Et c'est certainement à ce niveau qu'une approche philosophique peut apporter sa contribution à la compréhension de l'adolescence.

En effet, si la philosophie a à apprendre de l'adolescence, parce qu'elle lui offre un champ d'investigation privilégié pour développer une réflexion portant sur la question du corps et sur les rapports du psychique et du physiologique, la philosophie peut aussi, à partir de cette réflexion, apporter sa pierre, non seulement à la connaissance des adolescents, mais aussi à la manière dont nous devons, en tant qu'adulte, nous comporter envers eux. Elle peut, en effet, nous aider à réfléchir sur la dimension éthique de la question adolescente, c'est-à-dire sur la manière d'être et de se comporter, en tant qu'adulte, face aux adolescents, mais aussi elle peut apporter à l'adolescent les éléments intellectuels lui permettant de mieux penser sa situation et sa condition afin de mieux habiter ce corps et ce monde qui sont les siens.

Il convient tout d'abord de rappeler ici qu'une éthique n'est pas une morale, qu'une éthique ne prescrit pas des devoirs qui descendraient d'une quelconque source supérieure, mais qu'une éthique est avant tout une manière d'être qui tire ses principes de la compréhension même de la réalité, de la perception des choses et des personnes dans leur singularité et leur originalité. Si éthique et morale ont initialement à peu près le même sens – ces deux termes, l'un grec et l'autre latin renvoient tous deux aux mœurs – le mot éthique renvoie plus

aujourd'hui à ce que le philosophe Paul Ricœur appelle « la visée de la vie bonne », c'est-à-dire à un souci d'agir en ayant comme horizon une vie pleinement humaine et qui mérite d'être vécue, qu'une norme de conduite qui s'imposerait de manière catégorique. Il ne faut pas oublier que le mot éthique, s'il désigne en grec les mœurs, désigne aussi dans cette langue, l'habitation, c'est-à-dire le lieu de nos habitudes, de nos comportements quotidiens, de notre manière d'être et d'agir. En ce sens, il serait certainement judicieux d'appréhender l'éthique comme une méthode pour mieux habiter le monde, pour mieux vivre avec ceux que nous côtoyons sans passer nécessairement notre temps à leur reprocher de ne pas se conduire comme on souhaiterait qu'il le fasse ou comme nous pensons qu'il faudrait qu'il le fasse. Attitude que les adultes adoptent trop souvent envers les adolescents.

Or, si précisément tout individu est son corps, et si l'esprit de cet individu n'est que l'idée de ce corps, personne ne peut être autre que l'expression que l'état de son corps en situation, c'est-à-dire de son corps tels qu'il est configuré à un moment donné de son existence en fonction des déterminations internes et externes qui l'affectent. En conséquence, la puissance du corps n'est jamais que l'expression de l'état de ce corps à tel ou tel moment de son existence. C'est pourquoi un individu ne peut jamais être ni plus ni moins que ce qu'il est, C'est la raison pour laquelle il ne peut jamais faire ni plus ni moins que ce qu'il fait, il n'est que l'expression de la puissance de son corps et de son esprit à un instant T. Aussi, est-il, en général, très dommageable pour l'adolescent de lui adresser des reproches en l'accusant ne pas être ce qu'il devrait être ou de ne pas faire ce qu'il devrait faire. En général, s'il ne parvient pas à être ou à faire certaines choses, c'est parce qu'il ne peut pas l'être ou le faire. Cela ne signifie pas qu'il n'y parviendra pas ensuite, dire que l'on n'est jamais que ce que l'on peut être ne signifie pas que l'on est condamné à toujours être le même. Fort heureusement notre mode de fonctionnement interne évolue, les déterminations que nous subissons de l'extérieur ou de l'intérieur changent, et c'est grâce à cela que nous parvenons à nous transformer et à nous développer positivement. Encore faut-il que ces déterminations augmentent notre puissance d'agir au lieu de la diminuer.

Il convient d'ailleurs d'insister ici sur l'importance relative qu'il faut accorder aux espoirs que l'on place dans l'adolescent. Il est, certes, important lorsque l'on est parent ou éducateur de montrer à l'adolescent que l'on croit en lui et qu'on le sait capable de réussir ce qu'il entreprend, mais il ne faut pas pour autant que l'adolescent s'imagine qu'il ne vaudra plus rien à nos yeux si nos espoirs sont déçus. Il faut aussi lui montrer que nous l'acceptons, l'aimons ou le respectons tel qu'il est et non tel que l'on espérerait qu'il soit. L'espoir est, en effet, un sentiment ambigu parce qu'il repose sur l'incertitude, il mêle donc la joie et la

tristesse parce que comme l'écrit Spinoza : « il n'y a pas d'espoir sans crainte ni de crainte sans espoir ».

L'attitude que nous devons donc adopter face à l'adolescent, et que, peut-être, il nous faut essayer de transmettre à l'adolescent pour qu'il l'applique aussi face à lui-même et dans ces rapports avec ceux qui l'entourent, pourrait, me semble-t-il, s'inspirer de la méthode que préconise Spinoza dans son *Traité Politique* et qui consiste à « ne pas rire des actions des hommes, ne pas les déplorer, encore moins les maudire, mais seulement les comprendre ».

C'est pourquoi la compréhension des adolescents est porteuse d'une éthique, d'une éthique pouvant contribuer à aider l'adolescent à mieux habiter son corps et le monde. Accompagner l'adolescent dans son cheminement, c'est principalement l'aider à découvrir ce corps qu'il doit apprivoiser à lui permettant de mieux évaluer « jusqu'où il peut aller trop loin » dans les épreuves que parfois il inflige à ce corps. C'est aussi l'écouter. C'est lui permettre de construire le récit de ce qu'il est en train de vivre et dont il a le sentiment de ne pas être sujet, mais qu'il parviendrait à s'approprier en étant l'auteur de la trame narrative de son existence.

C'est proposer à l'adolescent des espaces à l'intérieur desquels il pourra apprendre à vivre et penser ce corps qu'il est, mais qu'il ne parvient pas encore à assumer. C'est lui proposer des lieux dans lesquels par le sport – à condition que, comme le souligne Annie Birraux, cette activité ne soit pas pervertie par l'objectif de la performance qui aujourd'hui envahit toute pratique<sup>11</sup> -, l'art, la danse ou tout autre forme d'activité mettant en jeu son corps, il pourra produire une idée, une perception de celui-ci mieux à même de l'aider à affronter l'existence.

Comme l'écrit Bernard Andrieu :

La difficulté pour l'adolescent(e) dans la culture jeune, est de construire lentement et progressivement son esthésiologie (c'est-à-dire une certaine connaissance par l'adolescent de sa sensibilité) par la pratique sportive. (...) cette recherche sensorielle est un mode de constitution et d'étayage de l'image du corps par l'incorporation de techniques du corps dans le schéma corporel<sup>12</sup>.

---

<sup>11</sup> « En moins de deux siècles, le mot (sport) s'est vidé de sa substance première et, si l'on regarde le phénomène avec honnêteté, convenons qu'il flirte avec avec des investissements qui n'ont plus guère à voir avec la jouissance festive et collective, en tout cas que si celle-ci existe au niveau du spectacle, elle est sous contrôle de la finance, du marché et des pulsions anales. », Annie Birraux, *L'adolescent face à son corps*, « Le corps maîtrisé », *Penser ou se dépenser*.

<sup>12</sup> Bernard Andrieu, « « Plonger dans mon corps ! » : les immersions sensorielles des sports adolescents », *Adolescence*, 2014/2 (T.32 n° 2).

Si, en effet, corps et esprit ne font qu'un, si l'esprit est l'idée du corps, pour parler comme Spinoza, c'est en essayant de penser aussi clairement qu'il est possible ce corps que l'on parviendra à mieux le vivre, mais c'est aussi en le vivant que l'on parviendra à mieux le connaître et donc à mieux le penser, c'est-à-dire à en construire l'idée, par conséquent à se construire soi-même en tant qu'esprit. Puisqu'il n'y a pas interaction, mais corrélation entre le corps et l'esprit, ce que l'on fait pour augmenter la perfection de l'un aura forcément une incidence sur l'autre et réciproquement.

Par conséquent, si une meilleure connaissance de l'adolescent fournit à la philosophie matière à réfléchir sur la question du rapport entre le corps et l'esprit, la philosophie peut grâce à cette réflexion fournir une certaine éthique qui est en mesure de s'appliquer aussi bien aux rapports des adultes et des adolescents qu'aux rapports des adolescents entre eux, ainsi qu'à l'attitude que de chacun adopte face à lui-même. L'objectif d'une telle éthique n'est autre que d'inviter chacun à bien penser son corps pour mieux le vivre et à mieux le vivre pour mieux le penser.