



**HAL**  
open science

## L'énaction : perspectives expérientielles et situées

Hervé Breton

► **To cite this version:**

Hervé Breton. L'énaction : perspectives expérientielles et situées. Francisco Varela, une pensée actuelle. Autopoïèse, éenaction, phénoménologie. Colloque de Cerisy-la-Salle, France, Aug 2022, Colloque de Cerisy-la-Salle, France. hal-03753873

**HAL Id: hal-03753873**

**<https://hal.science/hal-03753873>**

Submitted on 18 Aug 2022

**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.

L'ÉNACTION :  
PERSPECTIVE  
EXPÉRIENTIELLE ET  
SITUÉE

Hervé Breton  
Université de Tours, France  
[herve.breton@univ-tours.fr](mailto:herve.breton@univ-tours.fr)

1. « L'énaction est le point de vue selon lequel « la cognition, loin d'être la représentation d'un monde prédonné, est l'avènement conjoint d'un monde et d'un esprit » à partir de l'histoire des diverses actions qu'accomplit un être dans le monde » (Varela et al., 1993, p. 35).
2. « Une intuition fondamentale de la théorie de l'énaction telle que nous l'explorons dans ce livre est de voir dans nos activités l'effet d'une structure, sans perdre de vue pour autant l'immédiateté de notre propre expérience. » (p. 39).
3. « L'énaction est « l'étude de la manière dont le sujet percevant parvient à guider ses actions dans une situation locale » (p. 235)
4. Dans la mesure où ces situations locales se transforment constamment à la suite de l'activité même du sujet percevant, le point de référence nécessaire pour comprendre la perception n'est plus un monde prédonné, indépendant du sujet de la perception, mais la structure sensiro-motrice du sujet. (...). C'est cette structure – la façon dont le sujet percevant est inscrit dans un corps -, plutôt qu'un monde préétabli qui détermine comment le sujet peut agir et être modulé par les éléments de l'environnement. » (p. 235)

# ENACTION ET RÉGIMES D'ACTIVITÉ

Selon la théorie de Billeter, l'activité peut être pensée en relation avec la notion de « régime ». Il est par exemple possible de considérer que le déploiement d'un geste en situation puisse s'opérer aux dépens de nombreux autres, cette dynamique d'actualisation d'un procédé singulier ayant pour effet d'en laisser un grand nombre dans l'ombre, ceux-ci étant ainsi maintenus à l'état de potentialité.

JEAN FRANÇOIS BILLETER  
LEÇONS SUR TCHOUANG-TSEU



Cet acte de priorisation, voire de sélection d'un geste aux dépens d'autres, peut résulter d'un travail de délibération conduit dans le cours de l'action, *dans le feu de l'action*. Il est alors produit dans le cadre d'une dynamique embarquée, ce que la langue anglaise désigne par *embedded*, ce qui signifie que l'action est conduite de manière couplée – ou peut être plus justement « imprégnée » – avec les éléments qui se donnent en situation.

Chez Billeter, l'évolution du régime de l'activité est dépendante d'une capacité « d'oubli de soi » et de « pleine participation avec la situation ».

*« Que voulez-vous dire par “partir du donné, développer un naturel, atteindre la nécessité ?”, demanda Confucius. L'homme répondit : “Je suis né dans ces collines et je m'y suis senti chez moi, voilà le donné. J'ai grandi dans l'eau et je m'y suis senti à l'aise : voilà le naturel. J'ignore pourquoi j'agis comme je le fais : voilà la nécessité” » (Billeter, Leçons sur Tchouang Tseu, Alia, 2015, p. 28).*

## UN EXEMPLE SITUÉ

*« Lorsque, conducteur d'un véhicule, comme une automobile, je passe le péage de Saint-Arnoult-en-Yvelines, sur l'autoroute A10, en France, non loin de Paris, après une dizaine de kilomètres, je suis conduit à rejoindre l'A126 aux alentours de la ville de Massy. Pour cela, à la suite du passage dudit péage, après quelque dix minutes de conduite automobile, je dois tourner à droite, ce qui m'amène à m'engager à une vitesse assez vive dans une voie routière qui s'élargit soudainement. Mon véhicule et moi-même nous trouvons subitement embarqués dans une route à cinq voies de circulation, ce qui provoque chez moi un effet de stupeur dont je situe l'origine dans le brusque franchissement d'un seuil de complexité qui concerne la manière dont la situation se donne à moi : arrivée d'une multitude de véhicules, accélération de la vitesse, trajectoire de conduite des autres véhicules imprévisible... La manière de conduire est alors transformée, cette transformation étant vécue sur le mode du basculement, la situation nouvelle se donnant à vivre telle une explosion, qui est celle du nombre de paramètres à gérer. »*

# ÉNACTION, ABSORPTION ET MERSION

Bruce Bégout

LE CONCEPT  
D'AMBIANCE



L'ORDRE PHILOSOPHIQUE  
SEUIL

Ce qui est vécu lors d'un processus de couplage (synchronicité, disponibilité, altération) ne résulte que partiellement d'une transformation d'un mode d'agir. La dynamique éprouvée relève plutôt d'une transformation d'un mode d'existence, soit d'une manière de vivre la situation.

Soit, en d'autres termes, l'intensification de la complexité de la situation a pour effet de transformer le régime de participation du sujet dans la situation.

Ce processus peut être caractérisé à partir d'une dynamique de *mersion* :

« *La mersion ne se présente pas comme le sentiment d'un mélange, ni même comme celui de son résultat, mais comme l'affection d'une dissolution océanique du soi dans le tout* » (Bégout, *Le concept d'ambiance*, Seuil, 2020, p. 83).

## DÉCRIRE L'AGIR EN SITUATION ?


La théorie de l'action mobilisée peut être pensée comme une dynamique embarquée, ce que la langue anglaise désigne par *embedded*, ce qui signifie que l'action est conduite de manière couplée – ou peut être plus justement « imprégnée » – avec les éléments qui se donnent en situation.

Deux points peuvent être soulignés :

***Les procédés mobilisés par le sujet au cours de l'action ne peuvent être observés d'un point de vue d'extériorité.***

***Les procédés mobilisés par le sujet lorsqu'il sélectionne une manière de faire et actualise un geste dans le cours de l'action lui sont pour partie insus.***

**MICROPHÉNOMÉNOLOGIE  
ET ÉNACTIION :  
L'AGENTIVITÉ ENTRE  
MERSION ET VISÉE**





# SÉMINAIRE DE MICROPHÉNOMÉNOLOGIE

Cette dialectique entre l'agir et le pâtre au cours de l'activité a fait l'objet de recherches détaillées dans le cadre d'un séminaire de recherche organisé par Claire Petitmengin et Michel Bitbol, avec la collaboration de Natalie Depraz, intitulé : « *Décrire l'expérience sensible* ».

Archives Husserl, UMR 8547 :  
[http://www.umar8547.ens.fr/IMG/pdf/seminaire\\_de\\_micro-phenomenologie\\_2016-2017.pdf](http://www.umar8547.ens.fr/IMG/pdf/seminaire_de_micro-phenomenologie_2016-2017.pdf)

## DÉCRIRE L'EXPÉRIENCE SENSIBLE

### *Description du protocole de la recherche*

*Consigne : Décrire en 20 minutes environ l'expérience éprouvée liée à l'ingestion d'un grain de raisin. Noter dans le même texte les procédés mis en œuvre pour procéder à cette description.*

*Phase 1 – Vécu de l'expérience gustative (durée : 10 secondes) : ingestion d'un grain de raisin demi-sec.*

*Phase 2 – Activité de description de l'expérience gustative vécue (durée : 20 minutes) : deux niveaux de description sont alors visés : la description des contenus expérientiels associés à l'expérience gustative (1) ; la description des procédés mobilisés pour décrire l'expérience gustative devenue « vécu de référence ».*

Concernant la notion de « vécu de référence », voir l'article « Description et vécu » de Pierre Vermersch, publié dans la revue en ligne *Expliciter* (n° 89, mars 2011).

## PROCÉDÉS

Techniques caractéristiques de l'EDE :

(1) viser un vécu de référence (ingestion d'un grain de raisin)

(2) accompagner la description des actions élémentaires

(3) en prenant appui sur le déroulement chronologique

(4) en guidant dans le choix du niveau de description au gré des phases de l'action.

## MODÉLISATION

V1 = Vécu de référence  
(durée à déterminer : échelle temporelle de l'expérience vécue)

V2 : description de la V1  
(durée à déterminer)

**Lien vers les données :** <https://nakala.fr/u/datas/10.34847/nkl.67d8c82b>

Nakala est un service d'Huma-Num qui permet de partager de manière sécurisée des données aux différentes communautés scientifiques en réglementant les droits d'usage *via* les licences *Creative Commons*.

## Séminaire de micro-phénoménologie - Décrire l'expérience sensible : l'expérience gustative

Hervé Breton – Auto-explicitation – 19 avril 2016 / Texte de 1002 mots

Je viens de manger deux raisins secs. Je me décide maintenant à décrire l'expérience vécue. Et j'ai en tête que la recherche porte sur les procédés mis en œuvre pour la conduite de la description de l'expérience vécue, ici en l'occurrence, celle liée à « l'absorption » des deux grains de raisin.

Me questionnant sur les manières de procéder pour engager l'activité de description, ce qui s'impose à moi, c'est d'abord la force du goût et l'étonnement qu'il provoque au moment de la percée de la membrane sous la mastication, percée qui s'accompagne d'un processus de « remplissement » de la bouche par une intense saveur sucrée/fruïtée qui, à vrai dire, me ravit.

Je dois cependant interrompre, un peu à regret, cette évocation pour revenir à une forme de délibération sur les manières dont je vais m'y prendre pour décrire cette expérience. Je décide de revenir au début de l'action, soit au moment où ma main pose sur ma langue les deux grains de raisin. De nouveau, c'est l'expérience du contact de la langue sur les membranes du raisin qui advient à ma conscience. Je suis interpellé par leur résistance. Je me demande alors si je dois plutôt avancer sur le choix des procédés qui vont me conduire à spécifier et décrire la manière dont cette résistance se manifeste pour moi, ou si je décide de continuer en décrivant ce qui se passe ensuite. Je suis alors tenté de clore une première description de l'ensemble des vécus liés à cette expérience d'absorption des grains de raisin avant de focaliser sur un moment particulier.

Je décide donc de poursuivre en avançant dans l'évocation du déroulement de l'expérience. Le second moment qui me vient est celui de « la poussée prononcée de la langue sur la membrane des raisins » afin d'en tester la résistance. Cette sensation m'apparaît nettement. Je décide de m'y arrêter. Je « vois » clairement ma langue « déplier » le grain de raisin, le déchiffrer et en quelque sorte l'aplanir. J'ai alors le sentiment qu'il me manque du vocabulaire pour nommer toute la complexité des perceptions et sensations qui adviennent. La membrane est à la fois lisse et résistante. Mais en disant cela, j'ai l'impression de ne quasiment rien dire au regard de la densité de l'expérience vécue. Les « plis » expérientiels apparaissent, un peu comme le raisin, tellement imbriqués que je suis presque triste de devoir « assécher » le vécu avec les quelques mots qui se présentent.

Résultat, je décide de continuer la description, en arrivant cette fois à la phase où la base de ma langue place les deux raisins sur les prémolaires. Les dents se resserrent sur les grains qui sont alignés côte à côte. La première pression les écrase, la deuxième les broie, la troisième déchire et fait exploser la membrane. De nouveau advient cette perception de remplissement gouteuse qui m'envahit et me submerge presque. Je suis de nouveau surpris par cette forme de ravissement qui me fait perdre le fil de mon intention première, celle de la description de l'expérience vécue. Je constate que la force de la sensation agréable m'incite à « lever » ce souci de l'observation distanciée. Advient alors le constat d'une difficulté méthodologique. De nouveau, c'est la densité de l'expérience qui m'apparaît faire obstacle à la description. Par quoi commencer ? Je reviens au début de la mastication et c'est l'image de la compression des raisins qui m'apparaît. Je les vois nettement, compressés par les dents au point de s'aplatir et de déborder sur les côtés. La mise en mots de ce moment particulier me semble devoir conjuguer les perceptions d'écrasement provenant des dents, celle de la dureté de la chair du raisin compressée provenant de la langue. Je note ici une forme d'inquiétude quant au devenir du raisin. Je m'en étonne et m'en amuse dans l'après-coup. Dois-je m'orienter vers la description de cette émotion pour focaliser sur son mode de manifestation ? J'y renonce. Deuxième mastication, cette fois, le mouvement est décidé. Il apparaît sec et mon attention se porte sur mon « état d'esprit ». Résolument, la mastication est en marche.

Ici, à nouveau, je me sens un peu submergé par le caractère très « multidimensionnel » de l'expérience vécue : il y a l'activité mécanique des mâchoires, le caractère résolu de l'esprit au cours de l'activité, la perception d'un premier jus sucré envahissant la bouche, la surprise lors de la première rupture de la membrane du raisin. Je note que ce premier « goût » sucré m'incite à poursuivre. Tous ces éléments de l'expérience me laissent perplexe pour la conduite de la description de l'expérience vécue. Le travail de mise en mots me semble titanique, à la fois pour la description de chacun des facteurs, mais aussi dans la recherche de l'explicitation de leurs dimensions reliées et réciproques.

La troisième mastication se présente sur le mode de la détermination. Le passage de la description à la phase 3 de la mastication s'impose à moi. Il me semble qu'une fois encore, j'aspire à revivre l'expérience pour être de nouveau en contact avec la sensation. Le réalisant, je recherche le type de critères utilisés pour décider du passage de la description des perceptions liées à l'écrasement à celle liée à la rupture de la membrane des raisins. Cette phase m'apparaît comme décisive. Elle présente bizarrement un dénouement, ce qui me met en réflexion. Je me pose ici la question de mes modes de conduite de l'auto-description, des choix réalisés dans la définition des échelles temporelles des vécus et des critères de focalisation sur une phase plutôt qu'une autre.

Je réalise alors que je procède de la même manière que dans la guidance des entretiens d'explicitation que je propose dans différents contextes : commencer par une description rapide des grandes phases du déroulement de l'expérience évoquée, puis, en fonction, me focaliser sur un moment particulier. Je décide de m'arrêter alors à cette première étape, en ayant le sentiment d'avoir décrit les grandes étapes du déroulement de l'expérience vécue.

## Décrire l'expérience sensible : l'expérience gustative Découpage en 18 séquences

1/ Je viens de manger deux raisins secs. Je me décide maintenant à décrire l'expérience vécue. Et j'ai en tête que la recherche porte sur les procédés mis en œuvre pour la conduite de la description de l'expérience vécue, ici en l'occurrence, celle liée à « l'absorption » des deux grains de raisin.

2/ Me questionnant sur les manières de procéder pour engager l'activité de description, ce qui s'impose à moi, c'est d'abord la force du goût et l'étonnement qu'il provoque au moment de la percée de la membrane sous la mastication, percée qui s'accompagne d'un processus de « remplissage » de la bouche par une intense saveur sucrée/fruïté qui, à vrai dire, me ravit.

3/ Je dois cependant interrompre, un peu à regret, cette évocation pour revenir à une forme de délibération sur les manières dont je vais m'y prendre pour décrire cette expérience. Je décide de revenir au début de l'action, soit au moment où ma main pose sur ma langue les deux grains de raisin.

4/ De nouveau, c'est l'expérience du contact de la langue sur les membranes du raisin qui advient à ma conscience. Je suis interpellé par leur résistance. Je me demande alors si je dois plutôt avancer sur le choix des procédés qui vont me conduire à spécifier et décrire la manière dont cette résistance se manifeste pour moi, ou si je décide de continuer en décrivant ce qui se passe ensuite. Je suis alors tenté de clore une première description de l'ensemble des vécus liés à cette expérience d'absorption des grains de raisin avant de focaliser sur un moment particulier.

5/ Je décide donc de poursuivre en avançant dans l'évocation du déroulement de l'expérience. Le second moment qui me vient est celui de « la poussée prononcée de la langue sur la membrane des raisins » afin d'en tester la résistance. Cette sensation m'apparaît nettement. Je décide de m'y arrêter. Je « vois » clairement ma langue « déplier » le grain de raisin, le déchiffrer et en quelque sorte l'aplanir. J'ai alors le sentiment qu'il me manque du vocabulaire pour nommer toute la complexité des perceptions et sensations qui adviennent. La membrane est à la fois lisse et résistante.

6/ Mais en disant cela, j'ai l'impression de ne quasiment rien dire au regard de la densité de l'expérience vécue. Les « plis » expérientiels apparaissent, un peu comme le raisin, tellement imbriqués que je suis presque triste de devoir « assécher » le vécu avec les quelques mots qui se présentent.

7/ Résultat, je décide de continuer la description, en arrivant cette fois à la phase où la base de ma langue place les deux raisins sur les prémolaires. Les dents se resserrent sur les grains qui sont alignés côte à côte. La première pression les écrase, la deuxième les broie, la troisième déchire et fait exploser la membrane. De nouveau advient cette perception de remplissage gouteuse qui m'envahit et me submerge presque

## DONNÉES (1)

- **Séquence 1 – Vécu de référence (v1) + vécu de la description (v2)** : *« Je viens de manger deux raisins secs. Je me décide maintenant à décrire l'expérience vécue. Et j'ai en tête que la recherche porte sur les procédés mis en œuvre pour la conduite de la description de l'expérience vécue, ici, en l'occurrence, celle liée à "l'absorption" des deux grains de raisin. »*
- **Séquence 2 – Vécu de référence (v1)** : *« Me questionnant sur les manières de procéder pour engager l'activité de description, ce qui s'impose à moi, c'est d'abord la force du goût, et l'étonnement qu'il provoque au moment de la percée de la membrane sous la mastication, percée qui s'accompagne d'un processus de "remplissement" de la bouche par une intense saveur sucrée/fruïtée, qui à vrai dire me ravit. »*
- **Séquence 3 – Vécu de la description (v2)** : *« Je dois cependant interrompre, un peu à regret, cette évocation pour revenir à une forme de délibération sur les manières dont je vais m'y prendre pour décrire cette expérience. Je décide de revenir au début de l'action, soit au moment où ma main pose sur ma langue les deux grains de raisin. »*

## DONNÉES (2)

- **Séquence 7 – Vécu de référence (1)** : *« Résultat, je décide de continuer la description, en arrivant cette fois à la phase où la base de ma langue place les deux raisins sur les prémolaires. Les dents se resserrent sur les raisins, alignés côte à côte. La première pression les écrase, la deuxième les broie, la troisième déchire et fait exploser la peau du raisin. De nouveau advient cette perception de “remplissement” goûteuse qui m’envahit et me submerge presque. »*
- **Séquence 8 – Vécu de référence (1) + vécu de la description (2)** : *« Je suis de nouveau surpris par cette forme de ravissement qui me fait perdre le fil de mon intention première, celle de la description de l’expérience vécue. Je constate que la force de la sensation agréable m’incite à “lever” ce souci de l’observation distanciée. »*
- **Séquence 9 – Vécu de la description (2)** : *« Advient alors le constat d’une difficulté méthodologique. De nouveau, c’est la densité de l’expérience qui m’apparaît faire obstacle à la description. Par quoi commencer ? Je reviens au début de la mastication, et c’est l’image de la compression des raisins qui m’apparaît. Je les vois nettement compressés par les dents au point de s’aplatir et de déborder sur les côtés. La mise en mots de ce moment particulier me semble devoir conjuguer les perceptions d’écrasement provenant des dents et la perception de la dureté de la chair du raisin compressée provenant de la langue. »*

## CATÉGORISATION (1)

Une dynamique d'oscillation au cours de l'activité de description du vécu sensible, entre :

- *l'immersion dans les contenus expérientiels (V1)* et
- *les gestes de déprise permettant la reprise de l'activité de description (2).*

### **Conduite de l'activité suppose :**

- De reprendre contact avec la sensation.
- De vivre des états d'absorption.
- De maintenir un cap pour la conduite de l'activité de description.

## CATÉGORISATION (2)

Une dynamique d'oscillation au cours de l'activité de description du vécu sensible, entre :

- *l'immersion dans les contenus expérientiels (V1)* et
- *les gestes de déprise permettant la reprise de l'activité de description (2).*

**L'activité est régie par une oscillation entre :**

- La mersion
- La déprise

Ce qui a été présenté est une perspective de l'énaction située, en première personne, qualitative et processuelle :

- ***Perspective située*** : dans une situation concrète et singulière.
- ***En première personne*** : la description est produite à partir d'un sol référentiel qui mobilise une expérience vécue en première personne.
- ***Qualitative*** : l'expérience est décrite à partir de ses différentes composantes : sensations, perceptions, ambiance, cognition, visée.
- ***Processuelle*** : la description adopte une perspective chronologique, à partir de la définition de microséquences temporelles.

L'axe d'analyse retenue : l'énaction est interrogée à partir d'une perspective tensionnelle entre mersion et visée (mouvements d'oscillation) supposant une modulation de l'agentivité au cours de l'action.



## BIBLIOGRAPHIE

Bégout, B. (2003). Alfred Schütz et l'épochè de l'attitude naturelle. *Alter*, 11, 165-192.

Bégout, B. (2020). *Le concept d'ambiance*. Paris : Seuil.

Billeter, J.-F. (2015). *Leçons sur Tchouang-Tseu*. Paris : Allia.

Depraz, N. (2011). L'éloquence de la première personne. *Alter*, 19, 57-64.

Depraz, N., Varela, F. et Vermersch, P. (2011). *À l'épreuve de l'expérience*. Bucarest : Zeta Books.

Depraz, N. (2014). *Attention et vigilance*. Paris : Presses universitaires de France.

Petitmengin, P. (2006). L'énaction comme expérience vécue. *Intellectica*, 43, 85-92.

Petitmengin, C. (2010). La dynamique préréfléchie de l'expérience vécue. *Alter*, 18, 165-182.

Petitmengin, C., Bitbol, M. et Ollagnier-Beldame, M. (2015). Vers une science de l'expérience vécue. *Intellectica*, 2015/2, 64, 53-76.

Varela, F. (1976-2001/2017). *Le cercle créateur*. Paris : Seuil.

Vermersch, P. (1994/2000). *L'entretien d'explicitation*. Paris : ESF.

Merci beaucoup !

Thanks a lot !

Muito obrigado!

Arigato gozaimasu !!

[herve.breton@univ-tours.fr](mailto:herve.breton@univ-tours.fr)