



HAL
open science

L'expérience des touchers du monde

Fabienne Martin-Juchat

► **To cite this version:**

Fabienne Martin-Juchat. L'expérience des touchers du monde. Revue française de yoga, 2024. hal-04578402

HAL Id: hal-04578402

<https://hal.science/hal-04578402v1>

Submitted on 16 May 2024

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'expérience des touchers du monde

Fabienne Martin-Juchat, Professeure en sciences de l'information et de la communication
Université Grenoble Alpes

Revue française de yoga, 2024, à paraître

Résumé :

Selon des études relayées par la presse, durant la crise de la Covid-19 en France, les réticences envers le vaccin semblent avoir été motivées par une perte de confiance envers les autorités étatiques, médicales et scientifiques. Cependant, cette interprétation peut être considérée comme incomplète.

Et si ce manque d'enthousiasme était également influencé par la relation contemporaine que les individus entretiennent avec leur propre corps ? Et si, de manière inattendue, les périodes de confinement et les mesures de distanciation physique avaient amplifié une prise de conscience brutale de l'importance du contact physique et du toucher dans nos interactions ?

Dans cet article, nous soutenons la thèse que dans une société comme la France qui prône l'émancipation il est impératif d'adopter une éthique de la relation avec les corps des citoyens tout au long de leur vie. Le contrat de confiance doit reposer sur un dialogue explicite présentant les enjeux des risques que chacun choisit d'assumer pour son corps. Choisir de maîtriser son corps au service de la performance mécanique, choisir de préserver son intériorité identitaire et spirituelle, de se soustraire aux injonctions d'exposition, de modeler ou de réinventer son corps pour servir son projet d'identité, de se conformer aux signes corporels d'une communauté, de rechercher des expériences somatiques qui remettent en question des représentations du corps.

Mots clés :

Corps, émotions, toucher, émancipation, crise, somatique, communication intra-corporelle, communication inter-corporelle, représentations, pratiques, sens

Introduction

Selon des études relayées par la presse¹, durant la crise de la Covid-19 en France, les réticences envers le vaccin semblent avoir été motivées par une perte de confiance envers les autorités étatiques, médicales et scientifiques. Cependant, cette interprétation peut être considérée comme incomplète par un angle de regard anthropologique.

Et si ce manque d'enthousiasme était également influencé par la relation contemporaine que les individus entretiennent avec leur propre corps ? Et si, de manière inattendue, les périodes de confinement et les mesures de distanciation physique avaient amplifié une prise de conscience brutale quant à l'importance du contact physique et du toucher dans nos interactions ?

Notre société a érigé des espaces sociaux en tant que vecteurs d'émancipation pour les hommes et les femmes. Cependant, la croyance tacite prédominante est que cette émancipation découle de la libre circulation des corps et des interactions corporelles. La crise de la Covid-19, en imposant des restrictions corporelles drastiques, a soudainement révélé à la majorité de la population que la sensation de liberté était intimement liée à la possibilité de se déplacer librement, sans entraves corporelles, pour construire des relations.

Cependant, la modernité a également forgé une conception selon laquelle l'identité repose en grande partie sur la quantité de contacts, principalement générés par des stimuli externes. Le corps demeure perçu comme étant tourné vers l'extérieur, à l'image d'un tournesol cherchant la lumière du soleil pour se nourrir de stimuli divers. Ainsi, l'abolition brutale des interactions externes a engendré chez certains un sentiment de disparition. Comme l'a exprimé une jeune fille dans un

¹ Antoine Bristielle, 2020, *Vaccins, la Piqûre de la défiance*, Fondation Jean Jaurès : consulté le 18 juillet 2023. https://www.jean-jaures.org/publication/vaccins-la-piqûre-de-defiance/?post_id=16639&export_pdf=1/

article de *Slate* : « pendant le confinement, par manque de contact, j'avais l'impression de ne plus exister »².

Cette conception, selon laquelle notre identité repose sur l'abondance de stimuli extérieurs, repose sur une ambiguïté quant au rôle du corps dans la formation de cette identité. Depuis la diffusion des travaux d'Antonio Damasio (2005, [2003]), une croyance populaire s'est répandue : notre sentiment d'être soi découlerait du soma, un ensemble corporel qui, à travers les émotions ressenties, nous connecterait au monde, à la connaissance et à notre propre être. Cependant, quelles émotions, quel soma sont réellement en jeu ? Quelles modalités sensorielles, quels types de contacts sont impliqués dans cette expérience ?

Quel corps pour l'humain contemporain ?

« J'interagis comme je veux et quand je veux, telle est ma liberté », résume certaines valeurs de la modernité. Ces valeurs se sont répandues dans la société, bien qu'elles soient le résultat d'une réduction du cartésianisme de René Descartes et de la cybernétique de Norbert Wiener (2014 [1948]). Depuis le XIXe siècle, ces valeurs ont donné naissance à un système éducatif et à une promesse d'ascension sociale conditionnée par un investissement massif dans des activités qui favorisent le développement de la volonté rationnelle. Réussir socialement implique la capacité à gérer rapidement une multitude d'informations provenant de divers stimuli et interactions humaines.

Le projet politique de Norbert Wiener vise un être humain dénué d'intériorité, vivant dans une société transparente où son intelligence dépend de sa capacité à échanger des informations provenant de stimuli sensoriels issus des interactions entre l'individu et son environnement. Cette vision a engendré le développement de l'informatique au service de cette culture de la communication. Bien que peu nombreux soient ceux qui comprennent la cybernétique, nombreux sont ceux qui en sont

² Hélène Pagesy, 2020, « À l'heure du Covid-19, le manque de contacts physiques affecte nos vies », Magazine *Slate* : consulté le 18 juillet 2023. <https://www.slate.fr/story/191064/covid-19-distanciation-sociale-pourquoi-tant-de-mal-manque-contacts-physiques>

les héritiers, ayant transformé ce projet sociétal en un projet personnel de vie.

Cet investissement et cette réussite ont engendré une exigence : maîtriser, contrôler voire contenir son corps et ses émotions, afin qu'ils puissent servir d'émetteurs et de récepteurs d'informations. Sans ce travail de maîtrise d'un corps au service d'un projet utilitariste, comme le souligne Norbert Elias (1973, [1939]), la société moderne n'aurait pas pu se développer. De même, sans ce « travail émotionnel » (Hochschild, 2017 [2012]), l'intégration sociale ne serait pas possible, c'est-à-dire la capacité à adopter la bonne posture, la bonne distance, le bon geste, le bon sourire, le bon contact – en d'autres termes, le physique requis pour l'emploi ou la situation.

Ainsi, au XXe siècle, réussir ses études, s'insérer socialement, gagner en autonomie a nécessité un conditionnement du corps en vue de répondre aux attentes d'une société qui valorise une communication corporelle contrôlée en direction de l'extérieur. Comme le relevait Georges Vigarello (2001, [1978]), sans cette éducation basée sur la discipline corporelle, notre société moderne ne serait pas ce qu'elle est aujourd'hui.

Le corps-machine de la modernité

Les modèles de gestion des corps au travail et dans la société, fondés sur la rationalisation de toutes les tâches en vue d'optimiser les ressources et de promettre des gains de productivité, ont poursuivi l'idéal cybernétique. Sans ces modèles de relation au corps, le développement du travail, du numérique et du télétravail aurait été entravé. Selon ce paradigme, la quantité et la vitesse de transmission et de traitement des données (les informations) sont directement liées à l'efficacité du travailleur de bureau, au détriment d'une écologie somatique et relationnelle qui nourrit une subjectivité riche en sens. C'est à ce stade qu'apparaît une première ambivalence concernant les expériences somatiques qui génèrent un sentiment d'identité. Selon le paradigme cybernétique, ce qui compte, c'est la quantité de contacts sensoriels et d'interactions, venant de l'extérieur. Nous sommes loin de la poésie de la rêverie liée à l'intensité des interactions avec une vie somatique intime, ou d'un toucher prodigué par un être aimé.

Dans le prolongement de la cybernétique, les activités mobilisant le corps dans des tâches plurisensorielles et multimodales, exigeant du temps et du face-à-face, ont progressivement diminué au sein des organisations basées sur cette économie post-industrielle. Au cœur du quotidien du travailleur de bureau, qu'il soit en télétravail ou non, les activités dépourvues de valeur ajoutée quantifiable ont tendance à disparaître, dans un contexte d'accélération des rythmes de travail. Les échanges sociaux perçus comme non essentiels, ainsi que ceux vécus lors des déplacements, des pauses déjeuner et des pauses-café, sont négligés.

En situation de télétravail, l'individu à distance, surveillé, tend à être évalué et à s'évaluer en fonction de statistiques de productivité dominées par des indicateurs de rapidité de calcul et d'exécution des tâches, ainsi que par ceux justifiant un retour sur investissement du temps alloué. Ces transformations des tâches professionnelles et de leurs lieux d'exercice ne sont pas sans conséquence sur la vitalité du corps, impliquant les représentations individuelles et collectives de ce que devrait être le corps, non seulement au travail, mais également dans l'ensemble des activités sociales.

Il est indéniable que les demandes émanant des travailleurs concernant une augmentation du télétravail ont augmenté de manière significative depuis les années 2000, dans un contexte de déploiement des connexions réseau à haut débit facilitant les échanges d'informations et de communication à distance. Rencontrer des collègues en personne sur le lieu de travail ne semble plus intéressant face aux impératifs de productivité et de performance. Le projet cybernétique semble fonctionner. Les rencontres multimodales ne semblent plus nécessaires pour travailler, car le corps à distance, derrière un écran, demeure efficace en termes d'attentes professionnelles.

Cependant, ce désir de télétravail pose la question de ce qui semble ne plus avoir de sens dans les activités professionnelles. Les relations humaines au travail, issues de rencontres inter-corporelles en face à face, en voie de raréfaction, seraient-elles devenues superflues ? Pourtant, le travail a toujours été un lieu essentiel pour l'homme afin de se sentir connecté aux autres, en résonance corporelle avec eux, dans le

but d'œuvrer à une finalité commune. De plus, les moments de libération corporelle sont vitaux en termes de respiration pour les individus, surtout dans des contextes où les comportements corporels au travail sont excessivement contrôlés. Face au manque d'expériences sensorielles nourrissant l'être en quête de sens, comment nos contemporains en activité professionnelle parviennent-ils à maintenir un équilibre ?

Le corps souffrant : une opportunité de transformation

En 2022, à la suite de la crise de la Covid-19, le nombre d'heures passées devant les écrans a considérablement augmenté³. Les interactions en télétravail étant désincarnées par des écrans interposés soulèvent la question de savoir si les employé.e.s réinvestissent, en plus de leurs heures de travail, dans des activités à forte dimension corporelle, afin de retrouver un corps différent de celui contraint à se conformer à son poste de travail. Entre la contrainte du corps face à l'écran, optimisé pour des tâches rationnelles, et une créativité improvisée résultant d'activités telles que la cuisine ou le jardinage, les individus parviennent-ils à doser leurs engagements pour résister à l'épuisement psychologique et physique lié à l'utilisation intensive des écrans ?

Après la crise, le développement du numérique en tant qu'activité corporelle spécifique impose au corps une écologie corporelle adaptée pour préserver sa santé. Les mouvements corporels sont principalement concentrés sur le visage (lors des visioconférences), mobilisent excessivement les bras, les mains, les doigts, les yeux et l'ouïe, au détriment des autres sens et parties du corps. Les activités cognitives basées sur la rapidité de capture des signaux visuels et le traitement des données chiffrées sont privilégiées au détriment d'activités de rêverie, de flânerie, d'improvisation ou d'exploration de son intériorité somatique.

³ Etude du CREDOC, *Baromètre du numérique. Enquête sur la diffusion des technologies de l'information et de la communication dans la société française*, édition 2022 : consulté le 20 juillet 2023.

https://www.arcep.fr/uploads/tx_gspublication/rapport-barometre-numerique-edition-2022-Rapport.pdf

Les douleurs et les maux de ventre sont souvent niés, voire supprimés de la conscience mentale par un processus d'apprentissage. Ce dernier vise à ne plus prêter attention aux signaux de malaise résultant d'une surexposition des yeux, des oreilles et des mains, au détriment des autres organes perceptifs. En l'absence de possibilité de laisser s'exprimer les mouvements internes du corps, sans écoute ni contact avec son intériorité somatique, sans moyen de libérer l'excès d'émotions accumulées par l'activité physique, le risque d'épuisement augmente. La surcharge émotionnelle de l'homme moderne est engendrée par une obligation d'être constamment affecté par le flux émotionnel généré par l'interprétation des espaces de représentation numérique. À cela s'ajoute la réalité quotidienne des travailleurs postmodernes qui habitent désormais leur lieu de travail. Les inégalités entre hommes et femmes, cadres et non-cadres se creusent. D'un côté, un corps en manque d'activité musculaire, de l'autre, un corps en suractivité émotionnelle et rationnelle, dans des environnements non conçus pour le télétravail.

Passant de nombreuses heures assis par jour, l'être humain après la crise tente de rester concentré dans des activités à forte intensité cognitive et émotionnelle, mais à faible intensité musculaire. Cette situation engendre de nombreuses pathologies physiques et mentales. Les courbes statistiques des troubles musculaires, squelettiques et psychiatriques sont en augmentation, quel que soit le domaine d'activité.

Depuis la crise de la Covid-19, les activités numériques dominantes et par conséquent les téléconférences se sont généralisées. La souffrance corporelle qui en découle pousse certains, notamment les jeunes générations, à demander un engagement corporel et émotionnel dans leurs relations professionnelles. Le désir massif de télétravail reflète cette demande⁴. La découverte d'une nouvelle relation au corps grâce au télétravail a eu pour conséquence une remise en question du modèle philosophique du travail en tant qu'aliénation corporelle, due à une surprogrammation des mouvements. Le télétravail permet d'associer activités professionnelles et qualité de vie dans des endroits favorisant

⁴ Y. Jauneau, Y., 2022, « En 2021, en moyenne chaque semaine, un salarié sur cinq a télétravaillé », Rapport de l'INSEE, en ligne : <https://www.insee.fr/fr/statistiques/6209490> (consulté le 27 février 2023).

des activités riches en expérience (contact avec la nature, les animaux et leurs corps par des techniques non mécaniques).

Une crise existentielle telle que celle décrite par Bruno Latour sous le terme de « troubles dans l'engendrement » (2021) illustre de manière éloquente notre hypothèse selon laquelle le développement massif du travail à domicile a, pour certains privilégiés, relégué le corps à un simple instrument au service de la performance sociale et de la productivité, comme le prévoyait la cybernétique. La question est de savoir si cette transformation peut être durable, notamment dans des contextes de crise économique et de rareté énergétique, incitant les organisations à se tourner vers le tout numérique.

En effet, la possibilité de vivre une relation libérée au corps, grâce au télétravail qui libère du temps pour explorer sa complexité, pourrait rester réservée à une minorité de personnes. Son potentiel de diffusion à grande échelle soulève des questions, car il remet en question nos conceptions du corps, nos modes de vie et la définition du travail.

Le corps libéré de l'automatisme gestuel se présente comme un moyen d'accéder à un autre soi, capable d'entrer en communication sensible avec toutes les formes de vie au-delà de l'obligation de travailler pour gagner sa vie. Les pratiques somatiques (Jay, 2014) telles que le Body Mind Centering, le Feldenkrais, ainsi que les arts corporels tels que les Yoga, les Qi Gong, et les Tai Chi pour exemples, qui encouragent des expériences complexes du toucher (de soi, des autres, du monde), sont désormais prisées. Une prise de conscience individuelle et collective se forme. Le dualisme entre intériorité et extériorité corporelle apparaît comme une construction sociale. Les pratiques somatiques et les arts corporels encouragent la communication intra-corporelle, activée par la palpation, y compris l'auto-palpation des organes, initiant des dialogues avec l'intériorité somatique.

Le toucher, en tant qu'organe activant des informations à travers la peau et assurant leur transmission par les fascias, permet par l'expérience de révéler la complexité de la communication intra-corporelle. Les communications à la fois intra et extra-corporelles par le biais de stimuli sensoriels restent distinctes uniquement dans le cadre de la conscience mentale. À travers une variété d'expériences de toucher, une prise de conscience s'opère : le corps, en tant que membrane vibrante et pulsante, communique avec le monde. Diverses formes de toucher deviennent

des expériences des sensations du monde à travers le corps (Martin-Juchat, 2017, 2020).

La révolution éco-féministe : Réappropriation corporelle et émancipation

Ce changement récent dans la représentation du corps s'avère largement porté par les mouvements « éco-féministes⁵ ». Soutenus par ces mouvements contemporains, les récents succès populaires des œuvres de Baptiste Morizot (2020) et de Donna Haraway (2020) illustrent le succès médiatique d'un changement de conception du corps humain. Ces communautés sont convaincues que le corps, composé de cellules vivantes et communicantes, ne se limite pas à être un contenu ou un support d'identité sociale à façonner et à "designer" pour servir la promotion sociale et l'indépendance financière. Au contraire, il représente un moyen privilégié d'accéder à la connaissance et à une communication respectueuse avec tous les êtres vivants, humains et non humains (faune et flore), dans toutes les situations sociales (Andrieu, 2016).

Cette révolte éco-féministe semble récente, pourtant cette remise en question de la violence infligée au corps dans la société industrielle a des origines lointaines. Cette dynamique a émergé dans les années 1970, principalement aux États-Unis, avec des slogans tels que "Je suis mon corps" et plus récemment, une sorte d'inversion du paradigme cartésien : "Mon corps sait mieux que moi qui je suis".

Ces dynamiques, dont l'éco-féminisme est une expression, dénoncent la société de l'écran où les individus se tournent totalement vers l'intensité des stimuli offerts par des bains de sensations et d'émotions. Une « écologie des gestes » (Citton, 2012) est réclamée pour échapper à la productivité corporelle axée sur la performance. Les pratiques somatiques deviennent ainsi une voie pour découvrir une nouvelle relation au corps.

Retrouver son propre rythme, son rythme intime, révélé par un corps qui, tel tout être vivant, suit son propre biorythme. Les discours des

⁵ C. Larrère, « L'écoféminisme : féminisme écologique ou écologie féministe », *Tracés. Revue de Sciences humaines* [En ligne], 22 | 2012, mis en ligne le 21 mai 2014, consulté le 27 août 2023. URL : <http://journals.openedition.org/traces/5454> ; DOI : <https://doi.org/10.4000/traces.5454>

mouvements éco-féministes, des arts corporels et des pratiques somatiques associées qui se répandent dans la société sont-ils compatibles avec les tendances de la « biopolitique », en continuité avec les travaux de Michel Foucault, du corps- machine maîtrisé ? Les critiques de cette biopolitique, spécifiques à la société capitaliste, alimentées par la redécouverte occidentale récente de la complexité de la communication intracorporelle, peuvent-elles coexister avec la mise en avant du corps dans le monde numérique professionnel ? Les discours et les pratiques des communautés du XXI^e siècle, qui sont déjà convaincues que leur corps ne sert pas seulement de contenu et de support d'une identité à sculpter pour servir la promotion, mais constituent le moyen d'accès à soi-même et à la communication sensible et émotionnelle avec tous les êtres vivants, peuvent-ils se diffuser ? Ce projet en apparence contre-culturel apparaît en réalité ambivalent, car il continue de propager l'idée que le corps est le réceptif d'un être qu'il faut préserver de l'extérieur, en particulier du travail, perçu comme aliénant. Le dualisme entre extériorité et intériorité corporelle persiste, de même que le dualisme entre corps et esprit. Le corps, porteur de l'identité, est censé correspondre à l'exigence de représenter l'être désiré par le sujet. La question que nous posons maintenant est alors la suivante : quelles expériences du toucher pourraient permettre de sortir du paradigme dualiste concernant le rôle du corps dans la société contemporaine ?

L'impasse d'une quête de soi par les expériences corporelles

Le corps, qu'il s'inscrive dans l'idéal machinique ou dans l'idéal d'un être vivant en connexion avec d'autres êtres vivants, demeure un vecteur de communication pour l'individu post-moderne, marquant un dualisme entre intériorité et extériorité, esprit et matière.

Malgré la diversité des discours et des pratiques, une certaine croyance persiste dans l'espace médiatique : celle attribuant au corps l'appartenance à l'individu, considérant le corps comme le siège de l'identité. Dans les médias et surtout sur les plateformes numériques de réseaux sociaux, le corps reste un moyen de créer une représentation basée sur un système de signes dicté par la communauté d'appartenance (un système de la mode selon Roland Barthes). Ce corps à modeler

s'oppose aux autres et au monde, dans un paradigme de dualité entre le moi et l'autre. "Je suis ce que je parais être" perpétue le dualisme corps-esprit.

Un premier type de corps, conçu pour un être dépourvu d'intériorité, devient un instrument au service d'une société d'échanges de signes. Ce corps-machine se conforme aux rythmes et aux cadences imposés. La chronémiq ue de la culture occidentale, telle qu'exposée par Edward T. Hall, régit les journées, les activités, les relations. L'agenda, la montre, le smartphone quantifient le temps. L'individu quotidien façonne son corps à la manière d'un jardinier. Le corps, transformé en support publicitaire d'identité, se soumet aux rythmes dictés par cette société.

Un second type de corps, destiné à un être en quête d'intériorité, devient un corps à protéger et à cacher, car il n'abrite pas uniquement l'essence de l'être, il en est l'essence même. Le corps devient la barrière ultime préservant l'intériorité. Les codes de révélation et de protection de cet être, y compris sa forme corporelle, sont finement orchestrés pour s'accorder aux normes morales de ce qui est acceptable de montrer ou de dissimuler.

Faut-il déconstruire l'illusion corporelle de l'identité individuelle ?

Nous soutenons que dans une société comme la France, qui prône l'émancipation, il est impératif d'adopter une éthique de la relation avec les corps de ses citoyens tout au long de leur vie. Le contrat de confiance doit reposer sur un dialogue explicite présentant les enjeux des risques que chacun choisit d'assumer pour son corps. Choisir de maîtriser son corps au service de la performance mécanique, choisir de préserver son intériorité identitaire et spirituelle, de se soustraire aux injonctions d'exposition, de modeler ou de réinventer son corps pour servir son projet d'identité, de se conformer aux signes corporels d'une communauté, de chercher des expériences tactiles qui remettent en question l'idée de l'identité individuelle.

Au XXI^e siècle, les discours remettant en question l'idée que le corps ne soit qu'un simple outil pour valoriser l'individu en quête de promotion sociale ou d'auto-exploration de soi ne résolvent pas le problème fondamental : existe-t-il une identité individuelle au cœur de la complexité charnelle (Martin-Juchat, 2020) ?

L'ontologie moderne s'est construite autour de cette obsession de la recherche de l'identité individuelle grâce au corps, instrument de cette identité. Pour certains, les crises comme la pandémie de la Covid-19 les ont brutalement écartés de cette illusion qui avait structuré leur quête identitaire.

À titre d'illustration de cette prise de conscience, le témoignage de Bruno Latour dans le chapitre "Multiplication des corps mortels" de son essai *Où suis-je : Leçon de confinement à l'usage des terrestres* (2021). Ses propos décrivent admirablement la métamorphose qu'il compare poétiquement à la « Métamorphose » de Kafka. Il décrit l'expérience de la déconstruction de la relation à son propre corps pendant le confinement, entre rêverie, poésie et éclairage scientifique. Il observe le changement épistémologique induit par les altérations que son corps a subies. Cette perturbation de ses habitudes lui a offert une transformation d'un rapport "centrifuge", de l'intérieur vers la surface de son corps, rendant perceptible ce qui était resté inaudible face au positivisme, « dans le fracas de la grande accélération »⁶. Dans ces termes, « À force d'être confiné, l'envie vous prend de vous émanciper tout à fait et de muter d'une métaphysique à l'autre »⁷. « C'est tout l'avantage du confinement que de nous désincarcérer des lignes claires »⁸. Cette nouvelle épistémologie lui a fait accepter la multiplicité des corps agissant en lui avec lui à travers lui, de l'intériorité vers l'extériorité et vice-versa. « Nous sommes tous, mâles et femelles, des corps engendrés et motels qui devons nos conditions d'habitabilité et d'autres corps engendrés et mortels de toutes tailles et de toutes lignées⁹ ».

Cette crise existentielle vécue par Bruno Latour, illustre bien notre hypothèse selon laquelle le corps, grâce à cette crise, a perdu pour certains son statut d'instrument au service de la performance sociale et de la productivité. La question est de savoir si cette transformation peut perdurer avec la persistance de la crise et au-delà. C'est là que résident les enjeux des pratiques somatiques, dont le yoga, qui font ressentir par

⁶ B. Latour, *Où suis-je ? Leçons du confinement à l'usage des terrestres*, Paris, La découverte, Les Empêcheurs de penser en rond, 2021, p. 126.

⁷ *Ibid.* p. 120.

⁸ *Ibid.* p. 124.

⁹ *Ibid.* p. 127.

l'expérience des contacts sensoriels, intimes et extimes, les touchers pluri-sensoriels, et révèlent la fragilité de l'idée selon laquelle l'identité corporelle serait portée par un être séparé de son environnement.

Conclusion : vers un changement de paradigme ?

Nous entrons en conscience de nous-mêmes par les touchers intra-utérins, suivis des multiples contacts que procure un corps immergé dans un environnement pluri-sensoriel. L'environnement, ce monde vivant en tant que substrat, prend une première place fondatrice. L'expérience de ce monde à travers les touchers en est la suite, la prise de conscience du monde puis de soi-même vient en dernier.

Ces contacts pluri-sensoriels, rendus possibles par la peau en tant qu'organe liant tous les récepteurs sensoriels grâce aux fascias, favorisent la communication non seulement entre l'intériorité et l'extériorité, mais également entre les êtres humains et non humains, le corps en tant que matière vivante pouvant ressentir les vibrations des autres vivants. Cette communication corporelle par « échoïsation » (Cosnier, cité par Martin-Juchat, 2020) permet aux vivants humains de fusionner, de ressentir de l'empathie et de la sympathie envers tous les êtres vivants (Martin-Juchat, 2020).

Cette conception du corps que nous exposons n'est bien entendu pas prédominante, et c'est ici que prennent place des pratiques somatiques et des arts du corps qui permettent d'ouvrir le dialogue sur les représentations.

Entre action et non-action, entre mémoire, expérience et ignorance, entre soi et l'autre, au sein de cet espace intermédiaire et dynamique des corps présents, le toucher active un espace en mouvements et diffuse des ondes résonnant dans les corps. L'"intelligence" corporelle occupe le cœur de ce dispositif, où la main peut agir en tant que médiatrice de la conscience du sujet. Ce toucher que nous désignons "organe-fonction" (Martin-Juchat, 2017) est en corrélation avec la notion de "moi-peau" formulée par Didier Anzieu (Anzieu, 1985). Cette métaphore a permis à ce psychanalyste de mettre en lumière dès les années 1980 le rôle central et complexe de la peau, donc du toucher, dans la construction de la psyché et la relation avec l'environnement.

L'intelligence corporelle, particulièrement activée par le toucher et souvent considérée comme une forme d'intelligence universelle par les

praticiens du corps, n'est saisie que partiellement par les consciences. Celles-ci tracent un processus qu'elles ignorent et connaissent simultanément, le consignait grâce à un imaginaire symbolique qui leur est propre.

Il est intéressant de noter que ce postulat sur l'intelligence du corps par le biais des mouvements engendrés par les touches du monde résonne avec les idées de la pensée pré-socratique, notamment en ce qui concerne l'"intelligence" envisagée comme nous-noein (νόος-νοεῖν) : « L'activité du νόος serait donc la création d' « images » qui n'auraient pas une valeur seulement « représentationnelle », mais avant tout « pragmatique-conative », capables d' « anticiper », sans pourtant être le fruit d'une réflexion élaborée, la « forme » de l'action à accomplir par le sujet et le pousser à cet accomplissement » (Stella, 2016).

En guise de conclusion, il convient de souligner l'importance de l'expérience de ce processus somatico-cognitif et actionnel activé par le toucher. Seul le vécu de ce processus, grâce à des pratiques spécifiques, pourra remettre en question une conception du corps instrumentale, utilitariste, au service d'une recherche : celle de l'identité, conçue comme une conscience symbolique, perçue comme individuelle.

Bibliographie

Andrieu, Bernard, *Sentir son corps vivant. Émersiologie*, Paris, Vrin, 2016.

Citton, Yves, *Gestes d'humanité. Anthropologie sauvage de nos expériences esthétiques*, Paris, Armand Colin, coll. « Le temps des idées », 2012.

Damasio, Antonio, *L'Erreur de Descartes*, Paris, Odile Jacob, 2010, [1994].

Damasio, Antonio, *Spinoza avait raison. Joie et tristesse, le cerveau des émotions*, Paris, Odile Jacob, 2005, ([2003]).

Elias, Norbert, *La civilisation des mœurs*, trad. P. Kamnitzer, Paris, Calmann-Lévy, 1973, [1939].

Foucault, Michel, *Histoire de la sexualité. Vol. 1 : La volonté de savoir*, Paris, Gallimard, 1976.

Hochschild Arlie Russell *Le prix des sentiments. Au cœur du travail émotionnel*, trad. S. Fournet-Fayas et C. Thomé, Paris, Éditions La Découverte, 2017, [2012].

Haraway, Donna J., *Vivre avec le trouble*, Paris, Les mondes à faire. Trad. Vivien García, 2020, [2006].

Jay, Laurence. « Pratiques somatiques et écologie corporelle », *Sociétés*, vol. 125, no. 3, 2014, pp. 103-115.

Latour, Bruno, *Où suis-je ? Leçons du confinement à l'usage des terrestres*, Paris, Éditions La découverte, Les Empêcheurs de penser en rond, 2021.

Larrère, Catherine, « L'écoféminisme : féminisme écologique ou écologie féministe », *Tracés. Revue de Sciences humaines* [En ligne], 22 | 2012, mis en ligne le 21 mai 2014, consulté le 27 août 2023. URL : <http://journals.openedition.org/traces/5454> ; DOI : <https://doi.org/10.4000/traces.5454>

Martin-Juchat, Fabienne, « Les paradoxes de « l'anamnèuseur » corporel : la relation interpersonnelle de « soin » basée sur le toucher », *Les Traces du corps*, in B. Galinon-Méléneec (dir.), pp. 199-215, Paris, CNRS Éditions, 2017.

Martin-Juchat, Fabienne, *L'aventure du corps. La communication corporelle, une voie vers l'émancipation*, Grenoble, PUG, 2020.

Morizot, Baptiste, *Manières d'être vivant. Enquêtes sur la vie à travers nous*, Paris, Actes Sud, 2020.

Stella, Fabio, « L'origine des termes νόος-νοεῖν », *Methodos* [En ligne], 16 | 2016, mis en ligne le 22 février 2016, consulté le 29 août 2023. URL : <http://journals.openedition.org/methodos/4558> ; DOI : <https://doi.org/10.4000/methodos.4558>

Vigarello, Georges, *Le corps redressé : histoire d'un pouvoir pédagogique*, Paris, Armand Colin, 2001, [1978].

Wiener, Norbert, *La Cybernétique : information et régulation dans le vivant et la machine*, présentation de R. Le Roux, traduit par R. Le Roux, R. Vallée et N. Vallée-Lévi, Paris, Seuil, 2014, [1948].

Biographie :

Fabienne Martin-Juchat est professeure des universités en sciences de l'information et de la communication à l'Université de Grenoble

Alpes. Elle est titulaire d'un doctorat en sciences du langage, spécialisée dans l'analyse des pratiques sociales incluant l'usage du corps et des émotions. Elle développe une approche anthropologique de la communication corporelle et émotionnelle médiée ou non par les technologies.