

2.3.5 Un moment fondateur de sens

MCours.com

« Soyez passant. »

« Il est bon de se rappeler que le monde est un pont, et qu'on ne construit pas sa demeure sur un pont. »

Leloup, dans Blattchen, 2001 : 47

Il est des souvenirs qui sonnent à notre porte, nous invitant dans un élan incontournable à les retranscrire, « Il y a des jours de passion, d'agonie, de lutte entre les différentes composantes de notre être, entre notre liberté ouverte à l'Ouvert, à l'inconnu qui nous guide et à notre liberté fermée, qui s'enferme dans son psychisme, dans ses haines, dans ses refus. Puis arrive ce jour où on ne sent plus rien. Et du fond de cette vacuité peut naître une nouvelle vie, une anasthesis, la naissance d'en haut. » (Leloup dans Blattchen, 2001 : 54)

Je me souviens - Je me sens nue de mon passé, nue de mes retenues. Je me présente à mon groupe et à mes deux amis, neuve. Mais je ne le sais pas encore. J'habite le présent de ma vie avec toute sa force, mais je ne sais pas encore. Je ne réfléchis plus comme avant, ma pensée a changé, mais je ne le sais pas encore.

Je suis « atteinte » de simplicité sans l'avoir cherché, et je le sais. Je sens mon corps délié, je me déplace lentement, de la lenteur de la présence. Mes pas découvrent le velouté des tapis et chaque pas savoure l'extrême bonheur d'être ici. Je goûte la vie en moi, tout semble sacré.

J'aime notre groupe de l'amour d'une mère tranquille. Pendant tout le séjour j'aime d'un amour nouveau, mais quel est cet amour nouveau ? C'est un amour qui se repose sur la confiance éternelle, j'aime sans raison, je baigne dans cet amour incarné et divin à la fois, c'est moi qui aime en même tant que cette autre aime à travers moi. J'étale mon être sur cette confiance, je m'y dépose, comme dans une eau chaude aux effluves parfumées, je m'y installe pendant toute la durée de notre rencontre. J'accueille ce qui m'est offert depuis un lieu nouveau. Jamais je n'ai connu une telle liberté, c'est si simple.

Je vis deux expériences, celle de l'accompagnatrice accompagnante et, dans le même temps, l'expérience qui se joue dans ma vie intime. J'ai pleinement conscience des deux, je reconnais bien l'accompagnatrice, mais pas « l'autre de moi » qui semble éclore comme un bourgeon à l'ombre du désert. Cette conscience témoin ne me quitte pas un instant. Petit à petit, je m'habitue à ce doux miracle de ma vie, ce qui lui donne encore plus d'intensité. Je me sens sur une planète inconnue, une autre partie

de moi. Je vis comme deux réalités. J'en parle à mes amis. Mais peuvent-ils sentir, palper, humer, là où je me trouve ? Qui perçoit ce que je vis dans le secret de moi-même ? Je me sens seule parmi les autres, mais pas seule avec moi-même. Cette solitude que je perçois parfois me paraît incontournable à vivre, sommes-nous condamnés à cette solitude ?

Je me souviens, me vivant moi totalement. J'étais tout simplement moi. Ma vie, mon expérience de vie se contenaient en moi et vivaient libres en moi et pour la première fois, je rencontrais le sens du mot affirmation. Ce que j'étais dans toute mon entièreté s'affirmait en moi. Je n'avais pas à m'affirmer, ça s'affirmait en moi, et j'en ressentais la puissance et la jouissance. Il n'y avait plus à ce jour de séparant, je les contenais à l'intérieur de moi en un seul.

« J'étais » et je me rencontrais pour la première fois. Je me rencontrais, comme on rencontre quelqu'un de nouveau. Je rencontrais en même temps ce que j'étais dans l'instant et ce que je voulais devenir, mon futur, oui c'était ça mon projet - être ce que je découvrais en moi -

Je comprenais le mot assumer ce que l'on est. Je savais que l'expérience que j'étais en train de faire n'était possible que parce que mes amis étaient là, ce groupe était là. Je leur vouais dans le secret de mon cœur une reconnaissance éternelle. (Extrait de mon journal de recherche, 2010)

2.3.6 Devenir soi au milieu des autres

« La pluie tombe ; elle est "une"; mais elle fleurit rouge dans le coquelicot, blanche dans la marguerite, rose dans la rose. »

Leloup, dans Blattchen, 2001 : 20

Au moment où je venais de me rencontrer, totalement moi, je vivais des difficultés dans mon groupe avec mes deux amis et collègues qui ne me reconnaissaient plus. Au fond de moi, j'étais toujours la même, encore plus assumée dans mon métissage. De toute évidence, ma manière d'être et d'enseigner ne correspondait plus à leurs valeurs et à leurs attentes. J'étais aussi surprise qu'eux à la fois dans l'expérience fondatrice que je vivais et dans les réactions que je provoquais, je n'avais pas prévu cela. Ma nouvelle forme se cherchait et je pressentais que cela allait prendre du temps. Au moment où je faisais acte de fidélité envers ma vie, il leur paraissait que je faisais acte d'infidélité à notre métier. Pendant le stage, je gardais le cap et restait ancrée dans mon expérience. C'est après le stage, en recevant le courrier réactif de l'un d'eux, que je rencontrais mes inaccomplis. C'était pertinent pour moi de rencontrer à la fois ma singularité et ma difficulté à l'assumer. J'étais triangulée entre la fidélité à

mon expérience et mon besoin d'appartenance et de reconnaissance de mes proches. Je risquais la tentation de me nier pour que l'autre m'accepte, mais c'était impossible, je ne pouvais pas me trahir moi-même. Mon cœur était très éprouvé par cette expérience. Avec du recul, je vois combien je devais me construire davantage en tant que sujet, accepter ma différenciation, me valider, me reconnaître.

Cette épreuve humaine a été le début de mon itinéraire d'auto-accompagnement que je vais décrire dans les chapitres suivants. Elle a été nécessaire pour mon projet de devenir une accompagnatrice de changement. Je devais rencontrer la fusion d'un « Nous » sans « Je », mais plus encore, trouver de nouvelles articulations avec le « Nous » depuis un « Je » assumé. Mon projet devenait, prendre corps et frontière propres au sein d'une matrice porteuse de vie.

Il est clair pour moi, qu'après ce stage, mon désert intérieur c'est tout ce qui m'empêche de me nourrir à la source du vivant. C'est tout ce qui empêche la source du vivant d'habiter mon être. C'est tout ce qui m'empêche d'être moi, « tout », se vivant au-dedans de moi et non à l'extérieur de moi. C'est tout ce qui m'empêche d'être libre - D'aimer - D'exister.

« Une quête spirituelle se vit dans un psychisme, qu'il s'agit de purifier, et dans un corps, qui peut ressentir d'autres dimensions et s'ouvrir à elle. »

Leloup, dans Blattchen, 2001 : 76

À posteriori, je prends la mesure de l'importance de ce stage, car il contenait en lui deux expériences paradoxales, celles de la potentialité et du conditionnement humain. Je découvrais que je pouvais vivre simultanément une partie de moi inconditionnée, inédite, que je n'aurais pas pu anticiper et l'autre partie de moi conditionnée qui me montrait la réalité de là où je me tenais dans mon existence et dont il fallait m'occuper avec soin. Ce sentiment d'impuissance totale face à ces deux extrêmes me rendait plus humble et je remerciais ma vie de me montrer les deux visages de mon humanité. Au jour d'aujourd'hui, ma démarche compréhensive de sens ressemblait à une démarche humaine. (Extrait de mon journal de recherche, 2010)

« Il s'agit de tenir en nous le créé et l'incrée, l'éternel et le temps, le spirituel et le matériel ».

Leloup, dans Blattchen, 2001 : 76

2.3.7 Mon premier Eurêka : un nouveau thème de recherche

« La vie n'a pas de sens, ni sens interdit, ni sens obligatoire. Et si elle n'a pas de sens, c'est qu'elle va dans tous les sens et déborde de sens, inonde tout. Elle fait mal aussi longtemps qu'on veut lui imposer un sens, la tordre dans une direction ou dans une autre. Si elle n'a pas de sens c'est qu'elle est le sens. »

Singer, 2001 : 50

Au retour de ce stage, je commence mes cours à l'Université du Québec à Rimouski sur le récit autobiographique. Je me sens dans une période de trouble ; j'observe que je suis moins motivée par mon thème de recherche. Au courant de juin 2010, trois mois avant de rendre mon master 2, et après discussion avec mon directeur français, je prends la décision d'arrêter ma recherche au Portugal et de la poursuivre au Québec. C'est après cette prise de décision que je retrouve un élan et que j'ai mon premier Eurêka, un nouveau thème de recherche sort de l'anonymat, « Introspection sensorielle : émergence et devenir du sens, un itinéraire d'auto-accompagnement ». Le mot « auto-accompagnement » s'impose avec force, je prends conscience de sa pertinence, il est au plus juste de ce que ma vie réclame. Ce thème contient toute ma quête, personnelle et professionnelle. Je suis envahie d'une joie intense, j'ai enfin la sensation d'un emboîtement. De là émergeront ma question et mes objectifs de recherche.

2.4 UNE NOUVELLE QUESTION DE RECHERCHE

Comment mon itinéraire d'auto-accompagnement au contact du sensible m'a-t-il appris à saisir à son émergence le sens qui se donne au sein de mes introspections sensorielles et à m'accompagner dans l'actualisation de son devenir ?

2.4.1 Mes objectifs de recherche

- Décrire mon itinéraire d'auto-accompagnement en lien avec mes introspections sensorielles.
- Identifier les moments importants de ma pratique d'auto-accompagnement depuis les introspections sensorielles.
- Décrire mon processus d'auto-accompagnement dans la construction de sens et son devenir, en lien avec les introspections sensorielles.

2.5 LA RECHERCHE DU SENS À NOTRE ÉPOQUE

Même si la question du sens s'est toujours posée, elle revient en force actuellement et dans tous les domaines professionnels, comme je vais le documenter ci-dessous. Elle revient, car nous subissons l'effet « du non-sens » de nos vies. Face au non-sens, à l'absurde, nous nous retrouvons confrontés à nos vies, et là, nous nous posons les questions : « Pourquoi moi ?, Vers quoi dois-je me tourner ?, Qu'est-ce que je dois faire ?, Qui suis-je ? » (Herzberg, dans Pauchant, 1997 : 167). L'auteur ajoute que la science n'a pas de réponse.

Quel homme ne s'est pas posé ces questions-là, soit à certains « âges de sa vie », soit après une rupture fondamentale de sens, soit par intérêt pour l'être humain qu'il est, existant en ce monde ?

2.5.1 La modernité et la perte de sens

La modernité fait partie de l'évolution de l'homme dans une société, elle est inévitable. Thierry Pauchant (1997) nous met en garde par rapport à certaines valeurs que l'homme semble avoir oubliées et qui participent à la perte de sens.

Nous avons appris comment influencer notre environnement jusqu'au point où notre survie même en tant qu'espèce est menacée. Nous avons développé notre égo, jusqu'au point que nous pensons maintenant que notre bonheur personnel est séparé du bonheur de ceux qui nous entourent. Nous nous sommes séparés de la nature, jusqu'au point où nous avons perdu notre sens d'émerveillement envers le mystère de la vie et notre sens d'appartenance à quelque chose de plus grand que nous-mêmes. (Pauchant, 1997 : 37)

Le philosophe et politologue Charles Taylor (1992) va dans le même sens, dans son ouvrage « Grandeur et misère de la modernité ». Il définit « le désenchantement du monde » à travers les trois malaises de la modernité : l'individualisme, la primauté de la raison instrumentale et la perte de liberté

L'individualisme :

L'individualisme est, pour certains, une belle conquête de la modernité. « Nous avons conquis notre liberté moderne en nous coupant des anciens horizons moraux. Nos ancêtres croyaient faire partie d'un ordre qui les dépassait (...). Cet ordre de l'univers se reflétait dans les hiérarchies de la société humaine » (Taylor, 1992 : 13). Mais en même temps, ajoute-t-il, « qu'elles nous limitaient, elles donnaient un sens au monde et à la vie sociale » (Taylor, 1992 :13).

« L'individualisme est certainement un des fléaux de notre société, où chacun ayant choisi son mode de vie a la sensation d'être le maître de son existence » (Taylor, 1992 : 13).

Charles Taylor, souligne les deux aspects de l'individualisme, celui qui nous a fait gagner en liberté par rapport à nos ancêtres et celui qui peut nous couper des autres, de la vie sociale et d'une quête fondamentale.

La primauté de la raison instrumentale :

Taylor entend par raison instrumentale, « Cette rationalité que nous utilisons lorsque nous évaluons les moyens les plus simples de parvenir à une fin donnée. L'efficacité maximale, la plus grande productivité mesurent sa réussite » (Taylor, 1992 :15). Dans ce

contexte, on ne prend pas en compte l'être humain en tant que tel, dans ses besoins, ses difficultés ou ses qualités, on ne s'intéresse qu'à ce qu'il produit, peu importe qui il est et ce qu'il vit. Il prend alors le statut d'une machine.

La perte de la liberté :

« Les institutions et les structures de la société techno-industrielle restreignent considérablement nos choix », comme la menace des problèmes écologiques et de notre liberté individuelle et collective. Charles Taylor cite Alexis de Tocqueville qui, lui, évoque une autre perte de liberté, dans une société formée d'individus « renfermés dans la solitude de leurs propres cœurs ». Il parle de désinvestissement à la vie politique, préférant la tranquillité de leur vie privée (Taylor, 1992 :14).

Voici encore deux aspects de la perte de la liberté, l'une qui nous contraint depuis l'extérieur et l'autre qui nous contraint depuis l'intérieur de nous-mêmes.

La question que l'on peut se poser est : comment accompagner tous les bouleversements autant positifs que négatifs de la société moderne sans se perdre dans le non-sens, dans la perte de sens ou dans l'absence de sens. Il s'agit bien là du sens en tant qu'orientation.

2.5.2 Les conséquences de la perte de sens sur la vie individuelle et collective

« L'évacuation de la responsabilité entraîne celle du sens. »

Velz, 1999, 122

La question du sens est d'actualité dans les domaines professionnels tels que celui de l'entreprise, de l'éducation, des milieux médicaux, paramédicaux et de la recherche. Le développement économique a traduit le sens en progrès économique. La course à la productivité et au profit ont pris le pas sur les valeurs humaines. Dans le monde de l'entreprise, beaucoup de salariés ne comprennent plus l'environnement dans lequel ils

exercent leurs compétences. Les choix managériaux ne sont plus compris (article dans « Les grands dossiers en sciences humaines » n°12).

Dans le domaine de l'entreprise, ce que les personnes nous rapportent est que cette perte de sens à laquelle on peut ajouter le manque de personnel, donc une surcharge de travail, entraîne une démotivation et donc un désinvestissement de leur part. On note de plus en plus d'absentéisme. La relation à l'autre s'en trouve perturbée. La devise « chacun pour soi et Dieu pour tous » traduit une croyance, celle de devoir s'en sortir seul et le désintérêt de l'autre. L'enfermement sur soi-même aggrave ce mal-être. Une perte de confiance en soi, en sa vie, une perte de repères conduit parfois les personnes à prendre de douloureuses décisions.

De nouvelles approches sont déjà en place pour trouver des solutions à la perte de sens, telles que « le sensemaking », le management par le sens, initié par le psychosociologue Karl E. Weick. Pour ce chercheur américain, nous dit David Autissier, la construction du sens de l'action est une dynamique collective qui se crée et s'exprime dans les interactions entre les individus. Des enquêtes sont menées au sein des entreprises et des questions sont posées, comme « qu'est-ce qui fait sens pour vous au travail ? ».

Il poursuit en disant : le monde de la gestion et du management aurait-il été trop loin dans le monde de l'instrumentalisation et aurait-il oublié ce principe fondamental de Jean Bodin pour qui « il n'y a de richesse que d'hommes » ? Le monde de la gestion et du management a peut-être oublié ce sage précepte qui veut que toute organisation nécessite l'implication des femmes et des hommes qui la font et qu'il n'y a « d'entreprises que de sens partagé ». K.E Weick nous décrit les sources de résilience des organisations avant de reconstruire un sens nouveau (Autissier, 2008 : 60-63).

Dans le domaine de l'enseignement, pour Ewald Velz, les professeurs sont confrontés au sens de leur métier.

Les enseignants invoquent la non-prise en compte des difficultés du métier, la dégradation de leur image dans la société et le sentiment d'impuissance face à l'idéal de

réussite de tous les élèves. Cela se traduit par des crises de déprime, de burnout, d'épuisement physique et moral. (Portrait des enseignants de collèges et lycées. Interrogation de 1000 enseignants du second degré en mai-juin 2004, www.education.gouv.fr)

Pour les élèves, on observe des problèmes de passivité, de mutisme, de manque de concentration et d'attention, de démotivation, de désintéressement conduisant à l'absentéisme et au décrochage.

Les savants, eux, s'interrogent sur le sens de leur activité, surtout si elle est exploitée à des fins qu'ils ne peuvent approuver. (Velz, 1992 : 122)

Dans le domaine de la santé, nous retrouvons les mêmes problématiques, manque de personnel, surcharge de travail. Par exemple, les infirmières se plaignent de la non-reconnaissance de leur fonction.

Le travail des soignants est un travail d'équipe et nous retrouvons là les problèmes liés à trop d'individualisme comme l'absence de prise en compte des activités des autres, source importante de déficience de la coopération. Leurs tâches administratives ayant considérablement augmenté aux dépens de leur présence au chevet des patients, tout ce qui pouvait donner un sens à leur métier à travers la relation humaine, l'altruisme s'en trouve appauvrit. Ils subissent d'une part les contraintes des patients non satisfaits par un manque d'humanisme et, d'autre part, les demandes de leurs collaborateurs hiérarchiques parfois rigides et tout puissants, eux-mêmes sous l'enjeu de leurs propres contraintes professionnelles. Un sentiment d'inutilité s'installe, l'esprit d'équipe s'effiloche sous le poids du découragement. La solitude se met en place avec son cortège de sentiments négatifs, de dépréciation de soi et des autres (www.souffrance.du.soignant.fr).

Les médecins sont aussi touchés par le burnout ou le suicide. Principalement chez les ophtalmologistes, les chirurgiens et les psychiatres (Léopold, 2006).

2.5.3 La perte de sens : source de pathologies

« L'absence de sens, écrit Jung C.G., entrave la plénitude de la vie et constitue pour cela une maladie. »

Velz, 1999 : 343

La perte de sens constitue une cause importante de maladie. Nous assistons ces dernières années à une augmentation des « burnout⁹ » et à un taux de suicide important.

Par exemple, la Chine a un taux de suicide parmi les plus élevés avec 250 000 à 300 000 suicides par an avec une majorité de femmes et de ruraux. L'ouverture économique a ébranlé la société chinoise, fait éclater les structures familiales, traditionnelles, pour une culture du profit. Le résultat est une course à la compétition et la culture de l'individualisme. Les enfants uniques ont obligation de réussir, sinon ils deviennent la honte de la famille, d'où beaucoup de suicides (<http://.santelog.com>, 21 juillet 2009).

En France, le suicide est également un problème majeur de santé publique. L'OMS estime à 900 000 le nombre des décès dus au suicide chaque année et concerne beaucoup de jeunes, ce qui représente un décès toutes les 40 secondes. Il y a plus de décès par suicide que par accident de la circulation. Les actions de prévention dans ce domaine sont difficiles à mettre en œuvre et restent encore peu développées (<http://.santelog.com>, 21 juillet 2009).

Les diverses manifestations de mal-être sont en très forte hausse chez les jeunes. Grégoire Tirot, auteur de la *France anti-jeune*, nous renseigne sur La précarité professionnelle et sociale les concernant.

Exploitée pour le profit de ses aînés sur le marché du travail, peu protégée par le système de protection sociale, absente de la sphère décisionnaire, la jeunesse cumule les handicaps matériels et symboliques. Comment s'étonner alors que les 18-25 ans

⁹ Le burnout : ce terme, utilisé depuis les années 1980 dans le management et en psychologie du travail, désigne un changement dans les attitudes professionnelles - désengagement, perte des compétences empathique et de la confiance en soi - en réaction à des conditions de travail trop stressantes

soient l'une des deux tranches d'âge la plus atteinte par la dépression et que depuis 1970, le taux de suicide des moins de 40 ans ait doublé.

Frédéric Fappani, cadre éducatif et chercheur en sciences de l'éducation, attire notre attention sur cette société occidentale dont les fondements mêmes poussent l'individu au déséquilibre.

Viktor Franckl, professeur Autrichien de neurologie et de psychiatrie, nous informe que le vide existentiel peut provoquer des névroses, les névroses « noogènes » par opposition aux névroses traditionnelles ou psychogènes. Les névroses noogènes prennent naissance, non dans la dimension psychologique de l'existence humaine, mais plutôt dans sa dimension « noogénique » (en grec, *nos* signifie « esprit »). « Les névroses noogènes proviennent de l'absence de raison de vivre » (Franckl, 2006 : 101).

Force est de constater que ces névroses atteignent de plus en plus de monde, dans tous les milieux sociaux et de plus en plus chez les jeunes et même en dehors de cette période délicate de l'adolescence.

2.6 PERTINENCE SCIENTIFIQUE DE MA RECHERCHE

Ce mémoire s'inscrit dans une continuité de la recherche sur le sens, de manière générale. L'expérience analysée peut faire réfléchir sur le sens différemment et même dans les domaines tels que la philosophie, la sociologie, l'éducation. Il s'inscrit également dans la continuité des recherches, en sciences humaines, en sciences de l'éducation et principalement dans le domaine de la recherche en psychopédagogie de la perception. Il participe aux travaux de Danis Bois qui propose, dans le domaine de l'éducation pour la santé, une démarche compréhensive de sens au sein d'une expérience du corps sensible et notamment dans l'introspection sensorielle (Bourhis et Bois, 2010). Dans le Centre d'étude et de recherche appliquée en psychopédagogie perceptive (CERAP), quelques praticiens chercheurs somato-psychopédagogues se sont penchés sur la question du sens dans

l'enseignement supérieur et sur le rapport au corps et la création de sens. Ils ont apporté ainsi à ma recherche un support de connaissance sur laquelle je vais pouvoir m'appuyer.

2.6.1 La question du sens dans l'enseignement supérieur

Dimitri Dagot (2007) a présenté un master sur la question du sens dans l'enseignement supérieur. Il a étudié deux terrains différents, le premier dans le cadre d'un cursus d'ingénieur n'ayant pas expérimenté la relation au corps sensible et le deuxième auprès des praticiens en somato-psychopédagogie. Deux de ses résultats de recherche rendent compte que la formation au sens « [...] a un impact significatif sur les étudiants, et qu'elle a un rôle important à jouer dans la formation de l'étudiant en tant qu'homme, en tant que professionnel dans un monde complexe » (Dagot, 2007 : 100). Il ajoute que :

[...] l'impact de la question du sens se manifeste de façon plus forte chez les étudiants en somato-psychopédagogie perceptive, avec en particulier une conscientisation plus forte du « comment » avancer sur ces questionnements autour du sens. Le développement d'outils de perception, conscientisation-réflexion et expression de vécu via le corps sensible explique à mon sens cette majoration d'impact. (Dagot, 2007 : 101)

Son étude nous montre la possibilité d'une application de nos recherches sur l'accompagnement du sens dans le cadre de l'éducation et son efficacité. Une ouverture dans cette population vers un questionnement existentiel obligeant l'étudiant, « sujet » avant tout, à se poser des questions sur le sens de manière inhabituelle, transformant son rapport à l'enseignement, au monde et aux autres. Il met en évidence que l'entraînement aux modes d'accès au sens favorise l'habileté à le saisir.

Ce cours autorise nos étudiants à exister en tant que sujet dans l'institution, et par extension la société. Exister au sens pouvoir déposer ses questionnements fondamentaux, pouvoir échanger et avancer sur ceux-ci dans le cadre de l'institution, dans l'ouverture et la bienveillance. Exister en tant que pairs, et non en tant que réceptacles à savoir. Pairs avec les autres étudiants, mais aussi dans une certaine mesure avec les enseignants, en tant qu'êtres humains. Exister en tant que créateurs, pouvant poser ses rêves. Les étudiants se sentent souvent imposés un monde qu'ils n'ont pas choisi, qu'ils ne peuvent pas changer et auquel on leur demande d'adhérer.

L'objectif ici est plutôt de leur faire prendre une posture de représentation la plus juste possible, de responsabilité et de prise de position personnelle face à ce même monde. (Dagot, 2007 : 103)

Ces questions sur le sens interpellent la responsabilisation de 'l'étudiant sujet' l'invitant à dialoguer sur des questions fondamentales, préparant ainsi son futur métier.

2.6.2 La question du sens dans la formation des adultes

Eve Berger, dans sa thèse de doctorat « Rapport au corps et création de sens en formation d'adultes » (2009), met en valeur la naissance du sens, depuis le sentiment de sens jusqu'au sens formulé à partir de l'expérience du sensible. Elle évoque depuis un sens premier : le fait de conscience, la possibilité « d'un déploiement en gerbe » de sens, aboutissant au sens final. Son étude porte sur sa propre expérience introspective, nous interpellant sur la place du corps dans le processus de la genèse du sens.

Elle développe ainsi « Le mode d'apparition du sens, la temporalité du processus, le rapport entre sens et langage et la création du nouveau » (Berger, 2009 : 435). Elle nous interpelle également sur le rapport au sensible « comme condition d'une création de sens corporellement ancrée » (Berger, 2009 : 436), confirmant ainsi le concept de Danis Bois, « Le modèle somato-psychopédagogique dessine en effet un corps bien éloigné du corps observé en 3^{ème} personne traditionnellement mis en scène en formation d'adultes » (Berger, 2009 : 436).

Elle met en valeur « [...] que les phénomènes du sensible ne sont pas seulement des manifestations de la vie interne du corps (en tant que contenus), mais qu'ils participent d'une fonction perceptive particulière, qui ne relève pas des sens habituellement décrits et qui permet de percevoir l'univers qu'ils constituent » (Berger, 2009 : 436-437).

L'émergence du sens final issu d'une fonction perceptive particulière nous montre « Que le monde du corps n'est pas inintelligible et que le monde de l'esprit n'a pas l'exclusivité de l'intelligibilité » (Berger, 2009 : 457).

2.6.3 Les promesses d'un travail sur le sens depuis l'expérience Sensible

Nous avons vu que, dans notre société, les personnes s'interrogent de plus en plus sur la question du sens, et de plus en plus précocement. Quel sens donne-t-on à ses actes au quotidien, à sa vie. Les pathologies de mal-être émergentes trouvent leurs racines dans ce questionnement.

Le corps est encore trop considéré comme « un corps objet » et non comme un « corps sujet ». Le lien entre le corps et le psychisme n'est pas assez pris en compte.

Ce nouveau modèle de construction du rapport à soi à travers la médiation du corps nous conduit à revisiter notre conception du sens.

Ma recherche peut intéresser toute personne en quête de sens, désirant passer par la médiation du corps Sensible. C'est un premier niveau d'apprentissage. Le deuxième consiste à transférer cet apprentissage dans le quotidien et à appréhender les outils de l'auto-accompagnement du sens dans le temps de son existence.

L'accompagnement du sens est une grande question, car découvrir le sens ne suffit pas. Comment accompagner un processus de déploiement du sens. Cela revient à accompagner consciemment le déroulement de sa vie, en devenant co-créateur. C'est dans cette dimension de l'auto-accompagnement depuis l'expérience introspective dans le paradigme du sensible que ma recherche se situe. Elle peut être une piste intéressante pour les étudiants en somato-psychopédagogie, en fasciathérapie, pour les formateurs qui accompagnent des groupes de croissance personnelle.

Cette quête concerne également tous les publics, comme les personnels de santé, les pédagogues, les psychologues, les artistes, les mères de famille, et toutes les tranches d'âge, toute personne intéressée à donner du sens à son existence.

Le sens de la vie est d'abord un sens directionnel, investi d'une signification susceptible d'être portée à la conscience. C'est un sens qui colle à la vie, à l'orientation qui est déjà la sienne, un peu comme la direction « dans » laquelle je me dirige est déjà celle de mes pas et comme le sens des mots est celui de l'évidence des choses qui les remplissent. (Grondin, 2005 : 35)