

Écologie corporelle & *Savoir-être*

« Des retrouvailles avec notre sensibilité originelle. »

propos recueillis par Delphine Lhuillier



Quand l'écologie corporelle® rejoint le savoir-être, une manière de vivre autrement s'invente, une compréhension de soi et du monde différente se forme, une nouvelle société émerge.

L'ÉMERGENCE DE L'ÉCOLOGIE CORPORELLE

Delphine Lhuillier : Pour commencer notre entretien, l'un de vous deux peut-il nous dire comment vous êtes parvenus à définir l'écologie corporelle ?

Pol Charoy : C'est une notion qu'il nous a semblé important d'affirmer car nous rencontrons, Imanou et moi-même, des contradictions dans deux domaines qui nous tiennent à cœur : l'environnement et les arts corporels. L'écologie représente à nos yeux une relation au corps social et environnemental avec une prise de conscience plus vaste que l'individu. Mais nous avons pu observer une contradiction entre les personnes généralement actrices de l'écologie et la relation à leur corps individuel ou à leur corporalité (1). Cela nous gênait pour adhérer complètement au courant écologique, alors même que nous nous trouvions par ailleurs pleinement en cohérence sur le fond... Mais pas sur la forme. D'autre part, au fur et à mesure que nous rencontrons des « spécialistes du corps », nous découvrons une nouvelle contradiction : des personnes dotées d'une magnifique virtuosité du geste étaient très souvent « coupées » d'elles-mêmes. Elles considéraient pour beaucoup leur corps comme un « corps outil » et non comme un « corps sensible ». Toutes ces observations nous ont interrogés : comment se faisait-il que des personnes aussi sensibles au corps social et environnemental, au point de militer, soient si peu sensibles à leur corps qui est pourtant leur terre ? Et comment

Immanou par Frédérique Villbrandt

se faisait-il que des personnes aussi proches de leur corps ne soient pas forcément sensibles à l'écologie ?

D. L. : Vous-mêmes, experts dans l'art du mouvement, vous ne viviez pas cette même contradiction ? Qu'est-ce qui était différent ?

P. C. : Bien au contraire ! Nos pratiques nous ont particulièrement sensibilisés à ce qui arrivait à la terre. Elles ont eu pour effet de défaire des enkystements inconscients et ainsi tout notre être (pas seulement notre corps) est devenu de plus en plus à l'écoute de son environnement. De par notre expérience en tant que pratiquant, mais aussi en tant qu'enseignant, cette sensibilisation à soi, en tant que corps individuel, devrait obligatoirement trouver une résonance avec le corps social et environnemental et nous sensibiliser. Je vous donne un exemple : quand je suis capable, par une pratique corporelle, d'explorer et de découvrir en moi des parties qui ont été exploitées, reniées, rendues muettes par mon histoire (d'un point de vue psychanalytique). Quand je suis capable de rendre à nouveau sensibles ces parties de moi, alors, spontanément, des comportements sociaux et environnementaux dont je ne me préoccupais pas auparavant, vont me toucher, et même... me faire pleurer. Autrement dit, quand je pleure sur moi, je regarde autrement le monde, et quand je découvre des actualités douloureuses à la télévision, je suis bouleversé. Ce n'est pas seulement une adhésion intellectuelle, un processus mental ou une émotion qui trouve ici le chemin pour se déverser, mais une sensibilité qui s'éveille, dans tous les sens du terme.

D. L. : Cela signifie une véritable révolution intérieure...

P. C. : Nous revendiquons avec Imanou, un peu par provocation, qu'une pratique corporelle écologique est forcément subversive. Parce qu'elle enclenche un changement profond de perceptions. Sa pratique ne va pas forcément nous faire aller mieux (quoique...). Ni nous apporter un bien-être, mais plutôt un mieux-être (à long terme). Ces retrouvailles avec notre sensibilité originelle vont plutôt nous amener, effectivement, à réaliser une véritable révolution intérieure : à ne plus supporter notre auto-exploitation, notre participation à l'exploitation du corps social. Ce qui ne nous épanouit pas, ou peut-être, plus justement, ce qui ne nous fait pas « fleurir », nous devient insupportable.

BIEN-ÊTRE ET MIEUX-ÊTRE

Ezzedine El Mestiri : Cette idée volatile du bien-être est aujourd'hui très répandue

Corps outil & corps sensible

dans notre société marchande. Comment faites-vous la distinction entre le bien-être et le mieux-être ?

P. C. : Le bien-être est souvent un pansement.

Imanou Risselard : C'est une sensation qui ne tient pas dans le temps. Notre aspiration au bien-être, en réalité, ne change rien.

P. C. : La société du bien-être sert à reproduire les forces du travail. Autrement dit, je me détends pour mieux retravailler. Et je renforce le système d'exploitation en place. Mais je ne chemine pas vers mon épanouissement et la révolution intérieure nécessaire au changement.

E. El M. : Cela ne permet aucune rupture...

P. C. : Individuellement et collectivement, on ne s'interroge pas assez aujourd'hui sur notre besoin de bien-être : pourquoi m'est-ce si nécessaire ? ...Pour continuer à vivre mon quotidien ? Est-ce pour supporter l'insupportable ? La démarche me semble différente dans notre besoin de mieux-être. On rencontre là des personnes qui s'interrogent. Elles ne vont pas seulement chercher la pratique qui leur fait du bien ou qui leur ôte leur stress, elles commencent à s'interroger sur le pourquoi de leur état : pourquoi ai-je besoin de tant de massages ? Pourquoi est-ce que cela me fait tant de bien ? Et les personnes, doucement, entrent dans un processus intérieur.

CULTIVER UN SAVOIR-ÊTRE

E. El M. : Je vous pose cette question car la société de consommation intègre aujourd'hui la dimension du bien-être. Elle la marchande même. Concernant le mieux-être, tel que vous le définissez, elle semble encore avoir des difficultés à accueillir pleinement des personnes en démarche intérieure. Concernant le savoir-être, auquel je suis particulièrement sensible, là, la fermeture est totale. Chacun veut bien appréhender et comprendre la consommation responsable ou durable à sa manière, en adoptant les comportements qui l'arrangent. Il y a là un véritable problème.

D. L. : Qu'entend-on par savoir-être ?

E. El M. : De nombreuses personnes seraient mieux placées que moi pour en parler car elles ont participé à sa définition, mais je dirais que le savoir-être nous permet d'aller vers ce qui nous enchante et de rêver grand. Il donne un sens à notre vie. Être en harmonie avec soi-même, avec la nature et avec le vivant. Il se situe à l'opposé d'une société du bien-être et du paraître. Le savoir-être est une ouverture

sur le monde car l'être humain a toujours envie de savoir. En le cultivant, c'est un devenir que nous construisons. Le savoir-être porte aussi une gravité car dans ce monde de futilités, ce mot-là a un poids, il engage de nouveaux comportements citoyens. Je pense que quatre-vingts pour cent des aberrations qui sont présentes aujourd'hui dans le commerce ou la consommation pourraient être résolues si nous dispensions un véritable savoir-être pédagogique aux personnes qui sont intéressées. Et, incroyablement, ce savoir existe : pourquoi achète-t-on tel produit ? Comment l'utiliser, d'où vient-il ? Quelle est son utilité ? Alors, pourquoi ne le faisons-nous pas ? ...Parce qu'un mode de fonctionnement ancien veut que la « machine économique » continue à tourner. Beaucoup d'exagérations pourraient disparaître si nous adoptions cette attitude de savoir-être. Je suis convaincu que, plus que jamais, cette société de consommation a encore besoin d'un savoir-être. Mais la porte reste fermée pour le moment.

D. L. : Vivre une écologie corporelle pourrait participer à ouvrir cette porte... Parce qu'en devenant plus sensibles, nous sommes plus à l'écoute de nos réels besoins et plus conscients de l'impact de nos actions sur notre environnement. Je crois que l'un des soucis majeurs de l'humanité aujourd'hui est lié à une prise de conscience intellectuelle, mais pas « organique » de la situation. De nombreuses personnes se sentent concernées au niveau social ou environnemental, mais c'est davantage leur raison plutôt que leur ressenti qui est affectée. Or, la raison n'est pas résolument imprégnée par le vivant...



PORTRAIT

Ezzedine El Mestiri est fondateur et directeur de la rédaction du magazine **Nouveau Consommateur** : www.nouveauconsommateur.com depuis 2003. Il est auteur de nombreux ouvrages de sociologie et manuels pratiques consacrés à la consommation responsable et notamment « Le Nouveau Consommateur, Dimensions éthiques et enjeux planétaires » (Editions l'Harmattan, 2003) et « La Consommation écologique » (Editions Jouvence, 2007).

L'ÉVOLUTION DE L'ÉCOLOGIE

E. El M. : Je suis ravi d'entendre parler de l'écologie corporelle car elle fait pour moi écho à l'écologie sociale et peut-être à une nouvelle étape de son évolution. Mais il serait peut-être bon de rappeler à ce stade de notre entretien que l'écologie a une histoire qui date du 18ème siècle. Au départ, il était question de protéger l'homme contre la nature. Au 19ème siècle, l'écologie se développe comme discipline scientifique et sous-discipline de la biologie. Chose extraordinaire, le premier parc naturel créé aux Etats-Unis, en 1872, a été construit pour que les hommes pratiquent le sport ! Dans cette continuité, Napoléon III a demandé que l'on aménage en France les forêts pour que l'homme puisse en profiter. Ainsi, à l'origine, les parcs se sont développés pour protéger l'homme, tandis qu'aujourd'hui, les parcs naturels se développent pour protéger la nature ! Entre-temps, beaucoup d'évolutions ont eu lieu. Mais c'est toujours la relation homme-nature qui a primé.

Ainsi le 19ème siècle aura vu trois conceptions de l'écologie s'affronter :

1. L'une qui exclut l'homme de la nature. D'ailleurs, quand on lit les grands écrivains du 19ème siècle comme Zola, l'homme est en dehors de la nature, chacun étant autonome.
2. Une autre qui considère l'homme comme prédateur.
3. Et enfin une troisième qui cherche à créer une harmonie entre les humains et la nature.

Et nous en sommes restés là, car l'écologie n'a pas pu avoir accès au rang de discipline ; elle est restée une sous-discipline dans un scientisme régnant où tout était pensé pour le progrès. C'est dans les années 60 que l'écologie devient une discipline scientifique à part entière. On assiste alors à un discours écologique qui commence à critiquer la société et à s'intéresser à l'univers de la vie quotidienne. Citons Ivan Illitch dans les années 70, le premier rapport du club de Rome (2), le premier article fondateur d'Edgar Morin en 72 dans Le Nouvel Observateur ou bien encore René Dumont en 74 qui traita de « cons les gens avec des bagnoles ». Avec la mondialisation, on arrive aujourd'hui à une écologie sociale et géopolitique qui s'intéresse à toutes les dimensions de la vie quotidienne. Il était temps !

D. L. : Dans les années 70, l'écologie était devenue un outil de débat idéologique contre le système politique en place. Quarante ans plus tard, la tendance est encore là, les positions se placent souvent « contre ». Comment sortir de cette opposition pour avancer plus « écologiquement » ?

E. El M. : L'écologie était au cœur des débats en mai 68. Elle renforçait l'idée qu'accumuler des biens et en abuser était néfaste pour la société. Ce qui ne veut pas dire que mai 68 était une révolte écologiste, mais elle en a été le ferment. L'écologie corporelle aujourd'hui pourrait être un aboutissement, ou en tout cas une chance, pour amener les personnes à réaliser un travail sur elles-mêmes et accéder ainsi à un nouvel état d'être. Elle pourrait accompagner les personnes dans une véritable intégration pour qu'elles ne restent pas coupées de ce qui les entoure : ni de la nature, ni des autres, ni de leur culture. C'est aussi un éveil pour l'avenir et ce qui peut se réaliser.

ÉCOLOGIE CORPORELLE & DÉVELOPPEMENT DURABLE

D. L. : L'écologie corporelle pourrait permettre un développement durable...



Delphine Lhuillier dans une posture Wu Dao par Jean-Marc Lefèvre

E. El M. : Pour ma part, je n'associe pas écologie et développement durable, et pour une raison simple. Le développement durable est une notion aujourd'hui galvaudée. N'oublions pas que son principe est bâti sur des notions économiques et non culturelles, ou tout autre aspect d'ailleurs. On s'accorde à dire que c'est un investissement sur la longue durée. Autrement dit, ce n'est pas l'intérêt immédiat qui compte. Or, il faudrait savoir qui investit, dans quel domaine, connaître ce qui est durable... J'avoue franchement qu'après 60 ans d'une société qui n'a créé que du jetable, la tâche n'est pas simple. Autant je trouve que le mot « écologie » a un sens réel par rapport à l'humain, autant je trouve que le mot « durable » est difficile à appréhender.

P. C. : Il y a peut-être des ajustements à réaliser. Si le mot « durable » peut porter à équivoque, la notion de « renouvellement » est intéressante à explorer. Prenons un exemple : si j'ai un verger, je vais faire en sorte de récolter ce qui va me permettre d'avoir une nouvelle récolte l'année suivante. L'exploitation de mon verger va alors être « durable » parce que je vais faire en sorte qu'il se renouvelle. Le développement durable, dans le cadre de l'écologie, devrait peut-être être redéfini dans ce sens : un renouvellement infini, comme le cycle des saisons. Un éternel recommencement.

I. R. : Cette approche du temps sous forme de cycle est essentielle. Car nous nous en sommes éloignés. Reprenons l'exemple du verger :

savoir utiliser ce que le verger me donne, c'est aussi savoir lui laisser le temps d'une régénération naturelle. Aujourd'hui, nous voyons des personnes angoissées à l'idée d'attendre. Or, nous devrions perdre l'habitude d'une consommation et d'une acquisition immédiates. Nous agissons avec notre corporalité comme avec la terre. Nous voulons tout, tout de suite. Cultiver la régénération est essentiel pour que nous retrouvions le cycle naturel de la vie.

**Accéder
à un nouvel
état d'être.**

P. C. : En enseignant à différentes catégories d'âges, je me suis interrogé sur les cycles. Et je me suis aperçu que j'avais vécu plusieurs phases dans ma vie. Il y a eu d'abord un cycle de croissance quand j'ai eu un vrai besoin de croissance. Puis je suis arrivé à un moment de maturité où la croissance n'était plus nécessaire. Je suis rentré dans une attention intérieure et je me suis enrichi. Notre ami Giovanni Fusetti nous a rapporté (voir article p. 30) qu'une forêt suit ce même processus bien connu des scientifiques. Une forêt s'expande jusqu'à un certain seuil, puis s'arrête naturellement de croître. C'est le moment où sa biodiversité augmente et s'enrichit. C'est la même chose dans notre vie : nous avons une phase d'expansion, puis on s'entretient et on s'enrichit. Si nous transposons cette expérience dans une philosophie économique, il y a donc une période de croissance nécessaire, puis une période de stabilisation pour s'enrichir. Sinon, cette expansion est menacée par le moindre intrus : virus, inondation...

QUELQUES NOMS

- Henry D. Thoreau (1817-1862) : l'idéalisation de la vie sauvage
- George Perkins Marsh (1801-1882) : pionnier de l'écologie politique
- Ernst Haeckel (1834-1919) : l'inventeur de l'écologie
- Ivan Illich (1926-2002) : la critique radicale du monde moderne
- André Gorz (1923-2007) : l'écologie libératrice
- Jacques Ellul (1912-1994) : fidèle à la maxime « Penser globalement, agir localement »
- Aldo Leopold (1887-1948) : le sage forestier
- Hans Jonas (1903-1993) : l'éthique du futur
- Arne Naess (1912-2009) : le père de l'écologie profonde
- Edgar Morin (né en 1921) : la pensée complexe
- John Baird Callicott (né en 1941) : l'éthique environnementale
- Vittorio Hösle (né en 1960) : l'idéaliste critique
- Richard Lindzen (né en 1940) : la contestation de l'origine humaine du réchauffement
- Bjorn Lomborg (né en 1965) : l'écologie au crible des statistiques
- Rachel Carson (1907-1964) : l'écologie devient populaire
- Al Gore (né en 1948) : une vérité qui dérange
- François Partant (1926-1987) : à la recherche du monde idéal
- Le GIEC : comité mondial des climatologues

*Retrouvez tous ces noms dans l'excellent dossier réalisé par « Les Grands Dossiers des Sciences Humaines » n° 19 : Les pensées vertes
www.scienceshumaines.com*

LES TAOÏSTES, ANCÊTRES DE L'ÉCOLOGIE

D. L. : La notion de cycle est centrale dans la philosophie taoïste.

P. C. : Bien sûr : le cycle de la vie, le cycle des saisons... Le Tao nous a beaucoup nourris et je crois qu'il faut que nous rendions ici encore honneur aux Taoïstes car ce sont eux qui ont développé il y a des siècles une magnifique notion dont notre société pourrait aujourd'hui s'inspirer : le Yangsheng, que l'on pourrait traduire par « nourrir la vie », mais qu'il serait plus juste de traduire (comme nous l'a soufflé à l'oreille notre ami Cyrille J.-D. Javary) « nourrir le vivre ».

D. L. : Cela consiste en quoi ?

P. C. : Cela consiste à porter notre attention sur ce que l'on mange, sur ce que l'on absorbe. C'est exercer notre corps quotidiennement. C'est une hygiène de vie et surtout, un art de vivre. C'est aussi considérer notre corps comme sacré en l'éveillant et en le sensibilisant.

D. L. : Les Taoïstes pourraient être les ancêtres de l'écologie.

P. C. : Oui, tout comme les Amérindiens et d'autres peuples primordiaux... La spécificité des Taoïstes est d'avoir poussé très loin leurs théories nées de leurs expériences. Les Taoïstes ont par exemple représenté le corps humain : sous la forme d'une montagne, parcourue de ruisseaux, avec des lacs, des arbres et, à différents étages, des grottes où habitent des êtres qui correspondent aux cinq organes et aux cinq grandes fonctions du corps humain, qui sont aussi cinq dynamiques de vie. Chaque être possède ses propres caractéristiques et le Taoïste doit faire en sorte que tous ces êtres puissent s'exprimer. Il doit aller à leur rencontre et les écouter. Comprenez bien, lorsque je considère mon corps comme une émanation du corps de la terre, je deviens nécessairement écologique ! Et bien des siècles plus tard... Ma pratique m'amène nécessairement à un engagement politique, au sens premier du terme. Parce que ma conscience s'étend de plus en plus et que j'entre alors en communion avec le reste du monde. J'entre en relation avec l'arbre au pied duquel je médite. J'entre en relation avec les oiseaux qui vivent dans cet arbre, avec le ver de terre qui ondule sous mes pieds. Et ce qui arrive au monde me touche. C'est lorsque ma conscience de cette communion est coupée que je peux me désintéresser. Sinon, c'est impossible.

E. El M. : Donc, pour vous, d'une certaine manière, l'écologie corporelle est aussi une « fabrique de valeurs ».

P. C. & I. R. ensemble : Oui.

P. C. : Par une voie sensorielle.

I. R. : Je souffre aujourd'hui de cette coupure que nous vivons avec la terre. Je souffre de la négation de ce lien puissant. Elle fait régner une dissociation et une dichotomie qui engendrent une véritable douleur. C'est comme si nous souffrions sans nous en rendre compte. Car nous appartenons à la terre. Retrouver notre sensorialité permet de nous reconnecter à cette appartenance, et par là même, à une globalité. En retournant à l'intérieur de moi, c'est comme si j'allais requérir ma propre terre. Et en parcourant ce chemin, j'intègre que je fais partie de la terre. Je prends conscience de ce que je lui fais subir et de ce que je me fais subir. Si je retrouve ce sens inné de sagesse à bien me traiter, alors je traiterai bien la terre. Ou la terre me traitera bien. Cela va dans les deux sens. Car nous ne sommes pas différents, nous sommes intimement liés. Si j'agis d'une manière complètement incongrue, je suis incongrue vis-à-vis de moi-même. Si je résous cette distorsion, je résous mes conflits intérieurs, et subrepticement, je peux trouver des solutions, y compris au niveau sociétal. Je refais alors du lien. L'intelligence sensorielle peut participer à un profond changement de nos valeurs.



L'IMAGE DE NOTRE CORPS

E. El M. : Une partie du mal-être de notre société provient de l'image du corps que nous avons fabriquée. Nous vivons dans une société où le corps est maltraité : trop valorisé ou bien oublié, utilisé, surexploité. Cela nous est tous arrivé de rencontrer des gens « sans corps » ou des gens « que des corps » ! C'est là aussi où l'écologie corporelle me semble prendre tout son sens.

P. C. : On sait aujourd'hui que les spécialistes du corps comme les athlètes de haut niveau ou les danseurs ont une image déformée de leur corps. Lorsqu'ils arrêtent leur art ou leur pratique, ils tombent souvent dans l'anorexie ou la boulimie. Parce qu'ils n'ont pas de corps ! Seulement celui qu'ils ont construit eux-mêmes pour compenser un manque. A travers ma pratique des arts martiaux, je me suis fabriqué un corps dans la douleur ! Une blessure m'a stoppé dans ma pratique et je me suis remis en question. C'est dans le regard de sa mère et de son environnement proche que l'enfant se construit une image. C'est la mère, le père, qui valident les sensations de l'enfant. Ce sont eux qui lui donnent des repères sensoriels pour se développer. Ces repères vont laisser une empreinte dans sa relation avec



PORTRAIT

Pol Charoy et Imanou Risselard animent les « Ateliers de l'Éveil » avant de fonder ensemble le magazine Génération Tao en 1996. Riches de leurs expériences dans l'art du mouvement, ils créent en 2000 la discipline du Wutao. Ils ont aujourd'hui élaboré toute une gamme d'outils initiatiques pour « éveiller l'âme du corps » qu'ils ont regroupés sous le terme de Trans-analyse. Ils sont également à l'origine de la création du Centre d'Arts & d'Écologie Corporelle Génération Tao.



le reste du monde. C'est pourquoi nous pensons qu'il est si nécessaire de réaliser ce travail sur soi, pour remonter aux racines mêmes de notre conception et de notre naissance où se sont ancrés des traumatismes, des manques. Conception et naissance nous déterminent dans une certaine façon d'être au monde. Nous devons pouvoir défroisser ces espaces abîmés, voire meurtris, pour étendre notre conscience à un monde plus grand que nous. Cette démarche-là aussi est écologique...

E. El M. : Le monde a besoin de prises de conscience qui peuvent participer à la construction d'un autre monde à cette image : relié et assemblé. Le concept d'un retour à soi pourrait être considéré comme individualiste, mais c'est tout le contraire que j'entends.

P. C. : Exactement. Et un retour à soi doit passer par une nouvelle perception de son corps. Aujourd'hui, je lui donne du temps : je m'en occupe en le musclant, en le massant, en lui appliquant des lotions, etc. Cela marche très bien d'un point de vue marketing. Mais nous nous en occupons comme de quelque chose qui ne ferait pas partie de nous ! Or, le corps, qu'est-ce que c'est ? Un corps de sportif performant ? Un corps laborieux ? De quel corps parle-t-on ? Du corps bio-mécanique ? Du corps tendino-musculaire ? Du corps sensoriel ? Du corps émotionnel ? Du corps social ? Du corps qui pense ? Toutes ces questions sont essentielles. Je dois pouvoir m'interroger : qu'est-ce qui entend quand j'entends ? Qu'est-ce qui voit quand je vois ? Qu'est-ce qui rêve ? Ce n'est pas notre corps ? Notre cerveau, ça n'est pas notre corps ? C'est malheureusement ce genre d'idées toutes fabriquées qui posent problème. La qualité de fonctionnement de notre cerveau dépend pourtant bien de notre foie, de notre cœur et de tout le reste du corps qui vont lui amener le sang, les nutriments, etc. qui lui sont nécessaires. Nous pouvons même dire que c'est tout notre corps qui contribue à développer une certaine qualité de pensée. Qui participe à nourrir notre intelligence. Et nous pourrions dire aussi que l'intelligence est sensuelle. Une bonne idée ne vous a-t-elle jamais donné des frissons ? Tout comme comprendre une explication qui sonne comme une révélation ? Sans doute que oui... Cela signifie tout simplement que l'être humain est avant tout un être sensoriel. Et je suis sûr que les grands artistes et les grands penseurs seraient d'accord avec cette idée. Eux, si sensibles aux couleurs, aux sons, à un homme ou une femme qui passe, pour nourrir leur inspiration. Ils ont seulement l'intuition qu'une mise en éveil de notre sensibilité donne de meilleures et de plus justes compréhensions intellectuelles.

Le monde a besoin de prises de conscience.

La dimension sensorielle est ce qui fait selon moi la différence entre l'intellectualisme froid et distant et l'intelligence douce et globale.

E. El M. : Je suis d'accord. Beaucoup d'idéologies sont d'ailleurs nées d'un intellectualisme aux pensées figées qui refusent tout désordre. J'abonde aussi dans votre sens lorsque vous définissez l'écologie corporelle comme un art. Je peux le comprendre parfaitement parce que ce sont les créatifs qui possèdent par essence cette sensibilité dont vous parlez. Un vrai créatif, quel que soit son domaine, est lié à tout ce qui existait avant lui. Il porte la terre. Le monde n'est pas seulement sa demeure. Il est en lui.

I. R. : On entre dans la dimension artistique quand on commence à s'ouvrir à ses propres sensations. On s'accorde du temps pour y accéder. La régénération, c'est ce temps accordé à soi. On pratique, on respire, on écoute ses sensations... Pour rien. Ça ne s'exploite pas. C'est la performance de l'inutile. Le plaisir peut alors arriver. Il accompagne notre processus. C'est un plaisir qui dure et amène une transformation, une alchimie qui nous permet d'accéder à notre propre créativité. C'est l'art de la transmutation.

E. El M. : Et c'est à chacun de le découvrir selon ses propres sensations... Je pense à cette image du corps que nous découvrons dans les manuels scolaires où on nous explique que le corps est un assemblage d'organes. Parfois, j'ai peur que quelques-uns en soient restés là. Cette image du corps est tellement inscrite en nous. Comment l'individu citoyen peut-il accéder à des éléments pour que ce corps s'anime au-delà de cette image de salle de classe ?

P. C. : La relation au sacré, en dehors des religions, est aujourd'hui taboue. Vivre notre corps comme sacré est devenu tabou. Aussi, si vous dites à une personne de faire du mal à son corps pour être bien ou pour s'éveiller, cela ne lui pose aucun problème. Elle n'a aucune interrogation : elle ne se demande pas si ça lui convient ou si elle a une polarité masochiste. Dès que vous lui proposez d'être initiée à un mouvement fluide, global et délicat et de s'ouvrir à l'émotion et au sentiment du geste, elle n'est souvent plus intéressée. Outre qu'elle souhaite un résultat immédiat et perceptible, elle sait qu'elle prend là le risque de ressentir ses émotions. Et c'est vrai ! Une pratique écologique, telle que nous l'entendons, c'est percevoir le mouvement de vie et cela a un effet sur soi. J'entre en relation avec mon ressenti, mes émotions, avec la

LA CHARTE DE L'ÉCOLOGIE CORPORELLE

1. Habiter notre corps ou les fondamentaux de l'écologie appliqués à notre corps : écosystème, énergie renouvelable, biodiversité et développement durable.
2. L'essence du concept : nourrir la vie, nourrir le vivre.
3. L'éveil de notre être sensoriel.
4. Une vision interdépendante & globale de soi, de la société et du monde.
5. Le savoir-être du 3ème millénaire.
6. Le pont entre nos savoirs ancestraux et nos connaissances scientifiques modernes.
7. Le métissage des cultures du monde.
8. Une dimension initiatique, culturelle, artistique, économique et sociale.

calligraphie de mon geste, ce qu'elle laisse comme trace dans l'air et l'effet qu'elle peut avoir sur l'autre et sur mon environnement.

D. L. : Si je transpose cette prise de conscience, c'est aussi prendre conscience de la trace que je laisse dans le monde. Quand on regarde la plupart des machines industrielles que l'on fabrique aujourd'hui et depuis plusieurs siècles maintenant, elles coupent et tranchent l'air. Elles ne s'occupent pas du vivant. Si je passe d'un corps outil à un corps sensible en éduquant ma sensorialité, je ne peux plus fabriquer les mêmes objets. Je ne peux plus trancher l'air. Je ne peux plus transmettre aux générations futures n'importe quoi. On recontacte alors des formes primordiales, ancestrales et bienveillantes intégrées dans une dimension moderne.

VERS UNE GLOBALITÉ

E. El M. : C'est l'anti-système. L'écologie aujourd'hui est orpheline d'art et de culture, car elle est toujours ramenée au champ économique et géopolitique. Pourtant la dimension réelle de l'écologie est globale.

D. L. : Et l'écologie corporelle prône et nous amène à vivre cette globalité car le développement de notre sensorialité ne peut pas fractionner ; en effet, sensations et perceptions émergent de partout et forment un tout indivisible. Si certaines zones sont plus ou moins sensibles, ma perception reste globale. Cultiver l'être sensoriel peut nous permettre de sortir des non-sens auxquels nous avons à faire face aujourd'hui.

Le monde moderne s'est construit sous l'égide d'un scientifique rationnel, coupé du sacré, au service d'un politicien coupé lui-même du sacré. Nous manquons de sages et de sages décisions pour pallier à la faim dans le monde, à la pauvreté... Avec des femmes et des hommes politiques qui auraient le courage d'écouter leur sensibilité, le cours du temps pourrait être différent. Or, en 2010, ma sensibilité, ma « sensiblerie », ne doit en aucun cas guider mes choix politiques. En réalité, le sensoriel fait peur parce qu'il nous ouvre à une vulnérabilité qui est souvent jugée. La raison reste la plus forte !

E. El M. : L'écologie corporelle peut être une médiation intéressante pour accéder à ce savoir-être. Elle pourrait animer des individus qui sont en situation d'agir et de faire progresser les rêves et les grandes idées.

LES PRATIQUES DE L'ÉCOLOGIE CORPORELLE

E. El M. : Quelles sont les disciplines aujourd'hui qui peuvent faire accéder à cette sensorialité et qu'elles sont celles qui font illusion ?

I. R. : Nous naissons avec un corps sensoriel dont nous nous coupons pour diverses raisons. Beaucoup de techniques comme le Qi Gong ou le Yoga peuvent nous faire accéder à une sensorialité, mais selon la manière dont elles sont enseignées et dans quel sens elles sont pratiquées, elles peuvent donner un résultat contraire et nous couper de notre sensorialité. La fluidité du mouvement et sa musicalité sont les signes d'une pratique écologique. Le Wutao que nous avons créé avec Pol remet du lien en soi et avec ce qui nous entoure.

La dimension réelle de l'écologie est globale.

P. C. : Toutes les activités sportives ne sont pas dans cette dimension. Nous sommes entrés dans l'ère de la rentabilité. Les jeunes fantasment sur les icônes du stade et l'argent qu'elles gagnent. Comme le signalait Imanou, de nombreuses pratiques comme le Yoga et le Qi Gong, qui sont originellement des pratiques d'écologie corporelle, cèdent parfois malheureusement elles aussi à l'image. L'architecture corporelle devient parfois plus importante que le corporel sacré. Or, il y a dans la nature des arbres tordus qui fleurissent très bien ! Le ressenti doit rester au cœur de nos pratiques et le bio-mécanique une direction à suivre. La forme et le fond doivent se répondre.

D. L. : Les voies artistiques cultivent l'expression de la sensorialité, tant qu'elles restent en lien avec le monde. Chaque être est un artiste qui peut développer sa sensorialité et sa créativité.

VERS UN ÊTRE SENSORIEL

E. El M. : Nous avons finalement accès à de nombreux moyens pour développer notre sensorialité. Que se passe-t-il alors ?

I. R. : Plus on crée de capteurs sensoriels pour une connaissance intime de soi, plus on ouvre de portes. Des ramifications s'opèrent. Nous sommes alors reliés. Plus je me relie à moi et plus je me relie aux autres.

D. L. : Développer notre sensorialité peut être le passage pour ressentir l'interdépendance et la globalité de ce que nous vivons. Plus mes perceptions sensorielles intérieures s'affinent



PORTRAIT

Professeure de Wutao® et formée à la Trans-analyse® par Imanou Risselard, Pol Charoy & Giovanni Fusetti, Delphine Lhuillier est initiée au Amma Shiatsu et au massage indonésien à Sumatra en 1997 ; elle a aujourd'hui créé sa propre méthode de massage. Diplômée en ethnométhodologie (DESS), elle entre dans l'aventure du magazine Génération Tao en 1997 dont elle devient rédactrice en chef en 2002. Elle a par ailleurs participé à la création du Centre d'Arts & d'Écologie Corporelle à Paris en 2003.



et plus elles ouvrent des passages vers l'extérieur.

P. C. : Lorsque vous avez une pratique sensorielle, votre sensibilité augmente : vous voyez des couleurs que vous ne voyiez pas auparavant. Vous entendez des sons que vous n'entendiez pas. Vous raffinez vos perceptions et vous percevez un monde de plus en plus riche. Quand votre pratique inclut des pratiques respiratoires, ces sensations s'amplifient encore. Ainsi, avec Imanou, nous avons eu un jour la révélation que la terre nous aimait. Nous nous sommes couchés et nous avons embrassé la terre. C'étaient des retrouvailles. Des retrouvailles sensuelles. Après avoir vécu profondément cette expérience, nous nous sommes redressés. Et nous avons pris conscience de l'attraction terrestre. Cette notion scientifique si abstraite prenait tout son sens. Et là, nous avons regardé les arbres. Le monde se révélait à nous identique, mais c'était à jamais différent.

E. El M. : Ce que vous dites là me touche beaucoup. A ma connaissance, il y a trois catégories d'êtres humains qui embrassent la terre : les pèlerins, les paysans et les marins... il y en a bien sûr certainement d'autres !

D. L. : Les expériences sensorielles nous touchent jusqu'à l'os, jusqu'aux cellules. Elles imprègnent tout notre être. Elles nous changent pour toujours. C'est en cela qu'elles sont révolutionnaires. C'est en cela que cultiver un être sensoriel à travers une écologie corporelle pourrait se révéler un véritable bouleversement. Et cela, quelle que soit la pratique que nous choisissons. ■

(1) * La corporalité désigne le corps physique, mais aussi émotionnel, mental, spirituel et énergétique, comme une seule et même réalité.

(2) Le Club de Rome est un groupe de réflexion réunissant des scientifiques, des économistes, des fonctionnaires nationaux et internationaux, ainsi que des industriels de 53 pays, préoccupés des problèmes complexes auxquels doivent faire face toutes les sociétés, tant industrialisées qu'en développement.

Pour + d'infos, consultez le carnet d'adresses p. 60.



Ci-dessus, Pol Charoy par Frédéric Villbrandt dans une posture de l'aigle • photo : Jean-Marc Lefèvre