

**LE CORPS**  
**EN QUETE D'UNE METHODE DE RECHERCHE**  
**CENTRÉE SUR LE CHERCHEUR**

**Gilles Deshaies ED.D.**  
**Clémence Dubé PH.D.**

**Université Laval**

Vol. 12 – Hiver 1995  
REVUE DE L'ASSOCIATION POUR LA RECHERCHE QUALITATIVE  
pp. 5-17

Le corps suscite l'intérêt des chercheurs et des penseurs depuis toujours et ce, à travers toutes les cultures, qu'elles soient orientales ou occidentales. A l'intérieur de la pensée occidentale, les théologiens et les philosophes, aussi bien que les artistes et les éducateurs s'y intéressent d'une façon constante et assidue. Le corps suscite aussi un vif intérêt chez les sorciers et les guérisseurs. Plus récemment, il est devenu un objet de recherche privilégié pour la biologie en général et pour les sciences médicales en particulier. Tous ces efforts, émergeant de disciplines variées et accomplis dans des perspectives différentes, ont progressivement généré des connaissances abondantes dont l'espèce humaine a su profiter pour survivre à des menaces constantes.

Ces connaissances sont toutefois partielles et le corps humain demeure en grande partie une énigme pour les humains en général et pour les scientifiques en particulier. Aux yeux de ces derniers, il constitue toujours une problématique infiniment complexe dont plusieurs dimensions échappent aux méthodes de recherche habituellement utilisées. Tout en admettant l'immense contribution de ces efforts de recherche à une meilleure connaissance du corps humain, la présente étude veut d'abord mettre en évidence leurs principales limites et difficultés. Dans un deuxième temps, elle veut rendre compte d'une forme de recherche qui a été découverte dans un contexte de psychothérapie, et qui donne accès à des dimensions du corps demeurant la plupart du temps occultées par la recherche conventionnelle. Il s'agit de l'abandon corporel. Dans un troisième temps, des exemples de connaissances générées par cette méthode de recherche seront présentées et discutées. Finalement, certains problèmes soulevés par cette méthode de recherche seront identifiés, notamment quelques-uns ayant trait à la diffusion des résultats et à leur reconnaissance par la cité savante. Il s'avère, en effet, qu'une telle approche à la recherche ne correspond pas entièrement aux critères habituels utilisés par la communauté scientifique.

## **LES MÉTHODES PROPRES AUX SCIENCES NATURELLES**

### **Contributions à une meilleure connaissance du corps**

Au cours du dernier siècle, les chercheurs de différentes disciplines ont consacré des efforts inouïs afin de mieux comprendre la structure et le fonctionnement du corps humain. Les résultats obtenus ont été mirobolants, parfois même spectaculaires. En plus de permettre aux sciences de l'activité physique de structurer la formation et l'entraînement des athlètes olympiques de façon à ce qu'ils s'élèvent à des niveaux de performance jamais atteints auparavant dans l'histoire de l'olympisme, ces recherches ont montré qu'il existe un rapport

entre la pratique des activités physiques et la santé (Bouchard, C. et Landry R. , 1985). En même temps, les sciences médicales cumulaient des savoirs suffisamment spécifiques et différenciés pour effectuer des transplantations d'organes et des interventions chirurgicales au cerveau avec une précision microscopique. La presse orale et écrite fait état régulièrement de ces hautes réalisations de la chirurgie. Ces recherches ont été réalisées en faisant appel aux méthodes développées par les sciences naturelles et la très grande majorité d'entre elles s'appuient sur la méthode expérimentale. Elles se proposent d'identifier des facteurs ou des causes pouvant expliquer les maladies et leur évolution pour pouvoir ensuite agir sur ces facteurs de manière efficace. Même dans une causalité en réseau comme celle que promeut Seguin (cité par Dufresne, 1985), il s'agit toujours d'y avoir accès par la méthode expérimentale.

### **Limites et difficultés de ces méthodes pour l'étude du corps**

Les résultats spectaculaires ainsi obtenus n'empêchent toutefois pas d'identifier certaines limites à ces approches de recherche dans l'étude du corps humain. Une première limite, fréquemment mentionnée dans la littérature scientifique, signale que ces recherches, en s'appuyant presque toujours sur la loi de l'effet, réussissent rarement à dépasser un premier niveau de causalité. A titre d'exemple, les recherches sur les maladies cardiovasculaires ont clairement mis en évidence que ce syndrome était associé à la sédentarité, au tabagisme, au stress et à des mauvaises habitudes alimentaires. Cette explication des maladies cardiovasculaires repose sur une causalité de premier niveau et ne donne aucun accès à toute forme de compréhension qui s'appuierait sur une causalité de deuxième niveau. En effet, ces recherches n'ont jamais réussi à mettre en lumière ce qui conduit une personne à être sédentaire, stressée, à être dépendante du tabac et à adopter de mauvaises habitudes alimentaires (Dumont, S., Deshaies, G et Dubé, C. 1992).

Une seconde limite concerne l'incapacité de ces approches à la recherche de prendre en compte les dimensions subjectives de l'expérience corporelle Gendlin, E. 1964 ; Maher, A.R. (1978). Ceci incite les médecins ayant une longue expérience clinique à une grande prudence dans leurs pronostics, même lorsqu'ils les fondent sur des données qui montrent clairement des possibilités ou des impossibilités de guérison. Ces médecins savent d'expérience que sont impliqués des facteurs éminemment subjectifs qui échappent à la recherche expérimentale. Même les recherches générées à l'intérieur de la psychologie comme discipline arrivent très difficilement à prendre en compte les dimensions subjectives de l'expérience corporelle et si elles y arrivent, c'est presque toujours d'une manière réductrice (Diamond, E.J., 1882).

Une troisième limite de ces approches à la recherche concerne leur incapacité d'arriver à une vision globale du corps humain. L'intérêt marqué des sciences naturelles pour l'objectivité, pour l'observation minutieuse et le contrôle des variables, les conduit à développer une vision du corps à partir de ses multiples parties. Elles enferment ainsi la connaissance du corps humain à l'intérieur d'une vision qui le réduit à une "machine" très complexe, constituée d'une infinité de micro-processus. Même au risque de perdre une vision corporelle globale, une telle conception soutient le développement incessant de spécialisations de plus en plus poussées en médecine.

### **La contribution de certaines disciplines au développement de la connaissance**

Parallèlement à la prise de conscience des limites importantes des méthodes développées en sciences naturelles pour étudier le corps humain, les dernières décennies ont favorisé des efforts de recherche, émergeant de différentes disciplines, où le corps humain est montré comme étant plus qu'un "corps". Merleau-Ponty (1945) a introduit cette intuition en philosophie, vers le milieu du présent siècle. Il a proposé les notions de "corps propre" et de "corps sujet". Approximativement à la même époque, Binswanger (1971) et Boss (1988) parlaient respectivement des notions de "corps vécu" et de "dasein" en analyse existentielle. Ces puissantes intuitions, tout en mettant en évidence des dimensions essentielles du "corps", n'ont jamais été considérées comme vraiment crédibles scientifiquement, du moins au niveau de la cité savante traditionnelle.

Ces intuitions ont été adoptées par Gendlin (1962) qui s'est appuyé sur des postulats phénoménologiques pour développer les concepts d'"experiencing" et de "focusing" en psychothérapie et en éducation. Il a réussi à donner une crédibilité scientifique à ces notions, en s'appuyant toujours toutefois sur la méthode expérimentale et sur des procédures méthodologiques développées par les sciences naturelles. La crédibilité scientifique générée par les travaux de recherche de Gendlin n'a donc pu se réaliser qu'au prix d'une réduction de la notion même du "corps expérimentant". En devenant observable et mesurable, l'experiencing a été resitué dans un corps objet.

Les intuitions de ces auteurs ont été suffisamment puissantes pour résister aux réserves de la science. L'idée d'un corps humain comme structure beaucoup plus large et complexe que celle d'un organisme biologique devient de plus en plus reconnue. Et ce, même si les fondements traditionnels de la science et les méthodes qui en découlent sont difficilement capables de donner accès à cette vision élargie du corps. Le corps se trouve de plus en plus en

quête d'une conception de la recherche et d'une méthode qui pourraient le prendre en compte entièrement, complètement et globalement.

## **L'ABANDON CORPOREL EN TANT QUE POSITION DE RECHERCHE**

Cette quête a été pressentie par le psychologue Aimé Hamann de Montréal lorsqu'il a initié, il y a une vingtaine d'années, un groupe de recherche sur le corps en collaboration avec d'autres psychologues et chercheurs associés à différentes disciplines. Ce groupe est à l'origine de l'abandon corporel qui, comme recherche, a progressivement permis d'avoir accès au corps en tant que "structure de rapports". Le corps humain y est conçu comme étant une organisation corporelle, c'est-à-dire une organisation de rapports et du rapport. Il est une organisation de rapports en ce sens qu'il est porteur de toute l'histoire de chaque individu, cette histoire incluant tous les antécédents génétiques et culturels qui l'ont précédée. Il est aussi une organisation du rapport en ce sens qu'il structure le mode de rapport d'un individu avec la vie, la société, les autres et la matière elle-même. Cette compréhension du corps comme structure de rapports se manifeste d'une façon de plus en plus différenciée à l'occasion d'un long processus de recherche s'appuyant sur une méthode dont la caractéristique principale est d'être centrée sur le chercheur. Il ne peut en être autrement si la recherche veut étudier le corps. En effet, en tant que structure de rapports et du rapport, le corps exige que les chercheurs s'y intéressent en se situant dans le rapport, c'est-à-dire en s'impliquant en tant qu'organisation corporelle.

### **Une méthode de recherche centrée sur le chercheur**

Cette recherche a commencé dans une exploration en vue de trouver une méthode pour avoir accès au corps selon une vision globale qui en ferait beaucoup plus qu'un organisme biologique. Plusieurs tentatives ont été faites pour sortir des manières techniques d'aborder ce corps. Même en se refusant aux approches techniques ou technicisantes, les chercheurs se rendaient compte qu'ils éprouvaient des difficultés à aborder le corps sans a priori, sans se référer aux méthodes connues, aux conceptualisations qui leur étaient familières, aux théories qui avaient présidé à leurs apprentissages et à leur formation. C'est dans un long processus d'essais variés, d'échanges et d'observations, qu'il y a eu la découverte de l'involontaire. Cette découverte a surpris les chercheurs et a enclenché ce qui s'est produit par la suite.

L'involontaire est ce qui apparaît quand on se met dans la position de laisser le corps être ce qu'il est globalement. Tout mouvement volontaire est suspendu: on ne provoque rien et on n'empêche rien. Il s'agit de consentir à suspendre, pour un temps, tout mouvement volontaire, pour se placer en situation de recevoir ce qui advient. C'est l'arrêt de tout mouvement dans

l'espace et le temps pour que le mouvement intérieur de l'organisme présent en ce moment puisse émerger. Il se peut alors que le seul mouvement présent soit un sentiment de vide, un doigt qui bouge légèrement, une pensée qui surgit apparemment de nulle part, une peur qu'il ne se passe rien, etc. Tout cela devient mouvement. Si c'est reçu, non empêché, tout ce qui est en cet instant peut momentanément exister. Il n'y a plus de barrières, de défenses à être. Etre, en cet instant, c'est être tout cela. Ce n'est pas nécessairement ce qu'on pensait de soi. Ce sont de toutes petites manifestations qui nous disent et nous expriment.

Cette position d'ouverture à l'involontaire dans des moments de suspension des défenses a été prise et reprise longtemps et pendant de longues périodes. Y tenir a parfois été difficile car on en sort souvent malgré soi. Quand cela même était reçu, il y avait de nouveau un moment d'accès à l'involontaire. Si une émotion, un vécu interpersonnel était retenu volontairement au plan verbal, le mouvement était arrêté au plan non-verbal. Il fallait alors aménager des moments de parole où les mêmes conditions étaient mises en place pour ne rien empêcher, ni rien provoquer de soi. Le mouvement non-verbal pouvait alors se remettre en marche.

Une longue observation et la réception de ce qui se produisait soit verbalement soit non verbalement dans la reprise constante de cette position a montré que ce qui émerge dans ces moments montre la structure, l'organisation corporelle telle qu'elle s'est constituée pour être dans le monde avec les autres.

A cette découverte de l'involontaire est intimement liée celle de l'importance du "se recevoir". Il s'agit d'une ouverture à tout ce qui émerge, y compris les jugements et les évaluations suscités en soi face à des contenus qui peuvent apparaître et être difficilement acceptables. Il n'est donc pas question d'acceptation mais plutôt d'ouverture à soi et de réception de ce qui est accessible dans ce moment précis de présence. Se recevoir, dit Hamann (1993), c'est "ouvrir la porte à la vie comme elle est organisée en chacun de nous" (p. 34). C'est du même coup avoir accès à l'histoire complexe de notre émergence de la matière, de notre dépossession et de notre indéfinition.

Cette recherche menée depuis plusieurs années a montré que dans le rapport psychothérapeutique, pour que puisse émerger la vie telle qu'elle est organisée, il fallait que le thérapeute se place en position de se recevoir lui-même. Il fallait qu'il se soumette à cette même rigueur qu'il demande à l'autre. Ce qui est éveillé en lui à l'occasion du rapport à l'autre est reçu comme lui appartenant. Ce faisant, il devient un lieu où l'autre peut être réellement ce qu'il est. L'autre, alors, peut être découvert et compris dans ce qu'il dit. La connaissance de l'autre passe ainsi par la réception de lui-même dans tout ce qu'il est. Il n'y aurait donc pas de

possibilité de connaissance globale sans cet accès à soi-même dans le rapport à l'autre. Autrement toute connaissance ne peut être que limitative. Il n'y aurait pas non plus de possibilité d'être sans cet accès à soi-même éveillé dans le rapport à l'autre.

Quand momentanément, parce qu'il ne s'agit jamais d'un mouvement continu, quelqu'un se reçoit, tout ce qu'il est a la possibilité d'être. Recevoir ce qu'il y a là, en ce moment, c'est s'ouvrir à tout lui-même C'est donc toute l'histoire qui est à ce moment dans son passé, son présent et son futur. C'est un acte qui transcende le temps et l'espace. C'est aussi un moment où l'être et la connaissance ne font qu'un. Un moment où le corps, le désir et le rapport sont perçus comme étant la même réalité. Il faut constamment revenir à cette expérience de se recevoir; constamment se remettre dans cette disposition. En dehors de ces moments d'être, les connaissances qui ont émergé peuvent se muer en savoirs et à la limite devenir des théories.

En abandon corporel, le chercheur se pose toujours comme ne sachant pas avant d'être. Ceci ne signifie pas qu'il ne sait rien, mais qu'il a à recevoir tous ses savoirs comme lui appartenant plutôt que comme une définition objective du réel. Il se place toujours dans la nécessité de consentir à être pour pouvoir connaître l'autre, les autres et l'univers puisqu'ils ne sont pas définis a priori.

Dans l'acte de recherche en général, le chercheur n'est pas conscient qu'il introduit son propre être et ses propres coupures d'avec lui-même; il fausse son rapport à l'objet de recherche en se centrant presque exclusivement sur cet objet. Dans l'acte de psychothérapie aussi les données sont falsifiées. Elles sont interprétées à partir d'un construit théorique, d'une organisation conceptuelle. L'autre est vu et compris à travers cette conceptualisation qui émerge du besoin du chercheur de se protéger de lui-même.

En abandon corporel, le chercheur, pour avoir accès à la connaissance, doit passer par son être. Sa compréhension du réel est définie par son rapport à lui-même. Il n'a pas le choix! Il est une organisation qui structure sa compréhension de la réalité. Il fait une recherche qui est, en premier lieu, centrée sur le chercheur. Cette centration ne fait pas de lui un objet de recherche mais plutôt un sujet organisé, à recevoir, dans une ouverture qui est toujours à faire et à refaire.

Dans cette position, on pourrait dire que la recherche et la psychothérapie en abandon corporel sont réversibles, interchangeable. C'est une même position qui procède à l'une et à l'autre.

Cette position de recherche ou de psychothérapie a sa propre rigueur. Elle ne procède en rien d'un laisser-aller ou d'un laisser-faire qui se confondrait avec un laisser-être. Elle a des exigences qui se situent à divers palliers. En premier lieu, elle suppose une présence à l'expérience telle qu'elle émerge avant toute explication ou symbolisation. L'expérience reçue comme elle apparaît peut sembler surgir de nulle part et n'avoir aucun sens connu. Il s'agit de la recevoir comme telle, c'est-à-dire comme antérieure à toute symbolisation.

Cette rigueur conduit à un second pallier où sont mises entre parenthèses toutes les explications théoriques qui voudraient se mêler à la communication de cette expérience. Souvent l'involontaire a des allures de banalité ou de grandiosité telles qu'on n'y porterait aucune attention ou qu'on lui donnerait des explications pouvant permettre de la comprendre.

A un troisième niveau, la rigueur exige le dialogue entre les co-chercheurs. Dans cette intercommunication ou dans cette inter-relation, chacun se met dans la position de se recevoir dans ce qui est éveillé en lui par l'expérience de l'autre. Et c'est dans la réception de ce qui est éveillé comme étant à lui et de lui que l'autre peut être reçu et peut recevoir cette expérience comme étant à lui et de lui. C'est dans ce rapport entre co-chercheurs que se révèle l'être de chacun. C'est dans ce même rapport qu'ils ont accès à leur être et donc à la connaissance.

A un quatrième pallier, la rigueur exige la subjectivité complète de chacun des co-chercheurs. Ils n'ont accès qu'à leur façon singulière d'être au monde, à leur organisation corporelle globale. Ils ne peuvent se référer qu'à cela. C'est le rapport entre ces diverses subjectivités qui constitue l'objectivité même de la recherche. Aussi paradoxal que cela puisse paraître, l'accès à l'expérience subjective et intersubjective les conduit à l'expérience objective et interobjective, la subjectivité et l'intersubjectivité constituant les fondements mêmes de l'objectivité et du réel.

Dans une telle perspective, toute l'activité de recherche se trouve située dans le chercheur et la communication de ses "découvertes" passe nécessairement par l'expérience de son rapport aux autres qui ne peuvent être que des co-chercheurs ou des co-thérapeutes. Pourquoi ne seraient-ils pas des co-sujets?

## **UNE VOIE D'ACCES À DES CONNAISSANCES INHABITUELLES**

Tel que mentionné précédemment, l'abandon corporel s'appuie sur une méthode de recherche qui exige que le chercheur se place rigoureusement dans une disposition à "se recevoir", ce qui peut induire la même disposition chez ceux et celles avec qui il entre en rapport. C'est d'une façon très consciente et volontaire que le chercheur se place dans cette

disponibilité qui peut enclencher, sans le faire nécessairement, un processus de recherche où l'accès à la connaissance est situé au niveau relationnel. En recevant les dimensions de lui-même éveillées à l'occasion de son rapport à l'autre, le chercheur peut induire le même processus chez l'autre qui devient nécessairement un co-chercheur. Cet autre entre alors dans une disposition à "se recevoir" permettant à l'un et à l'autre de prendre progressivement le risque d'être qui ils sont, c'est-à-dire leurs organisations corporelles singulières. Ce faisant, l'un et l'autre accèdent à des connaissances globales concernant les humains, leurs rapports, leurs organisations sociales et leurs institutions. Ces connaissances comportent souvent des caractéristiques qui peuvent apparaître comme inhabituelles dans un premier temps. Ces aspects nécessitent d'être illustrés par quelques exemples.

### **L'interdépendance**

Une des connaissances mise en évidence par la recherche en abandon corporel concerne l'interdépendance de chaque personne avec tous les autres membres de l'histoire de l'humanité, incluant l'histoire passée aussi bien que future. "Se recevoir" dans son rapport avec un autre ou des autres "se recevant" permet aux partenaires relationnels de saisir parfois d'une façon diffuse, mais progressivement évidente, qu'ils sont non seulement reliés à leurs semblables, mais qu'ils sont des êtres constitués de leurs interactions avec eux. C'est une vision de la personne comme étant essentiellement et constitutivement un être relationnel. Elle est plus que les interactions qu'elle a avec les autres; elle est faite de tous les autres qu'ils soient passés, présents ou à venir. Quand elle accède à elle-même et qu'elle existe réellement dans un moment fugace, c'est l'humanité entière qui existe, tous les autres qui existent. Une telle compréhension ouvre de nouvelles avenues de recherche qui transcendent les limites et les spécialisations des recherches disciplinaires. Elle a aussi des implications importantes pour les conceptions et les pratiques de la psychothérapie et de l'éducation.

### **La coupure de soi**

Tel que la recherche en abandon corporel y a donné accès, les humains sont nés dans une absence d'eux-mêmes. Ils sont déterminés, n'ont pas le choix de leur organisation, de leur corps, de leur désir ni de leur structure de rapport aux autres. La structure de leur désir ou de leurs rapports est faite de toutes les coupures qui ont permis à l'humanité d'arriver jusqu'à eux. Ainsi chaque humain refuse une partie de lui-même, ignore une partie de la vie qu'il porte. Plus les menaces qu'une structure unique de désir comporte sont graves, plus la coupure élaborée est solide et efficace, de sorte que la sensation douloureuse peut être évitée, ne serait-ce que minimalement.

Ces différentes coupures de soi prennent des formes diverses selon la menace qu'éveille le rapport aux autres. Elles apparaissent dans la séduction, la connivence et la complicité fondées sur un échange de services visant à permettre aux partenaires de l'expérience interactionnelle d'éviter certaines sensations perçues comme trop menaçantes. On les voit aussi dans l'accusation, la compétition, la rivalité où la personne a besoin d'un autre sujet pour se protéger d'elle-même.

Le sens ultime de la coupure serait le développement d'une structure qui permet de porter la vie momentanément irrecevable jusqu'au moment où elle pourra être reçue. Dans cette perspective, la coupure est constitutive de l'humain. En se plaçant dans la disposition à "se recevoir" dans son rapport à l'autre et aux autres, le chercheur accède progressivement à cette structure dans sa propre vie aussi bien que dans celles de ses partenaires relationnels. Il accède aussi au sens de la coupure qui apparaît ainsi comme faisant partie de la structure de désir. Se recevoir dans son rapport aux autres, c'est accomplir le désir, c'est être comme on est organisé. Cette conception de la coupure ou des défenses ouvre aussi des perspectives différentes de recherche sur les modes défensifs utilisés par chacun de nous et que les approches habituelles de recherche considèrent souvent comme étant névrotiques.

### **La psychose**

Toujours à partir de cette position où le chercheur se rend disponible à "se recevoir" la psychose se révèle être beaucoup plus qu'une maladie mentale. Elle apparaît plutôt comme une structuration du rapport de telle sorte que les dimensions de soi-même qui sont irrecevables, demeurent momentanément inaccessibles. Au plan collectif, elle réfère à une structuration des rapports autorisant des dimensions irrecevables de l'humanité à demeurer enfouies au plus profond des humains et des institutions créées par eux. La psychose est ici associée à une incapacité, pour chacun des êtres humains, de "se recevoir" entièrement. Dans cette perspective, l'être humain est toujours une possibilité de "corps" en ce sens qu'il n'arrive jamais à "se recevoir" complètement et entièrement. Certains individus ont toutefois plus de difficultés que d'autres à se recevoir. En effet, plus quelqu'un a été marqué négativement par ses origines et ses lignées d'appartenance, plus il a à vivre dans une distanciation et une négation de certaines dimensions de lui-même. Certains individus sont habités par des expériences tellement violentes et mortelles qu'ils n'ont d'autres choix que d'échapper à leur réalité, ce qui les place dans une position très menaçante pour leurs partenaires relationnels qui sont ainsi invités à "se recevoir" dans des dimensions de leur propre vie qui sont souvent ressenties comme irrecevables. Au plan collectif, l'irrecevabilité de certains aspects de la vie humaine se manifeste à la source de toutes les institutions humaines.

### **Le rôle des institutions**

La recherche en abandon corporel permet en effet d'entrevoir d'une façon très particulière le rôle et le sens des institutions dans l'histoire de l'humanité. Le processus d'institutionnalisation est vu comme étant relié à l'incapacité des humains de se recevoir entièrement et ce, au plan individuel aussi bien que collectif. Il émerge de la nécessité, pour les humains, de placer en dehors d'eux-mêmes des dimensions de leur structure dans lesquelles ils ne peuvent momentanément se recevoir. A l'intérieur d'une hypothèse évolutionniste, on peut imaginer que les premières expériences humaines étaient tellement chargées de vécus irrecevables qu'elles devaient être presque entièrement placées à l'extérieur des individus, dans des phantasmes et des institutions. Dans cet éclairage, les institutions sont des organisations de la vie qui non seulement ne sont pas encore reçues, mais qui sont pressenties comme irrecevables, à cette étape-ci du processus d'humanisation. En un sens, l'institution est pédagogique; elle porte ce que les humains ne peuvent recevoir et elle perd sa raison d'être quand l'irrecevable s'apprivoise et devient recevable. Rien cependant n'est reçu pour toujours, le mouvement est toujours à refaire. Quand momentanément la vie est reçue, on accède à l'être et à la connaissance. Dans le moment qui suit, on est déjà différent et il faut à nouveau se mettre dans la disposition de recevoir ce qui est. Ainsi conçue, l'humanité est un processus en train de s'accomplir et ce dans une perspective infinie.

Ces quelques exemples de connaissances auxquelles la recherche en abandon corporel donne accès, montrent que ces "résultats de recherche" ont des qualités particulières. Ils sont toujours constitués d'une dimension fondamentalement relationnelle qui maintient l'étude de l'humain dans le rapport interhumain. Ils impliquent toujours une compénétration des phénomènes individuels et des phénomènes collectifs. Ils conduisent aussi à une compréhension de l'humain dans une perspective historique et à très long terme, ce qui autorise à situer l'humain à l'intérieur du processus même qui le constitue.

### **Une position épistémologique inhabituelle**

En exigeant que le chercheur se place rigoureusement dans une disposition à "se recevoir", l'abandon corporel permet d'entrevoir l'acte de recherche ou le processus d'accès à la connaissance comme s'appuyant non seulement sur des fondements épistémologiques, mais aussi sur des fondements ontologiques. Cette position serait d'ailleurs convergente avec celle des philosophes modernes qui définissent l'ontologie comme étant la science du fondement de la connaissance. Cette position reconnaît que ce n'est qu'en prenant le risque de se recevoir de

plus en plus dans les dimensions de lui-même éveillées à l'occasion de ses activités de recherche que le chercheur ouvre à l'autre la possibilité de se manifester de plus en plus tel qu'il est. Une telle méthode de recherche exige la possibilité, pour le chercheur, de pouvoir transcender ses défenses ou ses coupures de lui-même, sinon son besoin de se distancier de certaines dimensions de lui-même le maintiendra dans une perception réductrice et déformante de la réalité. Dans cette perspective, l'accès à la connaissance passe nécessairement par l'accès à l'être. Conséquemment, l'acte de recherche implique nécessairement une expérience de développement personnel pour le chercheur. Ceci expliquerait en partie pourquoi l'abandon corporel est une méthode de recherche qui a été découverte dans un contexte professionnel de pratiques psychothérapeutiques. Une telle position permet aussi de considérer certains aspects fondamentaux de la recherche dans une perspective plutôt inhabituelle.

### **La position défensive des théories**

Sous cet éclairage, la théorie, pourtant considérée comme la pierre angulaire de la recherche expérimentale, apparaît comme une structure défensive. Même si tous les chercheurs scientifiques insistent d'une façon très rigoureuse pour se maintenir dans une position neutre, leur façon de concevoir la recherche, de faire de la recherche et d'aborder leurs objets d'études passe toujours par le rapport qu'ils entretiennent avec leur propre vie. La neutralité tant recherchée ne peut, la plupart du temps, que prendre la forme d'un biais contrôlé et reconnu. La célébrité de la recherche conduite par Rosenthal (1966) s'explique en partie par l'intuition que les chercheurs ont de ce phénomène, à savoir la tendance de toute recherche à arriver à des conclusions qui étaient déjà pressenties par le chercheur dès les premiers balbutiements du processus de recherche. A partir de la position de recherche de l'abandon corporel, ce phénomène est associé très étroitement à l'interdépendance structurale du processus d'accès à l'être ou à soi-même et d'accès à la connaissance. Autrement dit, le chercheur n'est pas libre de penser comme il veut. Il pense nécessairement comme il est et comme il peut. Sa pensée n'est qu'une des expressions de lui-même en tant que structure de rapports et du rapport. Les possibilités de penser du chercheur sont rigoureusement liées à son ouverture à lui-même et à sa disponibilité à se recevoir. En ce sens, la pensée est corporelle. Ce n'est donc absolument pas par hasard qu'un chercheur adopte ou développe un cadre théorique et qu'il en rejette d'autres. Ces choix, même s'ils sont toujours justifiés par des critères de pertinence scientifique, sont surtout des manifestations d'une manière partielle d'envisager la réalité qui permet de ne pas toucher à ce qui de soi est irrecevable pour le moment.

Cette mise en évidence du caractère défensif de toute théorie ne conduit cependant pas à suggérer la suspension des activités théoriques et l'abandon des pratiques de recherche qui s'y

fondent et y contribuent. En effet, le positivisme et la science expérimentale constituent possiblement l'approche la plus accessible du réel et les résultats cumulés jusqu'à ce jour témoignent de la très grande utilité de cette façon de chercher. Cette compréhension de la théorie indique toutefois que les modes de recherche, reconnus actuellement comme prioritaires par la communauté scientifique, n'épuisent pas les possibilités d'accès à la réalité tant recherchée par la science. Ceci est d'autant plus évident lorsque l'effort scientifique porte sur l'expérience humaine. On ne peut affirmer avec certitude que la science positiviste est l'approche à la recherche la mieux adaptée pour comprendre l'expérience humaine dans son ensemble et rejoindre les humains jusqu'au fond d'eux-mêmes. Il serait plus juste d'affirmer que cette approche à la recherche appelle le développement et la collaboration d'autres approches qui situeraient la science et la connaissance dans une plus grande intimité avec les dimensions ontologiques de la vie humaine

### **L'accès à la paradoxalité**

En donnant la priorité à l'accès à soi-même sur l'accès à la connaissance, la position de recherche de l'abandon corporel permet de transcender la causalité et d'accéder à la paradoxalité. Toute connaissance globale et profonde des humains et de la vie humaine ne peut s'accomplir que dans une ouverture aux lois paradoxales de la vie. C'est sur ces bases qu'une expérience relationnelle ne peut être vraiment thérapeutique que si elle est conçue et vécue comme une expérience de recherche; c'est en faisant appel aux mêmes fondements qu'une expérience relationnelle ne peut être vraiment une recherche que si elle est conçue et vécue comme une voie d'accès à soi-même par les chercheurs et, conséquemment, par les co-chercheurs. L'être du chercheur et ses connaissances sont tellement interreliés que toute activité de recherche émerge toujours d'un lieu corporel où la vie est paradoxale, où le "corps" est paradoxal. A ce niveau, les lois de la vie deviennent accessibles et elles se manifestent comme étant paradoxales. Ce niveau de compréhension se situe au-delà de la causalité.

A titre d'illustration, qu'il suffise de mentionner comment l'accès à des structures corporelles uniques et singulières fait apparaître des aspects essentiels et universels de l'expérience humaine. En se centrant sur lui-même et en devenant de plus en plus apte à porter sa vie comme lui appartenant, le chercheur ou le thérapeute permet à la réalité de l'autre d'apparaître de plus en plus comme elle est et de la nommer d'une façon très différenciée de sa propre vie. Cette position du thérapeute ou du chercheur en abandon corporel place l'autre ou les autres face à l'inconnu. La réalité est entièrement à découvrir. Les modèles de comportement sont momentanément absents et l'un et l'autre des partenaires relationnels sont libérés de toute attente à la conformité. La personne peut apparaître comme une organisation unique et être

reçue comme telle. Chacun apparaît comme une structure singulière portant une expérience d'humanité semblable à celle de toutes les autres structures singulières. En se recevant de plus en plus comme une structure unique et singulière de rapports, la personne se relie aux autres et à toute l'histoire de l'humanité. Même si les généralisations théoriques sont inévitables, la position de recherche de l'abandon corporel rend évident qu'elles ne peuvent se faire qu'en passant outre à tout ce qui différencie, qu'en niant des dimensions singulières de chaque individu et qu'en demeurant dans une position de domination sur l'autre. En effet, les humains ne peuvent vraiment accéder à leurs ressemblances -et elles sont infinies- que s'ils peuvent en même temps recevoir et être reçus dans leurs différences et leur unicité. Une telle compréhension des humains et de l'humanité ne peut devenir accessible que dans une ouverture à la paradoxalité. Les us et coutumes de la communauté scientifique ne sont pas encore très apprivoisés à ce genre de connaissance.

### **Une méthode sans méthodologie**

En situant le lieu de recherche ou le mouvement vers l'être et la connaissance au coeur du chercheur, et en plaçant ce dernier dans une position très rigoureuse d'ouverture à lui-même, la recherche en abandon corporel est essentiellement une méthode au sens large du terme. Cette position du chercheur dans le rapport à lui-même et aux autres n'est jamais acquise définitivement. Elle peut toutefois devenir de plus en plus accessible au fur et à mesure que le chercheur élargit sa disposition à se recevoir. Elle n'échappe toutefois jamais à cette limite. Pour s'actualiser, cette méthode exige que le chercheur en fasse l'expérience. Elle ne peut jamais être opérationnalisée par des procédures méthodologiques.

Le chercheur ne se trouve ainsi jamais positionné en tant qu'expert. Tout au plus, il devient de plus en plus capable de porter ce qui est éveillé en lui par la présence de l'autre et de ce fait, il devient de plus en plus capable de découvrir des dimensions nouvelles de la vie de l'autre et de les nommer justement. En recevant son expérience de la situation et du rapport à l'autre comme lui appartenant en propre, le chercheur devient un lieu d'objectivité pour ressentir et nommer l'autre dans son être sans l'utiliser, l'interpréter ou l'accuser. Le mouvement vers l'être et la connaissance est enclenché en échappant le plus possible à toute domination de l'autre par le chercheur.

Cette méthode laisse aussi émerger des connaissances qui ne sont jamais acquises définitivement. Elles prennent toujours la forme de symbolisations globales, ce qui ne veut pas dire qu'elles ne sont pas précises. Mais elles ne sont accessibles que si le chercheur accepte de prendre le risque de lui-même. Au moment où elles sont ressenties par le chercheur, elles

permettent souvent de mieux comprendre et d'intégrer des notions théoriques véhiculées par des grands courants de pensée tels que la psychanalyse, le structuralisme, etc. Elles se relient souvent aussi aux idées et principes véhiculés par les grandes religions et les grandes sagesse. Elles sont souvent pertinentes par rapport à la quête de sens. Dans cette perspective, elles peuvent ouvrir des avenues de recherche importantes pour des approches à la recherche plus institutionnalisées. Dans leur forme originelle, elles ne conduisent toutefois pas à des développements théoriques et leur signification profonde peut facilement s'effriter lorsque le chercheur ou les co-chercheurs échappent à la position qui crée une disponibilité à se recevoir. Elles nécessitent toujours une ouverture à soi aussi bien chez les chercheurs que chez ceux et celles qui sont en rapport avec les chercheurs. En effet, cette forme de recherche est nécessairement constitutive d'une forme de thérapie. Et à ce titre, cette forme de recherche soulève des difficultés complexes de communication au sein de la communauté scientifique.

## **DES DIFFICULTÉS DANS LA RENCONTRE AVEC LA CITE SAVANTE**

La première difficulté rencontrée par ce genre de recherche se manifeste au niveau de la communication des résultats ou des connaissances devenues accessibles. En effet, situant le processus d'accès à la connaissance dans une interdépendance structurale avec le processus d'accès à eux-mêmes du chercheur et des co-chercheurs, la recherche en abandon corporel conduit à des résultats qui sont difficilement communicables si on s'en tient aux modes habituels de la communauté scientifique.

### **Les limites de l'écriture**

Cette difficulté est ressentie aussi bien au niveau de l'écriture et des critères de publication en usage qu'au niveau des communications scientifiques à l'intérieur des structures organisationnelles des colloques et des congrès. Ces connaissances, pour conserver leurs dimensions globales et relationnelles, nécessitent de faire appel à des modalités souples et créatives d'écriture; de faire appel aussi à des genres d'écriture qui échappent à la rigueur et à l'objectivité froide de la littérature dite scientifique; une écriture faisant appel aux possibilités de la métaphore et de l'expression créatrice. Au niveau des communications scientifiques, les connaissances rendues accessibles par ce genre de recherche s'accommodent beaucoup mieux de la structure des séminaires et des ateliers qui permettent la mise en place de conditions favorisant l'accès à soi-même du chercheur et des personnes qui s'intéressent à ses recherches. Cette exigence suscite encore de très grandes réserves au niveau de la cité savante où l'on tend à concevoir les résultats de recherche strictement comme des éléments de contenu qui seraient communicables d'une façon détachée de la vie du chercheur et de sa relation avec les autres.

La nouvelle résurgence des recherches dites qualitatives crée une certaine ouverture à l'implication du chercheur dans son processus de recherche. Il reste toutefois beaucoup d'obstacles à surmonter.

### **Les limites des structures institutionnelles**

Cette forme de recherche s'accommode plutôt mal des structures des différentes institutions consacrées à l'activité scientifique, c'est-à-dire les centres de recherche et les universités. Ces dernières résultent en effet d'une conception de la recherche essentiellement positiviste et appuyée surtout sur la méthode expérimentale. Ces structures ne font pas que négliger la vie du chercheur, elles tentent systématiquement et rigoureusement de séparer le processus d'accès à la connaissance de la vie personnelle du chercheur. Cette vision de la recherche demeure toujours prioritaire même si les phénomènes d'épuisement professionnel sont de plus en plus fréquents chez les chercheurs et les universitaires et même si le taux de réussite des étudiants au doctorat demeure toujours aussi bas. Ces phénomènes pourraient être compris, partiellement du moins, comme des manifestations que les chercheurs, qu'ils soient étudiants ou professionnels de carrière, sont beaucoup plus atteints au niveau de l'accès à eux-mêmes qu'ils ne le soupçonnent. Les professeurs qui ont une longue expérience dans l'encadrement des thèses de doctorat savent pourtant que la terminaison de toute thèse est autant reliée aux capacités du candidat de se maintenir dans un équilibre personnel qu'à ses capacités intellectuelles et ses compétences dites scientifiques. Toute recherche s'appuyant sur une méthode centrée sur le chercheur appelle la mise en place de conditions institutionnelles qui reconnaissent davantage l'interdépendance du processus d'accès à la connaissance et du processus d'accès à soi-même. Ces conditions favoriseraient davantage l'interdépendance des activités scientifiques avec des activités de développement personnel.

## **CONCLUSION**

La recherche en abandon corporel s'appuie sur une méthode de recherche centrée sur le chercheur. Elle reconnaît que le chercheur est non seulement le premier lieu de la recherche, comme en recherche heuristique, mais elle lui demande de se positionner d'une façon très rigoureuse dans son rapport à lui-même et aux autres. Cette rigueur exige que le chercheur se place dans une disposition à se recevoir dans tout ce qu'il est, c'est-à-dire dans toutes les dimensions de lui-même qui seront éveillées dans son rapport à l'autre, aux autres et aux phénomènes humains. Dans cette position, le thérapeute devient un chercheur et la recherche devient une thérapie.

## REFERENCES

- Binswanger, L. (1971). *Introduction à l'analyse existentielle*. Paris: Les Editions de Minuit.
- Bouchard, C. et Landry, F. (1985). La pratique des activités physiques. In Dufresne, F., Dumont, F. et Martin, Y. *Traité d'anthropologie médicale* (pp. 861-904). Québec : Presses de l'Université du Québec.
- Boss, M. (1988). Recent considerations in daseinsanalysis. *Bulletin of the Division of Humanistic Psychology. The American Psychological Association*, 16. p. 58-74.
- Dufresne, J. (1985). La recherche médicale. In Dufresne, J., Dumont, F. et Martin, Y. *Traité d'anthropologie médicale* (pp. 1125-1143). Québec : Presses de l'Université du Québec.
- Dumont, S., Deshaies, G. et Dubé, C. (1992). Vers une compréhension bio-psycho-sociale du développement de la maladie coronarienne et de son évolution suite à l'infarctus. *Revue Canadienne de Counseling*, 26, 1, 41-56.
- Karisson, G. (1993). *Psychological qualitative research from a phenomenological perspective*. Stockholm : Almqvist & Wiksell International.
- Gendlin, E.T. (1962). *Experiencing and the creation of meaning: A philosophical and psychological approach to the subjective*. New York: Free Press
- Gendlin, E.T. (1969). Focusing. *Psychotherapy : Theory, research and practice*. 6, 1-15.
- Hamann, A. et al. (1993) *L'abandon corporel: au risque d'être soi*. Montréal: Stanké.
- Maher, A.R. (1978). *Experiencing : A humanistic theory of psychology and psychiatry*. New York : Brunner-Mazel.
- Merleau-Ponty, M. (1945). *Phénoménologie de la perception*. Paris: Gallimard.
- Rosenthal, R. (1966). *Experimenter effects in behavioral research*. New York: Appleton-Century-Crofts.